

Genitori



Quando penso a mia madre, non so separare la sua immagine dalla mia idea dell'amore, perchè l'amore era l'ingrediente connaturato ai toni dolci e pacati della sua voce. Il giorno che persi mia madre, scrissi nel mio diario: "Oggi si è compiuta la più grossa tragedia della mia vita". Sebbene fossi adulto e vivessi lontano da lei, perderla mi fece sentire come un orfanello abbandonato. So che molti non nutrono gli stessi sentimenti nei confronti dei genitori. Conosco tantissime storie di genitori che hanno ferito profondamente i figli, lasciando loro dentro molti semi dolorosi. Io credo però che non l'abbiano fatto di proposito, volontariamente, che non volessero davvero farli soffrire. Forse hanno ricevuto quegli stessi semi dai propri genitori. C'è una continuità nella trasmissione dei semi, e quei padri e quelle madri potrebbero averli ereditati dai nonni e dalle nonne. Quasi tutti siamo vittime di un modo di vivere che non è consapevole. La pratica del vivere consapevolmente, la pratica della meditazione, può mettere fine a tutta questa sofferenza e interrompere la catena di dolore che si trasmette attraverso figli e nipoti. Possiamo spezzare la catena impedendo che questi semi dolorosi si trasmettano ai nostri figli, ai nostri amici, a tutte le persone con cui veniamo in contatto nella nostra vita. (liberamente tratto dagli scritti del monaco buddhista Thich Nath Hanh)