

Atto di Respiro

Salvatore Lo Bue

*Uomo libero, sempre tu amerai il mare!
Il mare è il tuo specchio; contempli la tua anima
nell'infinito volgersi delle sue onde,
e il tuo spirito non è un abisso meno amaro.*

*Tu che con voluttà ti immergi nel seno della tua immagine,
tu lo abbracci, con gli occhi lo prendi e il tuo cuore
si distrae qualche volta dal suo proprio rumore
se ascolta del mare il selvaggio indomato lamento.*

*Uomo e mare, voi siete tenebrosi e discreti:
Uomo, nessuno ha mai sondato il fondo dei tuoi abissi,
Mare, nessuno conosce le tue intime ricchezze,
gelosi entrambi di custodire i vostri segreti.*

*E nonostante questi, voi, da innumeri secoli
vi combattete senza pietà né rimorsi,
tanto vi stanno a cuore la vita perduta e la morte,
voi lottatori eterni, fratelli implacabili.*

CHARLES BAUDELAIRE
L'Homme et la mer in *I Fiori del male*

Che cosa c'è, più del mare, somigliante al respiro? Emoziona il suo acqueo organismo perfetto, il suo respirare in sincronia ai movimenti profondi, il suo agitarsi infinito, il levarsi e il discendere, come facciamo noi

in ogni istante del giorno che viviamo perché, nell'inspirare e nell'esprire, siamo noi stessi il mistero stesso della vita, sempre sospesa tra il principio e la fine ed eternamente viva.

Allo stesso modo noi tutti. Quanto abbiamo sentito, in quest'anno di dolore universale, la mancanza del mare? Chiusi negli

spazi angusti delle mura domestiche, che possono soltanto essere luoghi di protezione dalle offese della natura e di riposo nelle ore notturne e mai residenza delle anime nostre destinate ad agire e a creare (Johann Wolfgang von Goethe stesso scrisse che “in principio era l’Azione” nelle prime pagine del *Faust*), privati della libertà, è come se fossimo stati privati del mare. Abbiamo progressivamente subito la mancanza dell’infinito; ci siamo sentiti strappati al primo dovere dell’essere umano che è quello di prendersi cura dell’altro e custodirlo in un abbraccio di compassione, amore e pietà; abbiamo dimenticato noi stessi, per paura che gli abissi, che come il mare noi custodiamo, ci chiamassero e attirassero verso profondità sconosciute e temibili, per quella paura della morte dalla quale solo la libertà può proteggere.

Ci siamo fermati: le onde dei nostri pensieri, le misteriose correnti che disegnano sempre cammini interiori, le inque-

tudini che prima producevano il Nuovo sono diventati noia, silenzio, stasi, affanno, vuoto, angoscia, perdita. Il mondo divenuto deserto, il cuore divenuto oscuro, l’anima fatta infeconda, il corpo abbandonato e privato dalle carezze vitali, cosa siamo diventati? Un mare fermo, senza onde, senza mutazioni. Senza libertà, ci siamo dimenticati di respirare! Perché è da tempo che non respiriamo. Ci soffoca l’ansia, ci prende l’affanno, il panico si diffonde. Ma ora è giunto il tempo di respirare, perché è tempo di accettare una verità semplicissima, che Giacomo Leopardi aveva con intuizione prodigiosa intuito: che vita e morte sono le sillabe di un unico nome che è Vita; che amore e morte sono congiunti alla radice; che essere liberi significa vedere questo legame e attingere da questa visione la verità e la natura delle cose.

Il respiro è il cuore dell’Essere. Il Nome dell’energia che presiede la creazione.

Nel racconto del *Libro della Genesi*, “in



principio Dio creò il cielo e la terra”. Ma la terra era senza forma e coperta di tenebre. Su questo universo così simile al nulla “alleggiava il Respiro (*Pnèuma*) di Dio (*Theou*). E fu soltanto quando il Respiro si fece parola (*kai eipen o theòs*: e Dio disse) che fu davvero creato l’universo, prodotto, generato, detto dal Respiro di Dio.

Il Respiro, che forse mai sino a oggi avevamo sentito come energia fondante il nostro essere in anima e corpo, è lo stesso che la Vita, è, come il tempo per Aristotele, “immagine mobile dell’eternità”. E la vita è sempre, e forse soltanto, al suo principio, Movimento.

In ogni Atto di Respiro, che è atto di continuazione perenne di quello che chiamiamo vita, sentiamo, scopriamo, abbiamo coscienza chiara e netta che vita e morte si toccano, che continuiamo a essere vivi se ogni istante è l’istante in cui il vivere e il morire si susseguono in quell’infinito battere e levare che è essenza dell’Atto di Respiro.

Dell’infinito processo dell’inspirare e dell’esprire noi, che amiamo a volte più la fuga dalla verità che il viaggio verso di essa, non vogliamo (o abbiamo difficoltà) a cogliere il mistero. Che è il mistero della nostra stessa vita. Che ogni giorno vita e morte si toccano rivelando la comune radice. Quando William Shakespeare definì il sonno “la morte quotidiana della vita”, e Leopardi approfondì affermando che è “una particella di morte” che compie ogni nostro giorno, i due poeti lessero nel quotidiano morire ogni notte una verità che nel Respiro si rivela ancora più evidente!

Ancora: l’Atto di Respiro è la misura del Tempo. Del tempo interiore che ci consente di essere, di pensare, di immaginare, di creare la nostra anima nel procedere delle stagioni.

Noi, siamo, respirando, il tempo della nostra vita. Se volessimo usare una immagine semplice, potremmo dire che il Respiro è il letto del fiume che accoglie, e fa scorrere, la corrente dei nostri pensieri. Che non si fermano mai, che continuamente sanno riprodursi e mutarsi in memorie, parole, immagini, timori, visioni, simboli! Se è vero, come diceva Immanuel Kant nella *Critica della ragion pura*, che il tempo è la coscienza del senso interno, ecco, il Respiro è il padre di questa coscienza, il principio attivo che genera la nostra stessa identità.

Per ciò, ogni turbamento, ogni emozione, ogni messaggio oscuro dell’inconscio, ogni affezione psichica, ha nel Respiro, nella sua assenza, nella sua mutazione, la manifestazione evidente. Sentirsi soffocare, trattenere il fiato, mi manca l’aria, sono il segno della radice comune di Respiro ed Emozione, perché il tempo è questo, la coscienza del Respiro che genera anche lo spazio interiore che chiamiamo Anima.

Oggi abbiamo paura. Perché l’ipotesi della assenza di Respiro, da semplice ipotesi, è divenuta una chiara possibilità. E non ci consente più di fuggire da noi stessi. Dovremo tornare a vivere diversamente. Ma mettiamola così la faccenda: soltanto se avremo paura di essere origine della morte dell’altro che abbiamo vicino potremo rinunciare, per amore, alla libertà momentanea che il momento terribile che stiamo vivendo impone. Soltanto se non avremo paura di morire saremo liberi. Ed essere liberi è possibile soltanto rinunciando al nostro Io e alle sue pretese di dominio: perché amore è soltanto cura, è dono, è dovere di consolazione, è compassione, è tenerezza per tutto ciò che è fragile, anche a costo della propria vita. Come i miei colleghi di Redazione, che io invidio e ringrazio per la loro opera, perfettamente sanno.