



PSICHE E DINTORNI

di **WALTER COMELLO**

L'ombra

Per percepire i **lati oscuri** è necessario stare nella **luce**. È necessario avere il coraggio di voltarsi indietro o l'umiltà di guardare in basso. A volte un muro che appare ostacolo ci è di aiuto per definirne i contorni, senza avere mai la pretesa di vederne il vero volto. L'**ombra** appare solo in quelle circostanze in cui qualcosa o qualcuno ci fa dono della sua luce. La luce che ci invade, che dà vita all'ombra, a volte è conoscenza, altre volte amore, ma è sempre un calore diffuso, **intensità**, altro da noi. Quella conoscenza cambierà la nostra vita proprio perché ci permetterà di scoprire l'ombra, come l'amore quando ci fa scoprire la nostra incapacità di viverlo. La nostra luce, invece, la nasconde, ma non può estinguerla e rivela quella di chi ci è vicino. Non ci pensiamo mai, ma sappiamo che esiste, a lei deputiamo i nostri limiti, ciò che ci viene difficile accettare. Un'area buia in cui vive il **nostro lato oscuro**. Lei ci segue e raccoglie il nostro male, che a lei è affidato quando non ce ne si può sbarazzare. Quel **male dentro** creerebbe conflitti spesso irrisolvibili e allora serve individuare un luogo al di fuori di noi deputato a contenerlo. A lei attribuiamo per questo il ruolo del cattivo, l'ambivalenza, l'**ambiguità**, che a volte faticiamo a riconoscere o ancor peggio a scoprire.

Come il cleptomane colpevolizza delle ingiuste azioni la mano, come se non gli appartenesse,

così ognuno, nella necessità di reputarsi buono, si serve della propria ombra come colpevole del proprio agire. Un'anima senza vita che si desta come un vampiro nella notte per soddisfare la propria sete. L'**ombra inquieta**, che sia la nostra o quella degli altri, è un luogo dove nascondersi, un ignoto che fa più paura di ciò che non si conosce perché è deputato a **ciò che va celato**. Altre volte semplicemente la ignoriamo, non la teniamo in considerazione, perché priva di un'**anima**. Ma il non averla mostrata fino a ora non significa che sia proprio così. Forse un giorno, al calar del sole, quando le ombre si allungano e prendono più coraggio,

**Non ci pensiamo mai,
ma sappiamo che esiste,
a lei deputiamo i nostri
limiti, ciò che ci viene
difficile accettare.
Un'area buia in cui vive
il nostro lato
oscuro**

la nostra ombra potrebbe decidere di rivelarsi con una sua vita e poi con una propria identità. Non ne vedremo mai il volto, ma potremmo accorgerci di una sua azione autonoma, un gesto inaspettato, fuori dagli schemi corporei, dal controllo della mente. **Incredulità**, stupore, una nuova **paura** per ciò che non si conosce, per ciò di cui non potevamo neppure immaginare l'esistenza. Potremmo pensare che sia un'azione inconscia o proprio 'lui'.

L'**inconscio** prende forma, stanco del suo contenitore, e potrei pensare che forse è un bene per lui e per me. Saremmo liberi l'uno dall'altro o forse sentiremmo reciprocamente la **mancanza**. Basta che non se ne vada, che non mi abbandoni anche lui o lei, ombra, che sia. No, non se ne può andare! Forse. Mi accorgo che non le ho mai dato attenzioni, ma le voglio bene. **È la mia ombra!** Non una qualsiasi. Siamo cresciuti insieme, abbiamo condiviso tutto, è stata al mio fianco sempre, ha plaudito ai miei successi, mi è stata accanto quando piangevo; silenziosamente al mio fianco senza pretendere nulla. È stata l'unica che mi è stata vicino anche quando non me lo meritavo, consapevole che è proprio in quei momenti che ho più **bisogno d'amore**. Chiudi gli occhi, alle tue spalle un delicato abbraccio ti sta avvolgendo, senti battere un cuore appoggiato alla tua schiena, e non ti chiedere chi è.