



La natura umana porta con sé la paura della morte, che diviene un vero e proprio macigno nell'età della vecchiaia. Infatti la paura di morire è strettamente legata alla paura di invecchiare. Principalmente ciò accade a causa del pensiero attuale, ben rispecchiato dalla riflessione ciceroniana che vede la vecchiaia principalmente come una condizione di perdita.

E' naturale che nell'uomo ci sia un ragionevole timore di invecchiare, ma la riflessione della psicologia umanistico esistenziale spiega che tale timore non deve essere vissuto diversamente da altri timori già precedentemente vissuti in età di passaggio, pensiamo alla transizione dall'infanzia all'adolescenza che porta con sé sentimenti di enorme inadeguatezza, o ancora al passaggio dall'adolescenza all'età adulta con le sue problematiche di responsabilità. Il principale problema, a nostro parere, è il pregiudizio comune che lega l'indebolimento dell'energia fisica, proprio dell'età senile, all'indebolimento della personalità. Allora ci basti pensare alla riflessione di Seneca attraverso cui possiamo apprendere, contrariamente a quanto comunemente si pensa, che l'età senile è la più propizia all'attività dell'anima, alla riflessione sulla propria esperienza di vita e su se stessi, unita al piacere di tramandare tale esperienza ai posteri. Non a caso si parla spesso della figura del "vecchio saggio". Ancora possiamo citare E. Fromm il quale ci spiega che la paura di morire altro non è che un'espressione inconscia di aver vissuto in modo non produttivo, aggiungiamo, di avere ancora questioni in sospeso, qualcosa che necessariamente deve essere fatto per completare la nostra esperienze nella vita. Non possiamo a questo punto non parlare del libro della Kubler Ross, La morte è di vitale importanza. Questa psichiatra racconta come i malati terminali, principalmente bambini, siano in grado di insegnarti non solo il processo del morire, ma soprattutto del vivere con pienezza, totalmente. Il che significa vivere senza avere questioni in sospeso, irrisolte che a sua volta significa, secondo la Ross, ricevere un' educazione che nessuno di noi ha mai ricevuto. Essere cioè educati in modo naturale, così come siamo stati creati. Solo quando avremmo il coraggio di valutare seriamente le nostre questioni in sospeso e di liberarci di loro, da tutto quanto è innaturale in noi (ed innaturale significa negativo), non avremo più né il timore di invecchiare né la paura della morte, perché non avranno più importanza nella nostra esistenza.

Fiorella Basile e Roberta Giordano - Il fatto del Giorno, 26 ottobre 2010