

ABITARE LE PAROLE / NOSTALGIA

Abbandonarsi al proprio vissuto

«La nostalgia è un luogo mobile che appare e scompare sulle carte della fantasia ma sta ben saldo nel cuore di ognuno di noi» (J. Saramago).

Composta da “νόστος” (ritorno) e “άλγος” (dolore, sofferenza), la nostalgia esprime il “dolore del ritorno” o meglio la sofferenza provocata dal desiderio di rivivere emozioni e/o esperienze passate. Con questa parola - entrata nel vocabolario nel XVII secolo - il medico svizzero J. Hoferr (1662-1752) descrive la patologia diffusa tra i soldati che, costretti ad arruolarsi, accusavano il “sintomo” della mancanza della ‘propria’ casa. Nel tempo il sintomo si è trasformato in un sentimento, ma è rimasto intatto e presente nel cuore dei migranti che lasciano casa, famiglia, patria e terra per una prospettiva di vita meno precaria e senza guerra. È presente e viva, la nostalgia, anche nel cuore di tanti, giovani e meno giovani, costretti a lasciare la propria ‘casa’ alla ricerca di lavoro. La nostalgia è quindi legata per lo più alla perdita di un passato che presumibilmente non potrà più fare ritorno.

Ossessionati dal voler trasmettere un’immagine sempre positiva di noi, tendiamo a tacitare quella parte di noi che potrebbe farci apparire nostalgici e quindi ... fragili. Eppure «Le persone nostalgiche sono in realtà le più forti, perché capaci di rimettere insieme i pezzi del passato e fare della vita un percorso compatto». Scrive così il prof. Constantine Sedikides, direttore del Centro di ricerca sull’identità personale dell’Università di Southampton.

A dispetto quindi del suo significato originario, la nostalgia è di fatto il sentimento che caratterizza le persone che non temono di volgere lo sguardo al passato, a un incontro, a una vecchia fotografia, alla scena di un film, a una panchina, a un’alba. È il sentimento che caratterizza le persone che non hanno paura di ascoltare una canzone e una voce né di percepire odori e sensazioni apparentemente perduti. Il vero “nostalgico” vive fondamentalmente convinto che «Quando ti viene nostalgia non è mancanza. È presenza di persone, luoghi, emozioni che tornano a trovarti» (E. De Luca). Il vero nostalgico - non il melanconico - sa apprezzare il ‘non-ancora’ di ciò che c’è già stato e si è già vissuto. Lo ritiene infatti ancora capace di consegnarci emozioni, promessa che chiede del tempo per essere mantenuta, luce che può continuare ad avvolgere il nostro quotidiano, gusto da assaporare ancora una volta. Per questo, la nostalgia non è tristezza e non è felicità. È invece ciò di cui siamo impastati: realtà vissute ed esperienze solo desiderate, lacrime versate e sorrisi che hanno colorato il nostro volto, dolore provato e bellezza desiderata.

Vivere la nostalgia vuol dire abbandonarsi alla vita già vissuta, che con tutto il suo carico di esperienze e di emozioni fa intravedere chi siamo e chi possiamo ancora essere. La nostalgia può renderci tristi per un istante ma, immediatamente dopo, a qualsiasi età, può proiettarci in orizzonti nuovi, ancora palpitanti di vita e carichi di speranze.

Mons. Nunzio Galantino