



DOCUMENTARIO DI RAI3 "Intorno alle ultime cose"

Recentemente, presso la libreria ASEQ di Roma, è stato proiettato il documentario "Incontro alle ultime cose", prodotto da RAI3 e realizzato da Francesca Catarci.

Il filmato, presentato da Roberto Mander, ha affrontato il tema delicato e doloroso dell'esperienza della morte e della fase, spesso vissuta con solitudine e vergogna, di congedo dagli affetti.

Il programma ha presentato le testimonianze di chi ha scelto di affrontare la morte come un'occasione straordinaria e irripetibile per vivere fino in fondo gli ultimi momenti. Rancori, illusioni, incontri mancati, diventano lucide fotografie di un tempo prezioso da vivere con dignità e consapevolezza.

La serata è stata dedicata a Ondrea Levine, compagna di Stephen, insegnante di meditazione e autore di importanti libri sul tema della morte e del morire, oggi gravemente malata.

Molto interessante l'intervento di Frank Ostaseski, fondatore e direttore dello Zen Hospice di San Francisco, che chiude il documento con una riflessione sull'aiuto che possiamo dare a chi muore.

"L'uso della pratica meditativa è fondamentale" - dice Ostaseski - "Una delle esperienze basilari con cui si entra in contatto attraverso la meditazione è, infatti, quella dell'impermanenza. Si realizza che tutto cambia: ogni pensiero va e viene, e così ogni relazione, ogni amore. Quando capiamo profondamente tutto questo dentro di noi, nel nostro cuore, allora capiamo anche che la morte è nella natura di tutte le cose. E tenendola così vicino, sulla punta delle dita, cominciamo ad apprezzare il fatto che la morte sia la nostra consigliera e che sia lì, vicino a noi, per aiutarci, per informarci. Ecco perché tutte le tradizioni spirituali ci ricordano in un modo o nell'altro di vivere accanto alla morte: per realizzare la precarietà della nostra vita e per accoglierne la preziosità, in modo da non perdere neppure un attimo. Essere vicino ai morenti è la cosa più vitale che possa esistere; essere con la morte è vivere pienamente la propria vita".