



Corso Professionale per
Operatore Olistico
indirizzo Spiritualità Olistica

VIVERE PER IMPARARE A MORIRE

Elaborato finale della Dott.ssa

Roberta Peloia

N. Registro Scuola: FORM-1430-OP

Relatore: Ing. Sebastiano Arena

3 Settembre 2022



Centro di Ricerca Erba Sacra
*Associazione di Promozione Sociale per la Conoscenza e lo Studio
di Discipline orientate al Benessere Psicofisico della Persona*
www.erbасacra.com



Indice

1. *Introduzione: Perché si muore?*
2. *Prendere confidenza con la morte*
3. *Il concetto di morte nel corso dei secoli*
4. *La morte nella società di oggi*
5. *La vita dopo la morte nelle diverse religioni*
6. *Culto e ritualità nelle diverse religioni*
7. *Le Arti Moriendi” e la “Buona Morte”*
8. *Conclusioni*
9. *Ringraziamenti*
10. *Bibliografia*



A Wolf, a Rascal, a Zar,

a Otto, a Coira

grazie per avermi insegnato ad Amare la Vita e ad accettare la Morte!

VIVERE PER IMPARARE A MORIRE

Prefazione

Un giorno chiedemmo a Gesù: "Quale sarà la nostra fine?"

Ed Egli rispose: "Se scoprite il principio non dovete preoccuparvi della fine perché dove è la fine, là è il principio. E chi conosce il principio, conosce la fine e si libera dalle morti."

E poi aggiunse:

"Volete sapere in che modo un uomo si liberi dalle morti?"

Ve lo dico subito:

"Diventando consapevole di essere già esistito prima di ogni nascita. Queste parole sono fondamento di ciò che vi dico.

Allora, pur restando coi piedi su questo pianeta, diverrete padroni dei cinque alberi meravigliosi del Paradiso che sono sempre fiorenti, estate e inverno e non perdono mai le foglie.

"Chi conosce questi alberi si libera delle morti."

"E cosa sono questi cinque alberi?" chiedemmo noi.

Gesù rispose sorridendo:

"Sono le cinque strade infinite che portano a Dio. Son fatte di vita, di spazio, di tempo. Si percorrono avanti e indietro.

Se cammini su di esse facendo tanti passi in un senso e un ugual numero di passi nell'altro muovendoti, sarai fermo come il Padre.

-Dal Vangelo segreto di Tommaso –

***“Ricordati sempre, io ci sarò. Ci sarò nell'aria.
Allora ogni tanto, se mi vuoi parlare,
mettiti da una parte, chiudi gli occhi e cercami.
Ci si parla. Ma non nel linguaggio delle parole.
Nel silenzio.” T. Terzani***

1. Introduzione: Perché si muore?

Perché si muore?.... dove si va quando moriamo?....queste sono state le domande che ho posto per la prima volta ai miei genitori quando avevo 8 anni ed ho visto morire il mio migliore Amico, un meraviglioso pastore tedesco di nome Wolf con il quale avevo condiviso i miei primi anni di vita. Le risposte furono molto confuse e poco convincenti, ricordo solo che mi dissero che lui mi avrebbe sempre protetto dal cielo e che avrei potuto continuare a parlargli perché anche se non era più vicino a me poteva sentirmi.

Crescendo, durante l'adolescenza, ho dovuto affrontare la morte di molte persone a me care come i miei nonni, i miei zii, i miei amici, ma in quelle occasioni non ho più fatto domande, bensì ho cominciato a riflettere sul significato della Vita e sul mistero della Morte.

Ho iniziato a leggere diversi libri, articoli, sia di carattere religioso cristiano centrati sul tema della Resurrezione, sia di carattere Spirituale con una visione più estesa che mi hanno aiutata ad aprire la mente e a fare un po' di chiarezza sul tema della Morte. Con il tempo ho iniziato a maturare la consapevolezza che quando moriamo in realtà abbandoniamo solo il nostro corpo fisico, ma, la nostra Anima, il nostro Spirito rimangono sempre vivi e che in realtà la Morte non è altro che l'altra faccia della medaglia della Vita, alla fine ho capito che non può esserci Vita senza Morte. Ho maturato la consapevolezza che la Morte come esseri umani, è un fatto inevitabile della nostra esistenza, Vita e Morte sono inseparabili.

Ritengo quindi fondamentale ancora prima di definire che cos'è la Morte, provare a definire cos'è la Vita!

Secondo la fede cristiana, la Vita è dono di Dio che, di essa, è padrone assoluto. Innanzitutto è vita fisica che Jahvè dona alla propria creatura prediletta, vita che si realizza nel momento in cui l'uomo si rende conto di essere amato da Dio e risponde a questo Amore. L'inno alla vita che la Sacra Scrittura canta, infatti, culmina nel mistero dell'Incarnazione del Figlio, rivelazione definitiva dell'amore di Dio verso la vita dell'uomo e compimento della storia della salvezza. L'opera di Gesù è un continuo invito al rispetto e all'amore per la Vita, vissuta in tutti i suoi aspetti. Egli stesso è la Vita e a chi lo accoglie vuole donare la vera Vita, la Vita Eterna.

Nella prospettiva cristiana dunque, la vita non si limita all'aspetto fisico, ma comprende anche la sfera spirituale, caratteristica fondamentale dell'uomo. Tanto è vero che, sulla croce, Gesù sacrifica la propria vita fisica per donare all'uomo la vera vita, la Vita Eterna.

Se è vero che l'uomo nasce incompiuto e cresce mediante un'esperienza di donazione e comunione fino alla perfezione definitiva della vita eterna, è anche vero che sin dall'inizio è un essere spirituale irripetibile, aperto all'infinito.

“ Io sono la resurrezione e la vita; chi crede in me, anche se muore, vivrà; chiunque vive e crede in me, non morrà in eterno. Io sono la via, la verità e la vita. Nessuno viene al Padre se non per mezzo di me. Nessuno ha un amore più grande di questo: dare la vita per i propri amici. Questa è la vita Eterna: che conoscano te, l'unico vero Dio, e colui che hai mandato, Gesù Cristo”. (Vangelo sec. Giov)

La Vita Eterna promessa ossia l'immortalità, diventa una certezza quando riusciamo a spazzare via la paura dell'ignoto, la sofferenza, la solitudine e quando il passaggio dalla vita alla morte è sostenuto dalla fede e dalla conoscenza.

La morte, infatti è un punto di transizione, di trasformazione, di passaggio da una dimensione all'altra dove abbandoniamo il nostro corpo fisico per raggiungere un altro stato d'essere e non rappresenta assolutamente la tanto temuta “fine”.

La morte non comporta nessuna “fine”, nessuna “separazione”, la separazione è solo nella nostra mente, perché se imparassimo ad ascoltare i nostri cuori, sentiremmo il loro sussurro e la loro potente energia che dichiara che nessuno e niente può separare ciò che è unito dalla volontà dell'Amore.

L'Amore è unità e quando lo sperimentiamo davvero, nulla può più separarci.

Per comprendere che la morte è vita, dobbiamo imparare ad aprire la porta del “cuore”, quella porta che ci mette in contatto con la parte profonda del nostro Sé, quella immortale, quella che ci permette di accedere al regno dell'Amore, della Luce, della Pace e della Libertà.

Nel regno dell'Amore, tutto è di tutti e di se stessi, non c'è differenza tra singolo e totalità, esiste la consapevolezza assoluta di essere unici e assoluti e tutto viene compreso dentro di sé a partire dalla certezza che morte è vita.

Se l'amore è ciò che ci lega, io sono te e tu sei me, non potremo mai perdere ciò che siamo!

Credo quindi, sia di fondamentale importanza avere la consapevolezza della nostra impermanenza, e della nostra unicità perché solo così durante la nostra Vita possiamo intraprendere un profondo viaggio interiore per andare a fondo di noi stessi e cogliere il vero significato della Morte vivendola come transizione e reale evoluzione della nostra Anima.

***“Generalmente la morte rende gli uomini
più sensibili alla vita”
Paolo Coelho***

2. Prendere confidenza con la morte

Credo che il senso di tutta la nostra Vita dipenda dalla concezione che abbiamo della Morte, in quanto dietro la comprensione della morte si nascondono tutti i valori morali dell'esistenza.

Come afferma Jung , la vita acquista valore e persino bellezza nella misura in cui è costantemente in rapporto con la morte.

“Se accetto la morte, il mio albero rinverdisce, perché il morire esalta la vita. Contemplo perciò la morte , perché essa mi insegna a vivere.”(C.G.Jung)



*“La nostra morte è un’attesa, una promessa che non è mai compiuta; per questo lei non ci impone di vuotare la nostra vita ma piuttosto di procedere alla sua pienezza. Tutti siamo chiamati a portare a compimento la nostra vita meglio che possiamo.”
(C.G.Jung)*

Per l’uomo, la morte ha sempre rappresentato un mistero, un enigma.

Il carattere Sacro e Mistico della Morte in quanto ponte tra mondo visibile e invisibile lo ritroviamo già nelle civiltà antiche che includevano la morte nel disegno naturale delle vicende del cosmo segnate dalle dinamiche dei quattro elementi:

aria, terra, fuoco, acqua, che condizionavano sia le cause di vita , di salute, di malattia, che le cause di morte.

Con la sua insuperabile presenza, la morte ci fa avvertire la contingenza della nostra condizione esistenziale, ci pone di fronte alla nostra miseria, ce la fa vedere,

toccare, vivere tutta intera, per questo la reputiamo la parte peggiore del nostro cammino esperienziale sulla terra e non ci viene affatto spontaneo accoglierla.

Come fare quindi a viverla nei migliori dei modi?

Sicuramente non esiste un modo semplice uguale per tutti, ognuno la coglie, la vive, e la sente su di sé in modo personale e diverso da tutti gli altri.

Spesso, il dolore anticipa la morte ed in qualche modo è l'unico modo per fare esperienza della morte in vita, e proprio perché al dolore non si sfugge, diventa l'esperienza per eccellenza, quella che non è paragonabile ad altre proprio perché non è un'esperienza che scegliamo di fare o meno, e soprattutto perché è un'esperienza totalizzante, il dolore quando c'è invade tutto.

Il dolore è separazione perché è restrizione di vita, ma allo stesso tempo è legame perché niente lega più di un dolore e della sofferenza, solo nel dolore morte e vita coesistono.

La morte in realtà è davanti agli occhi di tutti, ogni giorno, ogni istante e ci presenta quotidianamente numerose occasioni per prendere confidenza con Lei, ad esempio, ogni volta che ci troviamo davanti ad una scelta e dobbiamo prendere una decisione, quel cambiamento di attitudine segna la morte del vecchio e la nascita del nuovo; oppure quando abbandoniamo le nostre paure, i nostri dubbi, le nostre cattive abitudini, i nostri pensieri negativi, le nostre presunzioni, anche in tutte queste situazioni, non facciamo altro che far morire una parte della nostra ombra per dare spazio alla nascita di un nuovo talento contenuto nel nostro Sé Superiore, permettendoci così di progredire a livello spirituale.

Garaudy in *"Parola di uomo"* scrive: *"la Morte è morte dell'individuo"*.

Ogni tentativo di sottrarre l'individuo alla morte, è soltanto una consolazione illusoria che diamo a noi stessi. La morte è angosciata soltanto per chi si ferma al suo mondo individuale e si attacca alle sue proprietà; perché tutto ciò che è individuo biologico e personaggio sociale sarà distrutto dalla morte.

La vita di ciascun individuo comunque ha una sua dimensione di eternità, e ce l'ha non dopo questa vita, o al di là di essa, ma qui ed ora, quando diventiamo parte di quel progetto che ha come fine l'eliminazione della lotta di classe e il rinnovamento dell'umanità intera.

Perciò conclude Garaudy, l'angoscia della morte non ha alcun fondamento oggettivo bensì è frutto soltanto di quella "malattia effimera" che è l'individualismo occidentale, il quale poiché ha l'ossessione di sé, fa ritenere ossessiva anche la morte, presentandola come assurda e ripugnante.

Nell'accettazione dell'angoscia della morte, ci poniamo nella condizione di vincere la morte stessa, sottraendola dall'ordine degli eventi naturali e restituendola alla sua

essenza di mistero, ossia di qualcosa che oltrepassa le nostre capacità di comprensione, e in grado di porci di fronte alla nostra vera identità.

Di fronte ad essa, la nostra vita anziché chiudersi miseramente su se stessa, si apre alla speranza e più che ripiegarsi sul proprio non-essere, si dispone a ricevere l'essere che l'amore da sempre gli preannuncia.

Credo sia fondamentale intraprendere il cammino di accettazione della morte mentre siamo in vita senza sentirci angosciati da essa, perché non siamo soli, tale cammino è già stato percorso da Cristo, quindi non dobbiamo fare altro che seguire il suo esempio e ripetere la sua esperienza.

Facendo di Cristo il modello della nostra vita, potremo guardare in faccia la morte e chiamarla con le parole di San Francesco "sorella morte".

In sostanza, quando ci avviciniamo al mistero della morte, ci avviciniamo all'Amore Divino, diventiamo più sensibili, apriamo le porte ad un nuovo tipo di Vita, ci innamoriamo della Vera Vita e con questa consapevolezza ci apriamo ad una Vita che non conosce la morte, una vita Eterna, una Vita al di là del tempo.

3. Il concetto di morte nel corso dei secoli

Il concetto e l'immagine della morte, così come il modo di morire hanno subito importanti trasformazioni sociali e psicologiche nel corso dei secoli.

Secondo un'interpretazione storica "dal momento che nessuna dottrina insegnava all'uomo antico che vi fosse nulla più che il cadavere nella morte, la morte non veniva considerata come un problema, dal momento che la morte era il nulla" (Cosmacini, 1988).

Tuttavia le raffigurazioni sepolcrali, l'uso dell'epitaffio funebre e parte dell'imponente letteratura mitologica parlano non solo di una presenza concreta della morte nel mondo antico, ma anche del terrore dell'Ade e della sofferenza per il distacco dal caro amato (cfr. Alceste, Orfeo ed Euridice).

La morte diventa invece fonte di sicuro timore per l'uomo medioevale, periodo di grandi trasformazioni in cui il Fato dell'antichità viene sostituito da un'Entità superiore esterna, posta a giudice del passaggio verso l'aldilà, dove (come predicano le dottrine religiose) il corpo dell'individuo morto, a seconda della sua condotta in vita, potrà subire una punizione senza fine o essere premiato con la vita eterna.

Philippe Ariès, analizza i cambiamenti che ci sono stati in occidente riguardo la morte partendo dal Medioevo fino ad arrivare ai nostri giorni.

Nella prima metà del Medioevo la morte viene in qualche modo annunciata, il morente ha il presentimento di quello che sta per succedere e in questa consapevolezza ha il tempo di prepararsi, ha il tempo di rimpiangere la propria vita,

ma ha anche dei doveri da assolvere, prima di tutto chiedere perdono ai presenti, raccomandare i propri cari a Dio e se lo desidera dare istruzioni per la sepoltura. Dopo questo momento, il morente fa testamento, sistema i suoi affari in terra e questo è un momento fondamentale perché dispone sull'andamento della famiglia dopo la sua morte.

Dopo l'addio alle persone e alle cose terrene, il morente si prepara all'orazione, comincia con il "Mea culpa" e altre preghiere fino a quando il prete dà l'assoluzione con un segno di croce e un'aspersione di acqua benedetta.

Questo è l'ultimo passaggio, a questo punto al morente non resta altro che attendere la morte.

Appena viene esalato l'ultimo respiro, iniziano le esequie che comprendono quattro parti. La prima, l'unica che aveva un carattere più drammatico era il cordoglio, la seconda di carattere religioso con la replica dell'assoluzione ricevuta in vita, la terza il corteo funebre, la quarta e ultima era l'inumazione vera e propria che veniva svolta molto velocemente e senza particolare solennità.

La morte in quell'epoca diventa una cerimonia pubblica, ogni persona che vi partecipa sa esattamente come si svolgerà e cosa dovrà fare poiché è una scena già vista, a cui ognuno vi ha sempre partecipato fin dalla più tenera età.

Durante il secondo Medioevo, c'è un mutamento nell'atteggiamento nei confronti della morte, infatti, dal XII sec l'idea del giudizio ha il sopravvento, ogni uomo verrà giudicato secondo il bilancio della sua vita. Avviene anche un cambiamento nella consuetudine della morte, il morente è sempre disteso a letto, circondato dai suoi cari, ma nell'ultimo attimo di vita ha la possibilità di redimersi dai suoi peccati e assicurare la sua vita e la sua morte a Dio. Il morente si trova faccia a faccia con l'ultima tentazione, sarà tentato dalla disperazione per i suoi errori, dalla vanagloria per le sue buone azioni, dall'attaccamento per le cose terrene..

Il suo atteggiamento, in quegli ultimi istanti di vita, cancellerà di colpo i peccati di tutta la vita, se saprà resistere sarà salvo, se cederà tutte le buone azioni saranno annullate.

A fine Medioevo, la morte assume un carattere drammatico, diventa fonte di timore facendo nascere la paura della morte improvvisa e in peccato mortale.

Da quanto detto, si evince che l'uomo del primo Medioevo aveva una certa facilità nell'accettare la morte, nel pensarsi mortale, nel secondo Medioevo, invece, inizia ad avere delle difficoltà a percepirsi come tale, ed inizia a riconoscere se stesso nella propria morte, scoprendo quella che Ariès chiama "la morte di sé".

Si notano dunque due differenti prospettive sulla morte: la visione dell'uomo antico dominata da una cultura che concepisce una rappresentazione del mondo in cui l'uomo è parte di un universo governato da forze superiori, come il fato e gli eventi

naturali, a cui è consapevole non potersi sottrarre e la visione metafisica dell'uomo medioevale, condizionata dall'imporsi delle diverse religioni rivelate e dottrine.

Successivamente, i mutamenti che l'immagine ed il concetto di morte hanno subito sino ai nostri giorni, hanno poi condotto a quella cultura della morte che ha trasformato " *il morire in quell'avvenimento spaventoso, traumatizzante ed odioso...fatto esclusivamente evenemenziale, privo di senso spirituale: il morire non è più che l'intrusione del nonsense nella vita*" (Urbain, op. cit.).

La morte è stata per secoli un evento pubblico, sociale, come si rileva nelle manifestazioni rituali, con usi e gesti che andavano dall'esposizione del cadavere, alla presenza partecipe agli ultimi momenti del morente. A testimonianza del carattere pubblico dell'evento vi è un'enorme produzione artistica, di soggetto prevalentemente religioso e ispirata al tema della morte. Va ricordato che per secoli l'iconografia ha rappresentato le vicende della morte e il morire, assumendo il ruolo di una forma di comunicazione indispensabile per esprimere ciò che non può la realtà, arrivando al concreto attraverso il linguaggio simbolico.

Già in epoca greco-romana il monumento funebre e l'epitaffio avevano affermato il carattere pubblico della morte. Gli epitaffi avevano lo scopo di porre il messaggio lasciato dal morente sotto gli occhi di tutti: non riguardavano, infatti, solo argomenti luttuosi ma fornivano suggerimenti e consigli, mettevano l'accento sulla brevità dell'esperienza terrena, sulla possibilità di compiere le migliori azioni durante questa vita, riaffermando non tanto la morte quanto la vita che si lasciava.

In un epitaffio sulla tomba di un antico romano si legge: "finché mi è stato concesso di vivere ho vissuto da avaro e perciò vi consiglio di concedervi più piaceri di quanto non abbia fatto io. Questa è la vita: si arriva a questo passo non oltre. Amare, bere, andare ai bagni, ecco la vera vita; dopo non c'è più nulla. Io non ho mai seguito il consiglio di qualche filosofo. Diffidate dei medici sono stati loro ad uccidermi..." (Cosmacini, op. cit.).

Ariés riporta invece, testimonianze del carattere pubblico della morte, che si osservano in epoca più vicina alla nostra, sino alle soglie dell'800, rilevando il valore attribuito alle ultime parole dei morenti dalle persone riunite intorno al suo capezzale e il senso di tutti quegli atteggiamenti che vengono descritti come "scene degli addii", parte della complessa ritualità intorno alla persona che muore. La morte è pubblica anche in quell'atto, nasce e si diffonde la disposizione testamentaria in quanto si avverte l'esigenza di lasciare un segno della propria continuità, attraverso i beni mondani e ciò che si è realizzato su questa terra.

Tra il XVI e il XVIII sec. l'approccio con la morte cambia nuovamente.

In particolar modo, questo grande cambiamento riguarda il rapporto tra il morente e la sua famiglia, si consolida l'uso del testamento che diventa un modo per affermare i propri desideri sulle questioni pratiche come l'eredità.

Successivamente, dal XVIII sec. la morte diventa un vero e proprio fastidio, i sopravvissuti la accettano con più difficoltà; infatti, la morte temuta non è tanto la propria ma è, come dice Ariès "la morte dell'altro". In più cambia anche la sepoltura, non è più tollerabile la sepoltura nelle piccole Chiese oramai colme, e non è più tollerabile la scarsa solennità con cui i morti venivano sepolti. I parenti vogliono recarsi nel luogo dove è sepolto il proprio caro, un luogo fisico ben preciso, vogliono dare una nuova dimora al congiunto, e così nascono i cimiteri come li intendiamo oggi.

4. La morte nella società di oggi

Nella nostra società la morte è diventata oggetto di vergogna e di divieto, infatti spesso è un divieto parlare al malato della sua reale condizione di salute e della sua prossima morte, così come è quasi un divieto parlare della morte di una persona cara perché crea imbarazzo e ansia negli ascoltatori, incapaci di relazionarsi con essa. Inoltre, il recente progresso tecnologico che si prefigge di ritardare il momento della fine, l'aumento del benessere individuale e sociale, l'allungamento della vita media, hanno fatto sì che avvenisse un gran mutamento nel concetto della morte che è coinciso anche con lo spostamento del luogo dove si muore. Oggi, infatti, non si muore più in casa, ma in ospedale, (luogo concepito come istituzione totalitaria con lo scopo di risparmiare ai familiari e ai morenti la consapevolezza della morte e il contatto con il dolore) essendo la morte non più l'evento conclusivo di una lunga vita, ma l'evento terminale della malattia.

In sostanza oggi non si muore più in mezzo ai propri cari, ma da soli, intubati ai macchinari. Il morente viene quindi privato della propria morte e dei riti che l'hanno sempre accompagnata.

La morte oggi non è più ritenuta un evento personale e spirituale, connotato nella condizione umana, ma viene vissuta come un insuccesso.

Ritengo che questo sia uno degli aspetti più tristi della morte contemporanea.

Inoltre, è cambiato anche il tipo di morte auspicabile, la morte oggi più desiderata è quella che in passato era la più temuta. In molti, infatti, c'è il desiderio di non accorgersi del momento della morte, magari morendo durante il sonno. Questo tipo di morte che oggi viene considerata una fortuna, in passato come detto era la più temuta tanto che una giaculatoria recitava: "Dalla morte improvvisa liberaci Signore!".

Il morire in passato era un'arte, alla quale ci si preparava con cura, a meno che non si trattasse di una morte improvvisa o violenta, si moriva nel proprio letto circondati da familiari, vicini, amici; anche i bambini (che oggi vengono allontanati per non "impressionarli") erano presenti. Allora si viveva per morire e si moriva per la vita eterna.

Una volta si "sapeva" morire perché si "imparava" guardando gli altri, così come si apprendeva qualsiasi altro comportamento.

La morte di un tempo era una morte estremamente partecipata, era avvolta da un profondo sentimento di solidarietà.

Oggi, invece, come già detto non solo si muore in ospedale, ma si muore anche in terrificante solitudine.

L'uomo del XX secolo vuole essere lasciato solo col suo dolore ma soprattutto solo con la sua morte.

La morte scompare dalle case essendo diventata qualcosa di sporco, da sottrarre anche agli sguardi dei congiunti, in realtà la morte ha sempre fatto paura, ma la ragione dell'angoscia, allora, era diversa. Si temevano il giudizio di Dio e della sorte eterna. Oggi invece, si teme di più il dolore dell'agonia.

In più, la medicalizzazione della morte ha fatto sì che nascesse un senso di colpa quando non si sia stati in grado di evitarla.

La crescente medicalizzazione della morte nella nostra cultura ha alterato l'interesse, portandola nel campo della Medicina, pur non essendo una malattia.

Sia la società, sia la classe medica sono complici nel negare la morte, la quale è vista come un nemico da combattere anziché come la conclusione inevitabile del vivere.

Il luogo, il suono, l'odore della morte sono stati allontanati dalle nostre case, dalle nostre coscienze, spesso, colui che sta per morire viene spersonalizzato e considerato più un oggetto sul quale riversare cure e premure che un soggetto da accompagnare nel momento culminante della sua esistenza, la propria morte.

Sarebbe bello se il momento della propria morte, diventasse il coronamento della propria esistenza, l'ultimo gesto d'Amore terreno, un "dono" che possiamo fare a chi resta, per aiutarli a dare un senso alla morte stessa e a continuare a vivere comprendendo il vero valore della Vita.

Personalmente, credo che sia fondamentale far rientrare nell'educazione morale e spirituale degli individui la preparazione ai momenti naturali di passaggio della vita come quello della morte.

5. La vita dopo la morte nelle diverse religioni

Il tema della vita dopo la morte è di fondamentale importanza in tutte le culture e religioni del mondo.

In ciascuna cultura esiste una rappresentazione di ciò che succede al corpo nel momento in cui si spegne.

*“Sia magnificato e santificato il Suo grande nome,
nel mondo che Egli ha creato conforme alla Sua volontà,
venga il Suo Regno durante la vostra vita,
la vostra esistenza e quella di tutto il popolo d’Israele,
presto e nel più breve tempo.
Sia il Suo grande nome benedetto per tutta l’eternità.
Sia lodato, glorificato, innalzato, elevato, magnificato, celebrato,
encomiato, il nome del Santo Benedetto.
Egli sia, al di sopra di ogni benedizione, canto, celebrazione, e
consolazione che noi pronunciamo in questo mondo.
Scenda dal cielo un’abbondante pace ed una vita felice su di noi e
su tutto il popolo d’Israele.
Colui che fa regnare la pace nell’alto dei cieli, nella Sua infinita misericordia
la accordi anche a noi e a tutto il popolo d’Israele.
E così sia.”*

Kaddish, lode a Dio recitata in ricordo dei defunti

- **Ebraismo**

La legge ebraica si basa sulla Bibbia e sul Talmud, ma per essere sempre aggiornata con i nuovi problemi, soprattutto etici, ricorre anche ai “Responsa” cioè delle “Risposte” date dai più importanti maestri della legge ebraica su questioni che Bibbia e Talmud non affrontano. Queste risposte ovviamente vengono date confrontando le nuove decisioni con le norme delle precedenti autorità.

Nell’ebraismo biblico della Torà, la morte è collegata al peccato di Adamo in quanto è una sua conseguenza.

I morti scendono nello Sheol, dove vivono come ombre e in assenza del rapporto con Dio. Il termine ebraico Sheol è stato tradotto con il greco Ade, il regno sotto terra, (secondo la mitologia greca, la ripartizione del mondo era tra i tre figli di Cronos: Zeus, Poseidone e Ade). Ad Ade era toccato il regno sotto terra.

In latino Sheol e Ade prendono il nome di Inferi, nome con il quale i romani designavano le divinità e gli abitanti dell’oltretomba, la parte inferiore, più profonda della terra.

Lo Sheol è il mondo sotterraneo dove finiscono tutti i morti, dimenticati da Dio (Sal 6,5).

I morti sono ridotti a larve, ad ombre: *“I morti non vivranno più, le ombre non risorgeranno”* (Is 26,14).

Nella religione ebraica, la santità della vita ha una connotazione ben precisa, ogni vita umana è considerata di valore infinito e assoluto.

I diritti inalienabili che Dio ha donato all’uomo rimangono tali per tutta la vita e anche di più, infatti, i diritti nella morte emergono in maniera ancora più decisa che in vita. Durante la vita il compito dell’uomo è lavorare e lottare, invece, nella morte deve trovare la Pace.

Secondo la religione ebraica, la resurrezione avverrà alla fine dell’Era Messianica, cioè quando il mondo come lo conosciamo oggi, finirà ed inizierà l’epoca senza tempo, chiamata “Mondo Avvenire”.

Secondo molti passi del Talmud, la resurrezione riguarderà tutti gli uomini senza la distinzione tra buoni e cattivi, mentre in altri brani sempre del Talmud riguarderà solo i giusti e questo provoca discordia tra i Rabbini.

Tutti però, sono d’accordo sul fatto che Dio ridarà ad ogni uomo il corpo che aveva nella vita terrena e lo riunirà alla sua anima, ma per quanto riguarda la vita dei risorti, come detto, ci sono diversi punti di vista, ad esempio secondo Maimonide, la resurrezione non avverrà alla fine dell’Era Messianica ma durante essa, e coloro che verranno resuscitati da Dio potranno svolgere ancora tutte le attività fisiche e biologiche che svolgevano nella vita terrena. I risorti faranno tutto come prima della morte e dopo aver vissuto una lunghissima vita moriranno nuovamente, ma la loro anima continuerà a vivere in una dimensione completamente spirituale dove, quelli che una volta furono esseri umani, saranno come gli angeli per l’eternità.

**“Non morirò, resterò in vita e annuncerò le opere del Signore”
Bibbia- Salmo 118.17**



Cristo morto (Mantegna)



Cristo risorto (Jean Wicar Baptiste)

- **Cristianesimo**

- ✓ **Cattolicesimo**

Nel Cristianesimo nonostante si parli di resurrezione e di nuova vita con Cristo oltre la morte, i cristiani tendono a rifiutarla e a viverla con un profondo senso di fallimento e angoscia facendo ricorso a numerosi stratagemmi in grado in un modo o nell'altro di far sembrare che la morte non esista. Questo, perché la società in cui viviamo ha dato un eccessivo valore alla persona fino a sfociare in un antropocentrismo assoluto che tende a sconfinare in un assoluto egocentrismo.

Nel Cristianesimo i testi Sacri sono la Bibbia, composta dal Vecchio Testamento scritto prima dell'avvento di Cristo, il Nuovo Testamento scritto dopo l'avvento del Messia e i Vangeli scritti dagli apostoli che raccontano la vita di Gesù.

Il fondatore del cristianesimo è Gesù di Nazareth, il Messia, nato da Maria, moglie di Giuseppe e concepito per opera dello Spirito Santo, egli non è un semplice uomo ma è Dio che si è fatto uomo. Gesù Cristo viene condannato a morte da Ponzio Pilato per essersi proclamato re dei Giudei, viene crocifisso, ma il terzo giorno è resuscitato ed è salito in Cielo, dove siede alla destra del Padre e ritornerà nel giorno del Giudizio Universale per giudicare i vivi e i morti.

La resurrezione di Cristo vince il male nella sua essenza, sconfigge il peccato con il credo religioso e sconfigge la morte con la resurrezione.

L'insegnamento di Gesù è sul comportamento che devono tenere gli uomini, Gesù indica proprio la retta via da seguire per poter godere in eterno della beatitudine di Dio e per coloro che non tengono il comportamento corretto, indica come porre fine ai propri peccati attraverso il pentimento e la penitenza.

Nell'Antico Testamento, non esistendo un aldilà, per il cristiano la morte ideale era quella in età avanzata, come quella dei patriarchi Abramo, Isacco o quella dei re come Davide, che morivano *"vecchi e sazi di giorni"* (Gen 25,8; 35,29; 1 Cr 23,1).

La retribuzione per il bene e il male compiuto avveniva su questa terra. Il bene era compensato con una lunga vita, abbondanza di figli e prosperità. Il male veniva punito con una vita breve, sterilità e miseria, e secondo la teologia del libro del Deuteronomio: *"Io Yahvé tuo Dio sono un Dio geloso che punisce la colpa dei padri nei figli fino alla terza e alla quarta generazione per quanti mi odiano"* (Dt 5,9). La colpa dei padri era punita nei figli fino alla quarta generazione.

Il profeta Ezechiele contesta questa visione della vita e afferma che Dio retribuisce sempre e subito le azioni dell'uomo e che ognuno è responsabile del suo agire: *"Colui che ha peccato e non altri deve morire; il figlio non sconta l'iniquità del padre, né il padre l'iniquità del figlio. Al giusto sarà accreditata la sua giustizia e al malvagio la sua malvagità"* (Ez18,20).

Quindi ad ognuno il suo.

Nel Nuovo Testamento, si legge che Cristo è colui che ha vinto il peccato e la morte. Gesù, rivolto alla comunità dei viventi afferma: *"Chiunque vive e crede in me, non morrà mai. Credi tu in questo?"*

A quanti gli danno adesione Gesù comunica il suo stesso Spirito, la sua stessa Vita che essendo divina non è minacciata dalla morte.

Per Gesù la morte non esiste. La vita eterna che Gesù offre è già presente. Gesù non parla di una vita del futuro, come di un premio da conseguire dopo la morte se ci si è comportati bene nella vita, ma di una qualità di vita che è a disposizione subito per quanti accettano lui ed il suo messaggio e con lui e come lui collaborano alla trasformazione di questo mondo portandovi amore.

Gesù dichiara: *"Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna"* (Gv 6,54).

La vita proposta da Gesù è di una qualità tale che quando si incontrerà la morte la oltrepasserà: *"se uno osserva la mia parola non vedrà mai la morte"* (Gv 8,51).

Gesù assicura che chi vive come lui è vissuto, facendo della propria vita un dono, non farà l'esperienza del morire.

La permanenza della vita attraverso la morte è quello che si chiama resurrezione. Gesù non resuscita i morti ma comunica ai viventi una vita capace di superare la soglia della morte, per questo Paolo può dire che i credenti sono già risuscitati: *“ Con lui ci ha anche risuscitati e ci ha fatti sedere nei cieli, in Cristo Gesù”* (Ef 2,6); *“ Con lui infatti siete stati sepolti insieme nel battesimo, in lui siete stati insieme risuscitati per la fede nella potenza di Dio, che lo ha resuscitato dai morti. Con lui Dio ha dato vita anche a voi”* (Col 2,12-13); *“Se dunque siete risorti con Cristo..”* (Col 3,1)

Questa realtà era talmente viva nella comunità cristiana che nei vangeli apocrifi si legge: *“Chi dice: prima si muore e poi si risorge, erra. Se non si risuscita prima, mentre si è ancora in vita, morendo, non si risuscita più”* (Vangelo di Filippo 90) Nel messaggio di Gesù, per resurrezione, non si intende la sopravvivenza di un'anima, ma è la persona stessa che continua la sua esistenza in una diversa dimensione, in una continua crescita e trasformazione di se stessa verso la piena realizzazione, come recita il prefazio per la messa dei defunti: *“ La vita non viene tolta , ma trasformata”*. Quindi, è la vita stessa che continua, non un'essenza spirituale dell'individuo.

La vita sarà trasformata ed arricchita dal patrimonio di bene che reca con sé, come scrive l'autore dell'Apocalisse: *“Beati fin d'ora i morti che muoiono nel Signore. Si dice lo Spirito, riposeranno dalle loro fatiche, perché le loro opere li seguono”* (Ap 14,13).

“Se il chicco di grano caduto a terra non muore, rimane solo; se muore, invece, produce molto frutto” (Gv 12,24).

Gesù attraverso l'immagine del chicco di grano che marcendo produce frutto abbondante, dichiara che la morte non è altro che la condizione perché si liberi l'energia vitale che l'uomo contiene. La vita che è in lui racchiusa attende di manifestarsi in una forma nuova incompatibile con la precedente.

L'essere umano possiede molte più potenzialità di quante normalmente manifesta nel corso della sua vita. Ogni tanto, queste capacità fanno capolino, soprattutto nei momenti di emergenza, quando di fronte a situazioni impreviste scopre energie fino ad allora a lui sconosciute, forze inaspettate e capacità d'amore inesplorate. Nonostante questo, l'uomo, nel breve arco della sua esistenza, non ha la possibilità di sviluppare tutte le sue potenzialità. Con la morte, invece, tutte queste capacità ed energie saranno completamente liberate e sviluppate e gli permetteranno di manifestarsi in tutta la sua potenza. La morte è un momento cruciale del ciclo vitale che consente all'uomo di riprendere con più forza ed energia la sua esistenza. Con il messaggio di Gesù la morte cessa di

mettere paura perché non indica più la fine della vita ma un passaggio verso una dimensione più intensa della stessa.

✓ **Ortodossismo**

Nella religione Cristiano Ortodossa, Dio è considerato sia il creatore della dimensione materiale sia della dimensione Spirituale, questi due aspetti dell'esistenza sono profondamente legati tra loro, corpo e anima compongono l'esistenza umana. Lo scopo dell'uomo è quello di raggiungere la "Theosis", o "Divinizzazione", cioè realizzare appieno il potenziale umano di diventare come Dio e raggiungere una perfezione sempre maggiore ma mai completa. Per farlo deve seguire dei modelli di comportamento che si trovano nelle Sacre Scritture e negli scritti dei Padri e dei canoni della Chiesa. La "Vita Spirituale" è una realtà tangibile e specifica che comprende la tradizione, la comunità e la trasmissione di uno specifico modo di vivere con Cristo, ma soprattutto vivere in Cristo e attraverso di lui nei rapporti con gli altri.

Il pensiero Cristiano Ortodosso, afferma che la vita è una realtà intoccabile, è un dono di Dio ed ogni essere umano è unico ed irripetibile e deve compiere la sua salvezza, per questo motivo, la morte è semplicemente la strada per passare ad un'altra esistenza, l'esistenza eterna. Nell'Ortodossia c'è preparazione alla morte ma non c'è disperazione, la morte rimane un fenomeno fisico ma non potrà mai dominare l'uomo semplicemente perché è stata sconfitta da Cristo e in un certo senso non esiste più.

San Giovanni Crisostomo dice: *"E' vero, noi moriamo ancora come prima ma non rimaniamo nella morte: e questo non è morire, Il potere e la forza reale della morte è soltanto questo: che un uomo non ha alcuna possibilità di ritornare alla vita. Ma se dopo la morte egli riceve di nuovo la vita e, ancor più, gli è data una vita migliore, allora questa non è più morte, ma un sonno"*

✓ **Protestantesimo**

La chiesa protestante è composta da diverse correnti religiose (Luterani, Anglicani, Calvinisti, Metodisti, Battisti, Valdesi ...) e per questo è difficile inquadrarla in modo chiaro e condiviso da tutti; tuttavia alcune convinzioni e credenze sono condivise da tutte le correnti.

Nella religione protestante c'è poco posto per la morte e per la ritualità che l'accompagna, come ad esempio nella religione cattolica, l'attenzione viene posta soprattutto sulla dimensione della resurrezione. Questo approccio è avvenuto anche per il voler prendere le distanze da quella che era l'usanza cattolica del Medioevo. La religione protestante pone l'accento sulla moderazione dei testi evangelici nei confronti della morte e sulla sua realtà, e proprio per questo ha rifiutato l'estrema unzione, l'aspersione con l'acqua benedetta, il segno della croce oltre, all'indulgenza plenaria.



***“Nessuno muore perché l’anima porta in sé
i segni della sua eternità”
Corano LXXV. 38***

- ***Islamismo***

L'Islam è una religione salvifica nel senso più ampio, l'adesione alla fede e l'applicazione dei precetti della Sharia (Legge religiosa) nel corso della vita portano alla felicità sia in vita che dopo la morte. L'uomo è una creatura di Dio, la più perfetta, ma rimane sempre servo di Dio.

Sofferenza e morte nell'islamismo esistono per volontà di Dio e per affrontarle bisogna seguire l'esempio del Profeta. La vita è una prova in cui l'uomo deve dimostrare di vivere le difficoltà con coraggio, forza d'animo, autocontrollo e rassegnazione alla volontà divina e la malattia ed il dolore contribuiscono ad espiare i peccati.

Il Corano non accetta un dualismo radicale di corpo-anima perché l'uomo è unità di anima e corpo, spirito e carne e per questo anche la concezione della malattia è più olistica di quella occidentale, non si può curare la parte malata senza curare contemporaneamente la persona intera. Il malato che dimostra forza di spirito nell'affrontare la malattia guadagna credito verso Dio.

Il Corano sostiene che dopo la morte l'esistenza umana continua con una resurrezione spirituale e fisica. A seconda del comportamento che si è tenuto in vita,

l'aldilà sarà una vita piena di premi oppure di punizioni. Sarà Dio, al momento della resurrezione dei morti a giudicare tutti e decidere la destinazione finale, se l'inferno o il paradiso.

La resurrezione è un tema importante nell'Islam, secondo la religione islamica, il passaggio dalla vita alla morte non è definitivo, non essendoci il peccato originale, la morte non è un prezzo da pagare per il peccato commesso da altri, , ma è un passaggio che inevitabilmente da sofferenza, ma che è necessario e quindi viene vissuto in maniera relativamente tranquilla in quanto come si è detto, la morte non è vista come espiazione del peccato.

Religioni orientali

***“La morte è uno specchio in cui si riflette
l'intero significato della vita”
Libro tibetano del vivere e del morire***

- **Buddismo**

Il Buddismo è una religione salvifica che pone le sue fondamenta su temi come il destino dell'uomo, il problema dell'angoscia , del dolore e della precarietà dell'esistenza umana, proponendo una via di liberazione, sicuramente più filosofica che religiosa. I Buddisti, sono consapevoli dell'eternità della Vita perché la loro idea di esistenza non è legata all'esperienza corporea sulla terra, bensì alla consapevolezza dell'esistenza di un'energia vitale, di un soffio vitale.

Si fonda sulla predicazione del Buddha. Colui a cui spetta per eccellenza questo titolo è Siddhartha Gautama, nato circa nel 565 a.c. in India settentrionale. Il termine Budda designa ogni persona che si è completamente risvegliata dall'ignoranza e si è aperta al suo vasto potenziale di saggezza.

Un Budda è colui che ha messo termine definitivamente alla sofferenza e alla frustrazione scoprendo una felicità e una pace durevoli, incrollabili, è colui che ha raggiunto l'illuminazione (bodhi) grazie all'annullamento di tutti i desideri, in modo da essere liberato per sempre dal ciclo delle rinascite (Samsara). Secondo la tradizione Buddista Tibetana, lo stato di Budda si raggiunge attraverso il “non attaccamento” e un buon mezzo per arrivare a questo distacco o morte dell'ego è lo sviluppo della compassione.

Per la religione buddista sono due le cose importanti nel momento della morte: quello che è stato fatto in vita e lo stato mentale in cui ci si trova nel momento della morte. Il momento della morte è estremamente importante, perché a seconda di come viene vissuto influenza il futuro e trasforma il Karma, ripercuotendosi sulla futura reincarnazione. L'ultimo pensiero o l'ultima emozione provata in vita hanno un effetto determinante sul nostro immediato futuro, questo significa che non basta aver avuto una buona vita, perché, se nel momento della morte siamo angosciati questo influenzerà negativamente la futura reincarnazione.

Proprio per essere pronti al momento della morte, i maestri buddisti sottolineano quanto sia importante prima del passaggio, staccarsi dalle persone, dagli affetti e dai beni terreni, perché solo avendo sistemato tutto questo con consapevolezza, si può fare una buona morte.

Il libro dei Morti tibetano o "Bardo Thòdol" "*Liberazione mediante comprensione nel piano che segue la morte*", insegna la tecnica e l'arte di morire.

Questo libro contiene un insegnamento di grande saggezza. Alcuni passaggi vanno letti al defunto per consentirgli di liberarsi rapidamente dei suoi attaccamenti materiali e umani così da poter riconoscere la pura luce. Se, sin dai primi giorni, il defunto non sa riconoscere la chiara luce e fondersi in essa, sarà costretto ad iniziare il suo viaggio nei vari "Bardos".

Il "Bardo" (Transito) inizia nel momento in cui si contrae la malattia "Bardo doloroso", così chiamato perché se non si è preparati a quello che succederà nel momento della morte, quest'ultima, sarà un'esperienza estremamente dolorosa.

Il processo della morte nel buddismo consiste in due fasi di dissoluzione: una esterna, in cui si dissolvono i sensi e gli elementi e l'altra interna, nella quale si dissolvono le emozioni e i pensieri.

Per capire però tale processo, dobbiamo capire come è fatto il corpo umano per la tradizione buddista. I maestri buddisti, paragonano il corpo umano a una città dove i canali sono le strade, il corpo è il cavallo e la mente il cavaliere. I canali principali sono tre: quello centrale scorre parallelamente alla colonna vertebrale, mentre gli altri due laterali scorrono uno a destra e l'altro a sinistra di quello centrale. Lungo il canale centrale sono situati i chakra, i centri di energia, da cui partono altri canali. Nei canali scorrono le arie interne, o venti e ce ne sono cinque principali e cinque secondari. Ogni vento principale fa da supporto a un elemento e presiede una funzione del corpo umano, i venti secondari, invece, presiedono i cinque sensi. I venti che scorrono nel canale centrale sono gli unici puri; tutti gli altri che scorrono negli altri canali sono considerati impuri. Alla luce di questo, per i buddisti, la posizione migliore per morire è quella del "leone dormiente", la stessa nella quale spirò il Buddha, cioè sdraiati sul fianco destro con la mano sinistra appoggiata sulla coscia sinistra, la mano destra

sotto il mento a chiudere la narice destra, le gambe distese e le ginocchia leggermente piegate. La chiusura della narice destra e lo stare distesi sul fianco destro fa sì che vengano bloccati i canali sottili che stimolano il “vento karmico” che si trovano appunto sul lato destro, in questo modo sarà più facile riconoscere la luminosità quando apparirà al momento della morte.

Tale luminosità però può essere riconosciuta solo da un praticante esperto, il quale potrà fondersi con essa per conseguire così la liberazione, per gli altri che non la riconosceranno, c'è l'entrata in un bardo successivo, quello della Dharmata.

La parola Dharmata significa “essenza delle cose così come sono” e il suo bardo si divide in quattro fasi (luminosità, unione, saggezza, spontanea presenza), ognuna delle quali offre un'opportunità di liberazione.

Il Bardo si conclude poi con il “Bardo del divenire” che è lo stadio intermedio tra la morte e la nuova rinascita, in questo bardo si aprono infinite possibilità di “divenire” cioè di rinascere nei vari regni. Il bardo del divenire dura mediamente da una settimana a quarantanove giorni. In questo periodo, si è costretti a rivivere la propria morte ogni sette giorni. Questa esperienza viene rivissuta con tutta la sofferenza della prima volta, ma se si è morti in pace, rivivere la propria morte non causerà dolore ma verrà vissuta con una sensazione pacifica.

I sentimenti che proviamo durante questo periodo sono molto forti per cui è importante non farsi prendere dalla rabbia, dal rancore o dal desiderio, perché in questo modo verrebbe fortemente influenzata negativamente la successiva rinascita. Nel Buddismo si ritiene che l'anima si reincarni dopo la morte in un altro corpo e continui così a ripetere il ciclo di nascita e di morte che la porterà infine al compimento del suo karma e al raggiungimento di uno stato superiore. Una volta che l'anima avrà raggiunto questo stato, non avrà più bisogno di reincarnarsi.

Per i buddisti, ciò che conta è che l'anima dei defunti, attraverso le reincarnazioni e le rinascite venga definitivamente liberata dal dolore dell'esistenza e questo ciclo continua fino a che l'anima non raggiunge la felicità assoluta, cioè il nirvana.

“Ciò che esiste non può cessare di esistere”
Bhagavad Gita II°.16

- **Induismo**

L'Induismo non essendo una religione profetica, ma il frutto di 5000 anni di storia ha molte sfaccettature ed è formato da numerose scuole. I testi sacri di questa religione

sono i Veda e tre sono le principali divinità: Brahma, Vishnu e Siva che vanno a formare la cosiddetta "Triade induista" o "Trimurti".

Secondo l'Induismo, *"la Vita dell'Universo visibile e invisibile non è altro che illusione cosmica, maya, un gioco, Lila, entrambi sprovvisti di senso e realtà; solo la Morte, realtà assoluta può essere presa sul serio"*

Il messaggio offerto da questa Tradizione è che dobbiamo pervenire all'Unità o alla non dualità. Il nostro desiderio deve essere di unirci a Brahman poiché siamo ciò che pensiamo.

"Si diventa ciò che si è, secondo i propri atti e la propria condotta".

"In verità si deve con zelo purificare questo pensiero che è il ciclo stesso della rinascita. Si diventa identici a ciò che si pensa: ecco l'eterno mistero".

Secondo la Bhagavad-Gita, *"Gli esseri avvolti dall'ignoranza (tamas) sono incatenati dalla negligenza e l'inerzia e rinascono dopo la morte in matrici di esseri privi di conoscenza. Coloro che ostentano il desiderio e l'azione (raja) sono attaccati al frutto delle loro opere e rinascono al mondo dell'azione (pitri-yana). Coloro che si attaccano alla conoscenza (sattawa) si assoggettano alla felicità e alla purezza e appartengono al mondo senza macchia di quelli che conoscono i principi supremi (deva-yana). Ma coloro che non partecipano ad alcuna di queste tre tendenze (gunas) e che sono fermamente stabili al di sopra della conoscenza, dell'azione e dell'ignoranza, che considerano allo stesso modo la felicità e la sofferenza, l'onore e l'insulto, l'amico e il nemico, questi diventano il Brahman"*

Anche gli Induisti, credono nel Karma e nella reincarnazione, chiamano il ciclo di vita e morte *Samsara*. Sostengono che quando un corpo muore, l'anima lascia il corpo e vaga per tre epoche per poi trovare un nuovo corpo. La reincarnazione in un altro corpo dipende dal Karma: se il soggetto ha vissuto una vita piena di azioni positive allora la sua condizione di vita migliorerà, in caso contrario, peggiorerà. Solo con un karma neutrale sarà possibile andare nell'aldilà. Inoltre gli induisti credono nell'esistenza di diversi paradisi, intesi come luoghi di passaggio prima che l'anima possa rinascere sulla terra.

La morte ideale, per gli induisti è quella naturale, provocata dalla vecchiaia in modo che la persona non sia colta di sorpresa e abbia il tempo per adempiere a una serie di doveri e di tradizioni previsti per il momento prima della morte.

“C'è un luogo in cui la morte non può entrare”

Tao Te Ching

- **Taoismo**

Il taoismo può essere definito una religione cosmica perché si preoccupa della relazione dell'essere con tutto il creato. La pratica taoista è nata e si è sviluppata nel III sec.a.C. rappresentando la perfetta commistione tra spiritualità, folklore e le pratiche simboliche proprie della cultura cinese più antica.

L'aspetto fondamentale di questa dottrina risiede nella ricerca dell'armonia con il mondo circostante e quindi con la Natura, affinché l'uomo possa elevarsi verso la “Via della Saggiezza”.

Ciò si regge sul principio dello yin (buio) e yang (luce) delle forze contrapposte che sono alla base dell'universo (giorno/notte, caldo/freddo, uomo/donna, vita/morte) ognuna delle quali contiene tuttavia il seme dell'altra modificandosi costantemente in un movimento armonico e ciclico.

Questo concetto è rappresentato comunemente da un cerchio suddiviso in due zone, una chiara e una scura, in ciascuna delle quali è presente un punto di colore opposto.



Per i taoisti, *l'energia, il “Qi”* è la fonte non visibile della vita: le azioni e l'esistenza stessa del corpo fisico sono le sue manifestazione.

Il corpo energetico è considerato energia yin ed è in relazione al pensiero, all'anima e allo spirito, mentre il corpo fisico è considerato energia yang ed è utilizzato per esprimere le decisioni o le pulsioni della parte yin.

Quando la vita di un individuo perde l'equilibrio tra queste due forze, sopraggiungono la malattia, la morte e la decomposizione.

Secondo il **Taoismo**, la vita universale non è altro che un perpetuo avvicinarsi di trasformazioni, di fenomeni e di cose, e il fatto più evidente di questa vicenda è il continuo eterno alternarsi di vita e di morte, per cui il Non Essere diviene Essere per poi tornare a Non Essere.

Nel Taoismo il segreto dell'immortalità è nell'identificazione con il *Tao* e si raggiunge attraverso un cammino mistico e faticoso fatto di pratica e di devozione, atto a mantenere in costante equilibrio le forze che governano l'universo.

Nella tradizione e nel folklore cinese, le leggende legate agli esseri immortali sono frequenti: essi vivrebbero sulle montagne sacre e sarebbero caratterizzati da un aspetto etereo. Uno dei monti sede di queste entità è il monte Kunlun che ospita un palazzo di giada circondato da un muro d'oro. Nel suo giardino vengono coltivate le pesche dell'immortalità che raggiungono la maturazione nel corso di tremila anni.

Al centro della montagna è situata una porta che permette di ascendere direttamente in cielo. La sfera celeste è formata da nove terrazze ed è strutturata come il governo imperiale dell'epoca, dove coesistono un insieme di divinità che assumono il ruolo di imperatori, principi e funzionari con il compito di mantenere la giustizia e l'equilibrio. L'anima che sale in cielo è accolta nel palazzo imperiale e le viene assegnato un posto corrispondente al suo rango.

Secondo il taoismo l'anima non è unica e immortale, ma, in linea con il pensiero della coesistenza degli opposti quindi è doppia. Le due anime che convivono in ogni individuo sono una più spirituale che dopo la morte può evolversi e diventare uno spirito benefico e positivo, chiamato *Shen* e l'altra puramente terrena e quindi molto più materiale della prima che se usata impropriamente potrebbe evolversi in un *Guj*, ovvero in un demone, e potrebbe restare legata alle energie più basse vivendo per sempre sulla terra.

Uno degli scopi principali di chi pratica il taoismo è quello di credere nella possibilità di creare attraverso determinate pratiche, un corpo immortale che sostituendosi al corpo fisico possa custodire le anime.

Un'altra antica credenza risalente al VII sec. a.C. riguarda l'esistenza di un secondo luogo appartenente all'aldilà: le Sorgenti gialle. Quest'ultime sono situate sotto terra e accolgono le anime dei comuni mortali che non salgono in cielo. Sempre nella regione sotterranea c'è l'inferno dove vive un giudice che ha il compito di valutare i comportamenti delle anime in vita e di assegnare adeguate punizioni per ogni cattiva azione commessa. Dal IX sec. in poi l'inferno inizia ad essere descritto in modo più articolato e viene suddiviso in dieci luoghi diversi, ognuno governato da un diverso sovrano.

Al di là delle varie leggende la cosa più importante per la dottrina taoista è ricordarci costantemente che siamo in eterna relazione con la Natura e che siamo costituiti dalla

stessa forza e solo attraverso l'equilibrio e l'armonia si può raggiungere la vera immortalità.

6. *Culto e ritualità nelle diverse religioni*

I riti del "passaggio" sono stati da sempre oggetto di studio di natura antropologica e sociale dato che dipendono dal concetto culturale e religioso di ciò che si ritiene accadere dopo la morte stessa.

Nel corso della storia dell'uomo il culto della morte è cambiato parallelamente all'evoluzione del concetto di vita oltre la morte.

Per i più antichi popoli primitivi i rituali dovevano assicurare l'impossibilità per il defunto di interferire in qualsiasi modo con i viventi, poiché si riteneva che fossero vendicativi nei confronti di chi continuava a vivere, tant'è che si assisteva alla sepoltura a testa in giù dei defunti, legati e coperti di pietre.

Con il paleolitico si fa strada il concetto della sopravvivenza dello spirito oltre la morte, da qui i primi rituali di sepoltura, ad esempio, si lasciava nella tomba il cosiddetto corredo funebre costituito da tutto ciò che si riteneva potesse servire allo spirito nella sua nuova esistenza: offerte di cibo, oggetti personali, utensili, amuleti, armi per continuare a combattere e spesso si componevano giacigli di fiori e piante medicinali.

Con l'era del neolitico emerge la necessità di garantire uno spazio ben delimitato e dedicato ai defunti in modo da sottolineare la loro separazione dal mondo dei vivi.

Nell'antica Mesopotamia, i defunti dovevano necessariamente essere sepolti nel sottosuolo, dove si trovava l'oltretomba e bisognava garantire loro un accesso che li conducesse agli inferi, altrimenti lo spirito sarebbe rimasto intrappolato nel mondo dei vivi e nell'errare senza meta cercando invano l'accesso per l'aldilà, avrebbe sfogato la sua disperazione sui vivi stessi.

La privazione della sepoltura era considerata una pena gravissima che veniva applicata per gravi colpe, oppure come espressione profonda di ostilità nei confronti dell'estinto. Pertanto, l'unico rimedio che quietasse uno spirito di questo tipo era concedergli le esequie. Generalmente il funerale prevedeva che il cadavere venisse accompagnato fino alla tomba dove si celebrava un rituale con lo scopo di assicurare il defunto che non sarebbe stato dimenticato e per augurargli un viaggio sereno.

Gli antichi Egizi, credevano fermamente nella vita ultraterrena e per questo avevano sviluppato una serie di riti complessi per consentire la continuazione della vita oltre la morte. Per vivere nell'Aldilà era necessario preservare il corpo del defunto con la mummificazione, in modo da consentire all'anima di vivere nel corpo imbalsamato.

La tecnica della mummificazione veniva praticata per vie naturali, come ad esempio attraverso le tombe sabbiose e ventilate che asciugavano il corpo o tramite l'imbalsamazione. I sacerdoti rimuovevano tutti gli organi interni, tranne il cuore, che avrebbe avuto un ruolo chiave anche nella vita ultra terrena, poi avvolgevano il corpo in bende di lino e a fianco del corpo mummificato, ponevano dei vasi, i cosiddetti canopi, raffiguranti i quattro figli del dio Horus. I più pregiati vasi canopi sono stati rinvenuti nella tomba di Tutankhamon, risalenti al 1341 a.c. e oggi sono conservati nel Museo Egizio del Cairo.

Per gli antichi Etruschi, i defunti continuavano la vita dopo la morte nelle loro stesse tombe, che quindi venivano attrezzate con tutto il necessario come una replica delle loro stesse abitazioni, vi si deponavano oggetti, cibo, e tutti i simboli dello status sociale dell'individuo, ad esempio armi per gli uomini e gioielli per le donne, le pareti erano decorate con affreschi che illustravano scene di vita come banchetti, danze o giochi. Di qui la nascita delle Necropoli etrusche, vere e proprie cittadine tombali.

Dal V secolo a.c. l'influenza della civiltà greca condizionò anche gli Etruschi, cosicché anch'essi localizzarono l'aldilà in un mondo sotterraneo ove trasmigravano le anime dei defunti, abitato da divinità infernali e da spiriti di antichi eroi. Il defunto doveva quindi viaggiare per raggiungerlo, scortato da spiriti infernali. Ogni defunto sarebbe stato condotto in un mondo senza luce e speranza in cui il fluire del tempo era segnato da patimenti delle anime che ricordavano i momenti felici delle loro vite terrene. Le sofferenze delle anime dei morti potevano però essere alleviate dai parenti grazie a riti, offerte e sacrifici.

Nell'antica Roma, vediamo la nascita delle prime imprese funebri, compaiono i libitinarii, gli addetti ai funerali delle persone più ricche. Non si conoscono bene i riti che venivano praticati ma si sa con certezza che i corpi erano cremati su pire di legno o inumati. La cremazione era il rito prevalente, le ceneri venivano raccolte in un'urna funeraria e deposte in una nicchia ricavata in una tomba collettiva chiamata "columbarium". Le esequie duravano più giorni, con il coinvolgimento anche di attori, mimi, danzatori, musicisti e lamentatrici professioniste (prefiche), assunte allo scopo. Nove giorni dopo la sepoltura si celebrava una festa, la "coena novendialis", in occasione della quale si versava del vino sulla tomba o sulle ceneri.

Le comunità cristiane dei primi secoli non hanno cancellato le tradizioni e i riti pagani attorno alla morte, i due riti erano coesistenti. Ad esempio i pagani usavano fare un banchetto in giorni stabiliti dopo la morte e anche nell'anniversario della nascita della persona defunta. Si credeva infatti, che la persona partecipasse al banchetto o "refrigerium", tanto che in alcune tombe veniva lasciata un'apertura per il passaggio del cibo anche al defunto.

Anche i primi cristiani dell'area mediterranea adottarono questa usanza ma con alcune modifiche riguardo i giorni e modalità: a Roma i pagani ricordavano il 9° e 40° giorno con sacrifici funerari agli dei, mentre i cristiani di Roma adottarono il 3° giorno (in riferimento alla resurrezione di Gesù), il 7° giorno (in ricordo dei sette giorni) e il 30° giorno (in memoria dei 30 giorni di lutto per la morte di Mosè).

Proprio per distinguersi dai pagani, che celebravano il "refrigerium" nel giorno del compleanno del defunto, le prime comunità cristiane, si radunavano per l'eucaristia nel giorno dell'anniversario della morte che, alla luce della fede, diventa il giorno della nascita alla vera "vita eterna".

Queste celebrazioni, come ricorda sant'Ambrogio verso la fine del IV secolo, avevano un carattere di festa e non si svolgevano in un'atmosfera funeraria, infatti, si aveva la convinzione che il fedele morto nella comunione con Cristo fosse ammesso alla visione di Dio. Soltanto in seguito prevalse l'idea dell'incertezza circa la sorte del defunto al giudizio di Dio e pertanto l'eucarestia assunse un valore propiziatorio, e la messa venne inserita nel rito funebre.

- **Rito ebraico**

Una volta avvenuta la morte, le spoglie devono essere sepolte più velocemente possibile, generalmente entro le 24 ore dalla morte e *"restituite alla terra da cui derivano"* (Ecclesiaste 12,7).

Sono proibite la cremazione e l'imbalsamazione.

La procedura completa per preparare il corpo alla sepoltura viene eseguita da persone dello stesso sesso del defunto ed è composta da tre fasi:

1. "Rechutzah" (lavaggio)
Il corpo coperto da un lenzuolo, viene scoperto e lavato accuratamente
2. "Taharah" (purificazione)
Il corpo viene immerso in acqua e asciugato.
3. "Halbashah" (vestizione)
Infine viene vestito.

La famiglia inizia poi una veglia funebre durante la quale vengono lette delle preghiere. Durante questa veglia, una candela è perennemente accesa per simboleggiare l'immortalità dell'anima, e il defunto non deve essere mai lasciato solo. Dentro la bara viene posto un lenzuolo e successivamente viene adagiato il corpo assieme al tallone di preghiera, uno scialle dotato di frange che simboleggiano i vari precetti da osservare, al quale viene tagliata una frangia per indicare che non verrà più usato in vita per pregare e che la persona è esentata dall'osservare qualunque

comandamento scritto nella Torah. Una volta che la bara è chiusa, colui o colei che si è occupato di preparare la salma (chevra), chiede perdono al defunto per eventuali offese che gli ha recato durante il rituale.

La cerimonia religiosa si svolge alla presenza dei parenti e del Rabbino che guida le preghiere “d’accompagnamento del defunto”, solitamente è compito dei familiari o degli amici più intimi trasportare la bara.

Tutti i partecipanti devono rimanere fino alla fine della sepoltura proprio per rispetto al defunto e alla sua famiglia.

Infine, dopo la sepoltura inizia un periodo di lutto distinto in fasi diverse:

1. *Aniut*: è la fase del “lutto acuto” dura fino alla fine della sepoltura. In questa fase la persona che vive il lutto è dispensata dall’osservare i precetti che richiedono attenzione e azione.
2. *Avelut*: è la fase del “rimpianto”. In questa fase la persona che vive il lutto non può ascoltare musica o partecipare a feste. Questa fase a sua volta comprende tre periodi distinti: *Shiva* (dura 7 giorni durante i quali i familiari ricevono conforto da parenti e amici), *Shiloshim* (dura 30 giorni durante i quali i familiari non possono partecipare a pranzi, feste e agli uomini è anche proibito tagliarsi barba e capelli) e *Shneim asar chodesh* (dura 12 mesi durante i quali permangono i divieti delle fasi precedenti ma vengono riprese le attività della vita quotidiana).

- **Rito cristiano**

La fede cristiana per il “Rito delle esequie” ha dei precisi dettami, ordinati sia dal “Catechismo della Chiesa Cattolica”, sia dal “Libro del Rituale romano”.

Il “Catechismo” nel capitolo quarto, all’articolo 2 che ha come titolo “Le esequie cristiane”, recita quanto segue:

“Il senso cristiano della morte si manifesta alla luce del mistero pasquale della morte e della resurrezione di Cristo, nel quale riposa la nostra unica speranza. Il cristiano che muore in Cristo Gesù va in esilio dal corpo per abitare presso il Signore”.

Il giorno della morte inaugura per il cristiano, al termine della sua vita sacramentale, il compimento della sua nuova nascita cominciata con il Battesimo, la “somiglianza” definitiva all’immagine del figlio “conferita dall’unzione dello Spirito Santo”.

In queste parole è evidente, la speranza della “luce del mistero pasquale” che accompagna questo momento delicato. E’ così fortemente presente a chiare lettere che la morte “inaugura per il cristiano il compimento della sua nascita”.

Approfondendo il rito funebre ritroviamo che “ il Rito delle esequie” della liturgia romana propone tre tipi di celebrazione delle esequie, corrispondenti ai tre luoghi del suo svolgimento (la casa, la Chiesa, il cimitero).

Dopo la morte, c'è un breve momento di veglia al corpo, momento in cui si riuniscono i familiari più stretti per poter salutare il proprio caro e pregare per lui.

Il giorno prima del funerale, i familiari e gli amici si riuniscono in Chiesa per la recita del Santo rosario in memoria della persona appena mancata, mentre il giorno del funerale, che generalmente avviene dopo un paio di giorni dalla morte, include quattro momenti principali che sono: l'accoglienza della comunità, la Liturgia della Parola, che illumina la morte nella prospettiva della resurrezione, il Sacrificio Eucaristico come centro della realtà cristiana e l'Addio al defunto (Ad- Dio) ossia la raccomandazione a Dio del defunto da parte della Chiesa.

Nel momento finale del funerale, prima che la bara esca dalla Chiesa, avviene l'aspersione con acqua benedetta e l'incensazione della salma che sta a significare l'ultimo saluto e l'ultima raccomandazione a Dio.

Il rito si conclude con la sepoltura del cadavere al cimitero o la cremazione, permessa purché non venga praticata per motivi contrari alla dottrina cattolica.

Durante il lutto, nella comunità cattolica è fondamentale affidarsi a Dio per non sprofondare nello sconforto e nella tristezza e per aprirsi alla speranza e continuare ad avere fede. Inoltre, è usanza far celebrare una messa in ricordo del proprio defunto nelle ricorrenze più importanti (prima settimana dopo la morte, anniversario) e rendergli omaggio nel giorno della Commemorazione dei defunti che si celebra il 2 novembre. In questa giornata viene celebrata una messa all'interno dei cimiteri e vengono benedette tutte le tombe. I familiari fanno visita alle tombe dei propri cari e portano dei fiori.

- **Rito protestante**

Dato le numerose correnti che compongono la chiesa protestante, è difficile inquadrare solo un rito funebre, comunque generalmente, i riti vengono organizzati quasi sempre secondo i voleri del defunto e della famiglia. Solitamente il rito funebre si svolge in modo molto semplice, e dato che non esiste il sacramento dell'Unzione degli infermi e il culto dei morti, non si celebrano altre funzioni di suffragio negli anniversari.

Il funerale avviene un paio di giorni dopo la morte, in modo che la famiglia possa sistemare la questione della sepoltura e ricevere le visite di parenti ed amici.

La funzione può essere svolta anche in casa ma è preferibile che venga svolta in Chiesa. Durante il rito in Chiesa, il Pastore legge dei brani tratti dalla Bibbia, delle

letture sulla resurrezione, pronuncia il sermone e un breve ritratto della persona defunta. Alla fine della funzione, il feretro viene portato in cimitero per la sepoltura, oppure può essere scelta la cremazione.

Al termine del funerale i familiari organizzano un banchetto in una sala della comunità o nella casa di un familiare per poter mangiare e stare assieme a coloro che hanno partecipato alla funzione e condividere i ricordi sul defunto.

- **Rito islamico**

Dopo la morte, quattro persone dello stesso sesso del defunto lavano e compongono la salma secondo un rituale ben specifico per purificarlo.

Durante la veglia funebre, un Imam recita le “*Sure*” del Corano in presenza di familiari e parenti.

Di norma, per i mussulmani, la sepoltura deve avvenire entro ventiquattro ore dalla morte o comunque molto velocemente, per rispetto nei confronti del defunto.

Il defunto, viene portato in una soffice bara di legno al cimitero, il corpo viene quindi sepolto a terra, sul lato destro, con il petto rivolto verso la Mecca.

Secondo la tradizione solo gli uomini partecipano alla cerimonia funebre, le donne aspettano fino al giorno dopo per recarsi al cimitero. Il monumento funebre deve essere molto sobrio e includere l’iscrizione di un versetto del Corano.

Nella religione mussulmana, la cremazione è severamente vietata così come la donazione degli organi.

La salvezza dell’uomo si conclude con un giudizio universale dove Allah giudicherà i buoni e i cattivi. Se l’uomo riesce a sottomettersi alla volontà di Allah e ad accumulare buone azioni con questa volontà di sottomissione, allora sarà ricompensato da Dio e andrà in Paradiso, dove il corpo potrà godere dei piaceri della vita, se invece, l’uomo non sarà in grado di sottomettersi alla volontà di Dio, andrà all’Inferno dove vivrà le pene dell’anima e del corpo.

Secondo la religione islamica, il passaggio dalla vita alla morte comunque non è definitivo, ma, un giorno, ci sarà un mondo dove sofferenza e morte non esisteranno più.

Riti orientali:

- **Rito Buddista**

Appena la persona muore, parenti ed amici versano dell'acqua su una mano del defunto, circondano la salma con candele, luci colorate, incensi e profumi, offrono fiori e chiamano i monaci a recitare i testi sacri e le preghiere. Nel buddismo sono numerose le pratiche per aiutare i defunti e le persone che stanno vivendo il lutto.

Quella più conosciuta è la pratica del *Phowa* (trasferimento della coscienza) da farsi appena è avvenuta la morte, possibilmente prima che il corpo venga spostato. Un'altra cosa che si fa per aiutare il defunto è quella di recitare il mantra del Bhudda della compassione (OM MANI PADME HUM) che purifica le emozioni negative che sono la causa di una cattiva rinascita; oppure si recita il mantra di Amitabha che è il Buddha della luce infinita (OM AMI DEWA HRIH).

E' molto importante anche leggere il "Libro tibetano dei morti" perché in questo modo viene illustrato al defunto quello che gli sta succedendo, guidandolo verso il suo nuovo percorso.

Oltre alle preghiere e alla meditazione, per aiutare i defunti si possono fare buone azioni in loro memoria, come fare la carità, distribuire i loro averi ai poveri, sostenere il ritiro spirituale di un bravo praticante

Tutte queste pratiche servono sia al defunto sia ai familiari rimasti in questa vita, i quali hanno la sensazione di fare ancora qualcosa di concreto per aiutare il loro caro.

- **Rito Induista**

Poco prima della morte il morente viene adagiato dai familiari sul pavimento, con la testa verso nord e i piedi a sud, viene messo per terra perché così può rimanere lucido e concentrarsi su quello che sta sperimentando. Attorno al morente viene spruzzata acqua del Gange, sementi ed erba a voler rappresentare la terra, e si riuniscono i parenti e il "Brahmana" (Sacerdote) che iniziano a recitare versi sacri e preghiere.

A mano a mano che passa il tempo, il morente perde le sue funzioni, l'odorato, la parola, il gusto rimanendo confuso e impotente, la mente è disattivata ed è immersa nella forza vitale del Prana (soffio vitale) e lentamente la coscienza si trasforma in uno stato di sonno profondo, da cui è sempre più difficile uscire, a questo punto anche il Prana inizia a rientrare nel Tejas (calore vitale) e questo coincide con la fine della respirazione, l'abbandono del corpo.

A questo punto, se l' "Atman" (Anima individuale) non supera il Giudizio, inizierà il suo viaggio verso sud, verso il regno di Yama che sta nelle viscere della terra.

Quest'ultimo è diviso in ventuno inferni, dove i malvagi e i falliti vengono torturati in ogni modo dai demoni; trascorso il giusto tempo, da lì si rinasce. La qualità della nuova vita dipenderà dal frutto Karmico. L'anima si reincarnerà in un essere meno infelice se l'involucro Karmico è pieno di bontà, oppure precipiterà in un corpo più infelice se l'involucro Karmico è pieno di cattiveria.

Se invece, l' "Atman" supera il Giudizio, entrerà nello Yama del paradiso celeste diviso in cinque cieli, a ciascuno dei quali appartiene ad una divinità.

L'anima che dal paradiso si reincarna avrà una buona partenza per evolversi verso gradi di santità ancora più elevati.

"Là vivrai ... lavato da ogni macchia, pieno di forza, con un nuovo corpo ... libero dai dolori, e pieno di integrità e salute tra musiche, danze, ninfe servitrici, fino alla seconda morte da cui inizia (Brahmana)".

Dopo la morte , il corpo del defunto, mentre le persone che assistono al rituale ripetono il sacro "OM" viene lavato, i capelli vengono rasati e nella bocca viene inserita una foglia di basilico indiano (*tulasi*) assieme ad alcune gocce di acqua del Gange, sulla fronte viene spalmata dell'argilla (nel caso di una persona celibe o di una vedova viene dipinta di rosso).

Questo rituale stabilisce che il trapasso è definitivamente compiuto, e solo alla fine è permesso uscire dalla stanza e liberarsi al pianto. Il defunto però non deve mai rimanere solo, nella stanza deve sempre esserci qualcuno (parente anziano e vecchio amico) che abbia la capacità di difendere la salma da eventuali attacchi da parte di spiriti maligni.

A questo punto il corpo viene portato nel campo di incinerazione, a capo del corteo funebre c'è il figlio maggiore, subito dopo la bara, portata da sei persone, ci sono i parenti più stretti, dal più vecchio al più giovane, poi i membri dello stesso clan e gli amici; le donne stanno a casa ad eccezione della vedova.

Dal giorno dopo il funerale iniziano una serie di riti che durano in totale dodici giorni aventi lo scopo di far assimilare completamente il defunto ai suoi antenati e per far sì che le sue sofferenze terminano e smettere così di disturbare i familiari e chi abita nella sua casa.

- **Rito taoista**

La Cina ha sempre gestito più religioni e di conseguenza più forme di ritualità, tutte comunque con una caratteristica comune: colori e musiche accompagnano l'ultimo viaggio e il colore del lutto non è il nero bensì il bianco.

Quando una persona muore, sulla porta si appendono fogli quadrati di carta bianca, inoltre, sulle porte delle abitazioni vicine sono affissi foglietti rossi, simbolo della felicità di una vita che non si è spezzata, ma che continua nell'oltretomba.

Corone di fiori, incenso, candele e lanterne di carta costituiscono uno scenario emozionante all'interno del quale si svolge la processione dei parenti del defunto.

I congiunti, vestiti di bianco, accompagnano la bara verso il luogo della sepoltura, (generalmente il tempio), al suono dei gong, dei violini a due corde e dei tamburi.

Le note della solenne marcia funebre accompagnano i funerali ufficiali celebrati in occasione della morte di personaggi illustri.

La tradizione vuole che fuochi di artificio vengano fatti esplodere con lo scopo di allontanare gli spiriti maligni e che modellini di carta a forma di case, automobili e denaro vengano costruiti e bruciati al fine di agevolare il passaggio dell'anima attraverso i dieci tribunali dell'aldilà.

Inoltre, talvolta i defunti vengono seppelliti con dischi di giada a forma di mandorla sugli occhi in quanto, secondo i cinesi, la giada possiede poteri speciali e benevoli. La bara infine, viene ricoperta con una tavola sulla quale viene scritto il nome del defunto e lo stato sociale occupato in vita, in quanto, ancora oggi la società cinese si fonda su una radicata tradizione che prevede la divisione in classi sociali ben definite.

Diverse le religioni, diverse le preghiere, diversi i riti, ma tutti gli uomini davanti all'unico grande mistero della vita, la morte, hanno cercato gli strumenti atti a superare l'angoscia della morte.

Il rito concede di convivere con l'idea della morte, permette una comunicazione tra mondo dei vivi e mondo dei morti e risolve l'angoscia dell'"alterità" disturbante del cadavere, perché nulla avviene "come se fosse la prima volta" (Di Nola, 1995).

Si deve constatare, però, che nella realtà odierna i riti, con i quali si pacificavano i fantasmi e le angosce di morte, sono andati rarefacendosi, non solo per motivi di ordine sociale (inurbamento, falsi pudori) ma anche a causa di repressioni religiose, che nel corso dei secoli hanno ridotto o eliminato gesti e rituali.

7. “Le Arti Moriendi” e la “Buona Morte”

Le “*Ars Moriendi*” è un testo scritto in latino che fece la sua apparizione a Colonia intorno al 1465 e che ebbe successivamente numerose traduzioni.

Il titolo significa l’Arte di Morire e il sottotitolo è : Libretto sulla buona morte.

Questi libretti erano destinati alle persone che accompagnavano i moribondi (preti o laici) e avevano lo scopo di aiutare i cristiani a morire bene, cioè a morire cristianamente. Il testo si compone di dieci capitoli in cui si distinguono le “Cinque Suggestioni Diaboliche”, ossia le cinque tentazioni utilizzate dai demoni per ingannare il moribondo e condurlo alla sua perdita e le “Cinque Buone Aspirazioni” suggerite al moribondo dagli angeli per trionfare sui demoni e andare verso il Paradiso.

L’*Ars Moriendi* invita quindi alla “*Praeparatio*”, indicando chiaramente come il successo dell’Arte del Ben Morire sia riposto nella ricerca della Pace in Cristo, ossia nella quiete interiore che si matura attraverso il distacco dai legami terreni.

L’azione del maligno consisterà nel distrarre da tale “*Esichia*” (pace, tranquillità, calma), riportando la coscienza alla memoria dell’aver fatto e spingendola nel vortice dell’aver ancora qualcosa da fare.

La pratica sarà quella del “non agire”, solo non operando si arriva alla Fede, alle buone opere e alla buona morte.

Afferma il Maestro Gesù, il Cristo: “ *La tua Fede ti ha salvato: và in Pace*”.

Questa è la Fede che nega il dubbio (figlio della ragione), portando l’Anima a riposare nella Pace dell’intelletto contemplativo.

Lo stesso Signore afferma: “*Chi mi vuol seguire rinneghi se stesso*”, questa è la Fede che rimuove ogni ostacolo proveniente dall’Io per mettersi in cammino sulla Via indicata da Dio.

1. Le tentazioni del Maligno sulla Fede

Il Maligno di fronte all’essere umano che sta vivendo le sue ultime ore, si adopera con tutte le sue forze per indurlo a peccare e per allontanarlo dalla Fede. La Fede costituisce il fondamento di ogni Salvezza e senza questa nessun essere umano può salvarsi. Come afferma Sant’Agostino: “*La Fede è il fondamento degli esseri umani nobili e l’inizio della Salvezza umana*”. Ricordiamo che grazie alla Fede, San Pietro camminò sulle acque, San Giovanni bevve il veleno che gli era stato somministrato senza danno.

La Fede è dunque benedetta da Dio.

La Buona Aspirazione data dall'Angelo sulla Fede

Contro questa prima tentazione del Maligno, l'Angelo dona un buon consiglio affermando: *"Oh buono non credere alle pestifere suggestioni del Maligno, che è sempre mendace"*.

2. La tentazione del Maligno attraverso la Disperazione

Il Maligno aggiunge poi, dolore, al dolore del morente esponendogli i suoi peccati, soprattutto quelli non confessati, facendolo così precipitare nella disperazione, la quale, si oppone alla speranza e alla fiducia che l'essere umano deve riporre in Dio. La disperazione è da evitare più di tutti i Mali in quanto, essa offende la Misericordia di Dio, che sola ci può salvare, come afferma Sant'Agostino: *"Se un essere umano caduto nel peccato dispererà del Vero Perdono, perderà del tutto la Misericordia di Dio, infatti nulla offende Dio quanto la disperazione"*.

La Buona Aspirazione data dall'Angelo contro la Disperazione

Contro la seconda tentazione del Maligno, l'Angelo dona una buona ispirazione affermando: *"Perché disperi? Fosse anche che tu avessi perpetrato tanti inganni, furti ed omicidi quante sono le gocce del mare ed i granelli di sabbia, fosse anche solo che tu avessi commesso tutti i peccati del mondo e neanche ti avessi mai fatto prima penitenza e non avessi mai confessato i tuoi peccati seppur avessi avuto la possibilità di farlo, non dovreesti affatto disperare, poiché sarebbe sufficiente la sola contrizione interiore"*, come attesta il Salmo: *"Signore tu non disprezzi un cuore contrito ed umiliato"* ed Ezechiele afferma: *"In qualsiasi istante avrai lacrimato nel cuore sarai salvo"*.

3. La tentazione del Maligno attraverso l'Impazienza

La terza tentazione, con cui il Maligno tenta l'infermo è l'Impazienza, la quale è contro la carità, che impone di amare Dio sopra ogni cosa, vanificando i propri meriti.

La Buona Aspirazione data dall'Angelo sulla Pazienza

Contro la terza tentazione del Maligno, l'Angelo offre una buona ispirazione affermando: *"Allontana il tuo animo dall'impazienza attraverso cui il Maligno, con le sue letali istigazioni, altro non cerca che la dannazione della tua Anima, con l'Impazienza e il lamento la tua Anima è perduta, con la Pazienza è invece salvata"*. Respingi dunque da te l'impazienza come se fosse la peste contagiosa ed assumi la Pazienza quale fortissimo scudo con cui tutti i nemici vengono sconfitti facilmente, rivolgendo il tuo sguardo al Maestro Pazientissimo ed a tutti i Santi fino alla morte.

4. La tentazione del Maligno attraverso la Vanagloria

In quarto luogo, il Maligno quando non può deviare l'infermo dalla Fede mediante la Disperazione o l'Impazienza, tenta l'infermo attraverso il compiacimento di se stesso, inducendolo nella Superbia Spirituale. Tale Superbia deve essere assolutamente evitata in quanto maggiore sarà l'autocompiacimento, tanto più incorrerà nella Dannazione. Per questo San Gregorio afferma: *"Se qualcuno si rammenterà quanto di buono ha fatto non farà che innalzarsi solo dinanzi a se stesso, cadendo per contro dinanzi a Colui che indicò la Via dell'Umiltà"*

La Buona Aspirazione data dall'Angelo contro la Vanagloria

Contro la quarta tentazione del Maligno, l'Angelo offre un buon suggerimento affermando: *"Perché vai attribuendoti superbamente la tua costanza nella Fede, nella Speranza e nella Pazienza, Virtù che ti provengono unicamente da Dio, non potendo in realtà trarre da te medesimo nulla di buono"*, come infatti afferma il Signore: *"Senza di me non potete fare niente"*.

Per prima cosa quando il morente si sente tentato dalla Superbia deve subito pensare che questa fu del tutto sgradita a Dio e che per sua sola ragione, la più nobile delle creature, Lucifero, venne espulsa dai Cieli insieme a tutti quelli che furono con lui e furono dannati in eterno.

Il morente deve trarre esempio da Sant'Antonio, al quale il Maligno affermò: *"Antonio mi hai davvero sconfitto, quando infatti cerco di esaltarti ti rendi umile, quando tento di farti sentire morente ti mantieni saldo"*.

Come seconda considerazione, il morente tentato dalla Superbia, deve pensare che l'Umiltà piacque tanto a Dio, in quanto è per essa che la Gloriosa Vergine Maria concepì Dio e fu innalzata al di sopra dei Cori Angelici.

5. La tentazione del Maligno attraverso l'Avarizia

La quinta tentazione del Maligno è l'Avarizia rivolta per lo più agli esseri umani legati al Mondo e alla Carne. L'Avarizia è sostanzialmente un'eccessiva cura per le cose terrene ed esteriori, dunque l'infermo deve fare particolare attenzione a non pensare ai suoi beni materiali, alle sue ricchezze, a sua moglie, a suo marito ai suoi figli e a tutte le altre cose del Mondo in quanto lo distoglierebbero da quelle cose che riguardano lo Spirito e la Salvezza Spirituale, alle quali bisogna rivolgersi con tutte le forze interiori ed esteriori.

La Buona Aspirazione data dall'Angelo contro l'Avarizia

Contro la quinta tentazione del Maligno, l'Angelo dona una buona Ispirazione affermando: *"Distogli le tue orecchie dai funesti suggerimenti con cui il Maligno tenta di esasperarti e di corromperti. Lascia del tutto perdere le cose di questo Mondo, il cui ricordo non può far conseguire per nulla la Salvezza, essendo anzi un grande ostacolo"*.

Ricordando anche le parole del Signore: *"Se uno non rinuncerà a tutto ciò che possiede, non potrà divenire mio Discepolo"*, ed ancora: *"Se uno giunge a Me senza odiare suo padre e sua madre, la moglie ed i figli, i fratelli e le sorelle non potrà ancora divenire mio Discepolo"*. Al contrario a quelli che rinunciano a queste cose afferma: *"Chi abbandonerà la sua casa, i suoi fratelli, le sue sorelle, il padre e la madre, la moglie, i figli ed i suoi terreni in Nome mio, riceverà il centuplo e guadagnerà la Vita Eterna"*.

L'infermo quindi quando si sente tentato dall'Avarizia e dall'amore delle cose terrene, deve considerare che tutto ciò separa da Dio e riporre completamente la fiducia in Lui che è il solo che conferisce ricchezze Eterne.

"Beati i poveri in Spirito, poiché di essi solo è il Regno dei Cieli".

Possiamo dire in definitiva che l'Arte di Morire, insegna all'uomo a nascere una seconda volta, cioè a realizzarsi, a realizzare il suo essere compiuto ed essenziale al momento della morte, ovviamente nel caso in cui non sia riuscito a farlo prima.

Nel cristianesimo, la seconda nascita si chiama anche conversione, le religioni orientali invece parlano di risveglio, illuminazione e liberazione.

Questa seconda nascita non è più biologica ma spirituale ed è descritta ed insegnata nel Vangelo, come si evince dall'insegnamento di Gesù Cristo nel Vangelo secondo Giovanni a Nicodemo, un notevole fra i giudei, venuto ad interrogare Cristo durante la notte. Gesù gli rispose: " **In verità. In verità ti dico, se uno non rinasce dall'alto, non può vedere il regno di Dio**". Gli disse Nicodemo: " *come può un uomo nascere quando è vecchio? Può forse entrare una seconda volta nel grembo di sua madre e rinascere?*"

Gli rispose Gesù: " **In verità, in verità ti dico, se uno non nasce da acqua e da Spirito, non può entrare nel regno di Dio. Quello che è nato dalla carne è carne, e quello che è nato dallo Spirito è Spirito. Non ti meravigliare se ti ho detto: dovete rinascere dall'alto. Il vento soffia dove vuole e ne senti la voce, ma non sai di dove viene e dove va; così è di chiunque è nato dallo Spirito.**" (Gv. 3,3-8)

L'unica concezione dell'uomo che permette di spiegare realmente e in modo coerente la seconda nascita è la concezione antropologica Spirituale o ternaria che afferma che l'uomo totale, adulto e realizzato è costituito da tre dimensioni.

Il paradigma occidentale che struttura l'antropologia del mondo moderno, sia scientifica che religiosa, però, non è ternario ma dualista, afferma infatti che l'uomo è composto da un corpo e da una mente, oppure da un corpo e un'anima, tant'è che tutti noi abbiamo imparato a vivere solo su questi due piani dimenticandoci del piano spirituale.

Questo paradigma dualista " corpo e anima" è molto antico, ma anche nell'antichità ci sono stati uomini che hanno saputo andare oltre e fare esperienza dello Spirito. Socrate, Platone, ma anche Geremia, Ezechiele, poi Gesù, Giovanni l'evangelista, l'apostolo Paolo, i Padri della Chiesa furono i veri fondatori dell'antropologia ternaria. Ad esempio, Sant'Ireneo rivolgendosi agli eretici dice: " **Non capiscono che sono tre le dimensioni che costituiscono l'uomo perfetto: il corpo, l'anima e lo Spirito**"; e san Paolo ai Tessalonicesi: " **Il Dio della pace vi santifichi fino alla perfezione, e tutto quello che è vostro, Spirito, anima e corpo, si conservi irreprensibile per la venuta del Signore nostro Gesù Cristo**" (1Ts.5,23).

Tutti seppero spiegare bene i sottili rapporti legati a queste tre dimensioni: se il corpo è apertura sul mondo fisico, che è il mondo sensibile, e se l'anima è apertura sul mondo psichico, che è il mondo dell'interiorità, lo spirito è apertura sul mondo spirituale, che è il mondo delle essenze, il mondo delle verità eterne e increate.

Questi uomini seppero anche spiegare la natura della seconda nascita ossia i segni che permettono di identificare un uomo nato due volte, cioè un uomo sveglia a se stesso, un uomo in cammino verso il suo essere profondo.

A differenza della prima, la seconda nascita non è un avvenimento compiuto nel tempo ma è qualcosa che porta fuori dal tempo. Ancora san Paolo: " **Il frutto dello**

Spirito è amore, gioia, pace, pazienza, benevolenza, bontà, fedeltà, mitezza, dominio di sé". (Gal.5,22)

Il paradigma ternario oltre a parlare di una seconda nascita, parla anche di una seconda morte. Affinché l'uomo possa beneficiare dell'immortalità assoluta e possa così sottrarsi alla seconda morte, è necessario che durante la vita terrena o durante il periodo di sopravvivenza dopo la morte egli nasca allo spirito, ossia è necessario che dica sì allo Spirito, sì all'Amore, sì al suo essere essenziale e totale che da solo può evitargli la seconda morte e farlo vivere eternamente.

8. Conclusioni

Affrontare e approfondire il tema della Morte nelle diverse Tradizioni, mi ha fatto capire che, anche se talvolta sembrano opposte, ognuna porta un insegnamento prezioso, ed esprime a suo modo i principi che convergono verso una stessa realtà, ossia che la Morte è parte della Vita al pari della nascita e che solo Vivendo possiamo imparare a morire; in sostanza Nascita e Morte delimitano la Vita così come alba e tramonto delimitano il giorno.

Tutte le Tradizioni sembrano comunque d'accordo sul fatto che il dopo morte non è altro che il seguito continuo di ciò che siamo stati in vita. Un'anima pura raggiungerà rapidamente i piani più elevati, mentre un'anima meno pura per procedere verso la sua ascesa spirituale dovrà prima confrontarsi e superare le sue paure, le sue passioni, i suoi desideri e le sue emozioni.

Purtroppo in Occidente siamo abituati a vivere tutto stando in superficie e con frenesia, quindi è molto difficile fermarsi a riflettere sul senso della Vita e porsi domande profonde su se stessi o su quello che potrebbe esserci o non esserci dopo la morte. La maggior parte delle persone, infatti, vede e vive la morte come un momento disperato, questo perché sono abituate ad identificarsi con il corpo, con gli oggetti che possiedono e gli affetti esterni a loro. Pensano che con la morte perderanno tutto questo, ed in effetti è così, ma la casa, l'auto, il lavoro, i rapporti umani, non identificano la nostra persona, noi siamo molto di più di ciò che possediamo: siamo creature divine dotate di Corpo, Anima e Spirito, venute sulla terra per evolvere e portare a termine il nostro compito. Dobbiamo imparare a lasciare andare le cose e sapere che possono avere una fine, ogni piccola sconfitta della vita quotidiana possiamo vederla e viverla come una piccola morte, come la conclusione di un ciclo all'interno della nostra vita, per poi permetterci di aprirci al nuovo, ad una nuova fase della vita stessa.

Talvolta però, molte persone sono già morte in vita e non ne sono consapevoli, il semplice fatto che respirano non significa che stanno vivendo davvero, sono tutte quelle persone prive di entusiasmo, prive di passione, prive della gioia di vivere, prive di compassione, prive di gratitudine, prive di quella curiosità che porta alla ricerca, all'evoluzione. Mi chiedo: che senso ha vivere una vita piatta?

La vita dovrebbe essere ispirazione continua, stupore, dovrebbe essere un'altalena di emozioni ad alta frequenza, con anche tante difficoltà ma che possono essere superate grazie all'amore, al perdono e alla fede.

Personalmente, credo che non si debba assolutamente aspettare di essere sul letto di morte per porsi certe domande, perché, purtroppo, potremmo accorgerci che è troppo tardi per cercare di recuperare il dono più grande, unico e irripetibile che abbiamo ricevuto: la Vita. Durante il nostro viaggio terreno dobbiamo entrare in noi stessi per scoprire e sperimentare il collegamento con la nostra anima, con quella parte più profonda di noi che può sopravvivere in ogni circostanza, con quella dimensione trascendentale che è insita in noi stessi. Dentro la nostra anima c'è la vera forza della Vita, c'è la pura essenza che non ha bisogno di identificarsi con la materia e le emozioni, c'è la possibilità di rinascere, di ricominciare in ogni momento dall'inizio ed attingere al potere di trasformazione e trasmutazione.

Concludo riportando un passaggio di uno dei più importanti testi filosofici cinesi, nel "Discorso sull'uniformità delle creature", lo Zhuangzi:

"Come posso sapere se il defunto non si è pentito di aver prima bramato la vita?"

"La vita è un germogliare, la morte è un tornare a casa. L'inizio e la fine tornano entrambi all'elemento che è privo di principi eppure nessuno sa in che modo il processo si estinguerà".

Ad ognuno la propria riflessione.

9. Ringraziamenti

Ringrazio di cuore l'Accademia Opera e in modo particolare l'Ing. Sebastiano Arena per la sua professionalità, gli insegnamenti e il supporto dimostratomi durante tutto il percorso di studi.

Con immenso affetto,
Roberta Peloia

10. Bibliografia

- Frighi L. Il culto dei morti e il pellegrinaggio cristiano alle tombe dei defunti. Considerazioni storico-antropologiche.
- La morte e il senso della vita nella cultura contemporanea. <http://www.collevalenza.it>.
- A.M.P. Seminari 2001-2002. <http://www.psychomedia.it>.
- Il crisantemo, culto della morte in Occidente, della vita in Oriente. <http://www.thegreenrevolution.it>.
- La Santa Morte. <http://www.rez.it/santamuerte.htm>.
- Fondamenti di esoterismo cristiano. Marco Marchetti
- Compendio di religioni. Antonio Sbisà
- La storia dei riti funebri. <http://www.onoranzefunebrisociali.it>. Pieretti A.
- Rito funebre. www.wikipedia.it. Sidoli R.
- Il culto dei morti e la religione della dea. <http://www.homolaicus.com>. Sirboni S.
- Il culto cristiano verso i defunti. La morte enigma di sempre. Vita Pastorale 1998. <http://www.stpauls.it/vita00/>. Vassileva MT.
- Il culto della Santa Muerte. InStoria. Rivista online di Storia & Informazione 2011. <http://www.instoria.it>. Vescovi tedeschi.
- P. Ariès, "Storia della morte in occidente", Milano, BUR Saggi, 2013.
- Cf. Ph. Ariès, "L'uomo e la morte dal medioevo ad oggi", tr. It., bari 1980.
- Ph, Ariès, "Storia della morte in Occidente dal Medioevo ai giorni nostri", tr. It., Milano 1978.
- G.A. Carru – M. Chiaretti, "Vivere la morte nelle varie religioni. Un momento di mediazione interculturale", Roma, Edizioni Nuova Cultura, 2009.
- G. G. Filippi, "Il mistero della morte nell'India tradizionale", Caselle di Sommacampagna, Itinera progetti, 2010.
- Ead., "La morte e il morire", Assisi, Cittadella Editrice, 2011
- S. Rinpoche, "Il libro tibetano del vivere e del morire", Roma, Ubaldini Editore, 2011.
- M. Heidegger, "Essere e tempo".
- E. Jünger, "Morte".
- W. Fuchs, "Le immagini della morte nella società contemporanea".