

## **La difficile ricerca dell'equilibrio emotivo**

Angelo Di Gennaro

*Il Palcoscenico*: Il lago.

*La cornice immaginale*: Il film *I AM* (USA, 2012).

\*\*\*

Si alzava tutte le mattine alle sei. Peppino. Preparava la moka. Beveva il caffè. Usciva da casa e mezz'ora dopo stava già in barca. La moglie dormiva. Anzi. Faceva finta di dormire. Sapeva che il marito aveva le sue abitudini e lo lasciava fare. Guai a modificarle. Per lui erano diventate i fragili pilastri su cui appoggiare la nuda vita. Peppino se ne stava in silenzio sulla *Madonnina*, così chiamava la sua barca, fino alle otto. All'ora cioè del suo ritorno a casa e della prima medicina, il lansoprazolo, che avrebbe dovuto preparare il suo stomaco a difenderlo dall'invadenza delle sostanze successive: insulina, lyrica, plaunac, ocuvite e integratori vari. La sua giornata era scandita dall'assunzione dei farmaci, per cui l'unico spazio libero che gli rimaneva erano quelle due ore in barca. Spazio e tempo sacrosanti, che lui aveva conquistati a forza di litigare con tutti i familiari, nipoti compresi. Così, nell'attesa che i lucci abboccassero, la mente di Peppino volava, poi sfiorava l'acqua del lago, poi sprofondava, poi tornava a planare da una spiaggetta all'altra, senza tregua. Ripensava alla sua infanzia, l'adolescenza, la gioventù, il matrimonio, i figli, i nipoti e... scuoteva la testa. Non sapeva che dire. Non sapeva spiegarsi perché e da quando era diventato così estraneo alla propria natura. Si era sempre sentito e considerato abbastanza libero nel muoversi in questo mondo e se l'era cavata, tutto sommato, bene. Poi, senza una ragione plausibile, si era chiuso in se stesso come in una cassaforte: *nè parla né crèpa*, diceva chi lo conosceva da anni. Ma Peppino avrebbe voluto parlare e come! Ma con chi? Chi lo avrebbe ascoltato con l'attenzione necessaria? A chi - ad esempio - raccontare del funerale del nonno, del chiacchiericcio fastidioso dei parenti, dei vicini di casa, i quali non sapevano dire altro che falsità piuttosto che ricordare con quanta fatica aveva tirato su cinque figli da solo senza l'aiuto della moglie? A chi dire della violenza subita da regole e modelli di comportamento considerati "normali" dalla gente e dalla chiesa? Da chi farsi aiutare a rimettere insieme i tasselli della propria esistenza e ritrovare quelli mancanti? Con chi passeggiare intorno al lago - come gli avevano suggerito i medici, tenuto conto del diabete - e ricostruire pezzo

per pezzo la propria storia? A chi spiegare perché non andava più a messa e che aveva deciso di preferire – *quanne sarrà*, diceva - il funerale laico a quello religioso? Queste ed altre erano le domande che la sua mente, volando qui e là, si poneva. Le risposte, come i lucci, giravano intorno all'amo, mentre sul fondo si vedevano chiaramente sagome di bidoni, termosifoni, lavatrici, scaldabagni, barche, pneumatici e carcasse di vecchi ricordi: materiale inconscio che sta lì a condizionare la vita del lago e la nostra. E Peppino lo sapeva. Ma come tirarlo su questo materiale? E poi: per farne che cosa? Forse, per gli anni che mi rimangono da vivere - credeva Peppino - è meglio lasciare le cose come stanno. Chi vuole sapere qualcosa di me si faccia avanti, chi no pazienza! Nel frattempo, Peppino osservava i pesci a filo d'acqua. Come i suoi pensieri essi non seguivano affatto un percorso casuale. Al contrario. Come gli storni nel cielo, essi "votavano" ad ogni istante per decidere quale direzione prendere insieme. Come dire che nella vita di tutti i giorni essi applicano il principio della democrazia e non della sopraffazione. Peppino si accorse che anche i propri pensieri obbedivano allo stesso principio, alla stessa logica. Scopri che ogniqualvolta il 51% dei singoli pensieri "votava" - per così dire - per seguire una certa direzione, tutta la sua mente incominciava a pensare a qualcosa di specifico: a quella persona che, a quella volta che, ecc. In più, scoprì che non riusciva a frenare tale processo. Il quale sembrava possedere una sua autonomia. A nulla serviva la volontà. Non poteva neppure accelerarlo. Si domandò allora se non vi fosse una relazione tra il comportamento degli esseri umani e dei rimanenti esseri viventi. Sì che c'era, si rispose. Tutto era interconnesso, in profondità. Gli tornò in mente la teoria di Darwin secondo la quale il mondo è regolato sì dalla competizione ma anche dalla cooperazione, dall'affetto reciproco. Del resto, come si fa a immaginare un individuo completamente isolato? E' impossibile. Noi non siamo monadi, chiuse nella nostra cittadella interiore (E. Borgna, *Le emozioni ferite*, 2009). Ognuno di noi dipende l'uno dall'altro. Noi ci apparteniamo l'un l'altro, affermò *Desmond Tutu*, Arcivescovo di Cape Town. Se così è, si disse Peppino, che senso ha che io stia qui a cercare di impiccare qualche luccio e farne trofeo con gli amici? Non sarebbe meglio, invece, cooperare con qualche ambientalista aderente a quella scienza in formazione conosciuta come "ecologia della mente"? (Gregory Bateson, 1977). E con loro ripescare quegli *oggetti*, siano essi materiali o mentali, gettati in fondo al lago, in fondo alla nostra coscienza? In questo modo, proverei a dare un senso anche a quegli abbracci durante la messa, a quel baciarsi, a quel darsi la pace per poi riparlare la domenica successiva, come se durante la settimana i "fedeli" non si conoscessero affatto. È difficile, ammise tra sé Peppino, ma non vedo come potrei altrimenti ritrovare il mio equilibrio emotivo.