

# la custodia del presente

**Luigi Russo**

**Q**uando usciremo da questa situazione sarà diverso. Daremo più senso a tante cose.

Si sentono spesso, in questi giorni, nelle piazze dei vari social, le uniche nelle quali ci si può assemblare, considerazioni di questo tenore. Avremo imparato il senso degli abbracci, dello stare vicini, così come l'importanza di prenderci cura dell'igiene e della salvaguardia dell'ambiente.

Può essere, ma anche no. Il rischio è rappresentato dalla nostra tendenza a spostare l'attenzione o troppo in avanti (quando sarà) o troppo indietro (quando è stato), non occupandoci di quello che il presente e il momento che stiamo vivendo ci sta raccontando. Di noi, degli altri. Come dire, siamo già avanti a quando tutto questo sarà finito, abbiamo occhi già puntati là mentre ci sfugge quello che oggi, ora per ora, l'isolamento, la sofferenza, la morte, la povertà che via via si sta palesando, ci stanno chiedendo.

Eppure, se qualcosa possiamo apprendere, viverla consapevolmente, questo può avvenire solo con occhi presenti *qui e ora*, con uno sguardo alla realtà dalla quale farsi fare domanda, senza pretendere immediatamente una risposta. Realtà e immaginazione, presente e domani. Questo equilibrio è stato spiegato molto bene, da un punto di vista psicologico, nel passo evangelico in cui Gesù invita a guardare gli uccelli del cielo, a osservare i gigli del campo (Mt, 6,25; 28) e a non preoccuparsi (*mĕmerimāte*). Gli animali e i vegetali non hanno la possibilità di preoccupare la loro mente con quello che potrebbe accadere, con quello che sarà. Possono, per usare un'immagine, solo occuparsi di quello che è. Un animale, anche evoluto, prova la paura di fronte al pericolo che incombe, non è in ansia per il pericolo cui potrebbe incorrere. Come gli uccelli del cielo e i gigli del campo. Presenti e in grado di «sentire» la realtà per quello che è in quel momento, mettendo in atto tutte le risorse di cui, in quella circostanza, siamo capaci.

Il rimando a uno sguardo consapevole al qui e ora delle situazioni che affrontiamo

è stato spesso associato, in maniera negativa, a un atteggiamento di superficialità, di «prendi la vita come viene» e, come tale, fortemente criticato anche in ambienti educativi e formativi. Eppure... Proviamo solo a considerare alcune possibili ricadute negative. La più familiare potrebbe essere la sofferenza, il disagio, l'ansia vissuta da molti, bambini e adulti, *casomai* accadono delle cose: una malattia, un brutto voto, una brutta figura. Adulti e bambini si impantanano nel rimuginio di un pericolo possibile, nonostante la vita scorra, nonostante non stiano vivendo quella situazione, nonostante mentre si pre-occupano di quello che potrebbe essere, perdono di vista tutto ciò che è.

A un altro livello possiamo pensare al disagio, all'insoddisfazione di chi investe tutte le sue energie a capire quello che la vita le/gli sta chiedendo, puntando sull'analisi di variabili future: *e se...?* Impegnati a valutare tutti i se, rimandano le loro scelte in un momento futuro *quando capiranno che, quando sarà chiaro che, qualora accadesse questo, incontrassi quello...*

Nel frattempo la vita, quella che momento per momento vivono, con sé stessi, con gli altri, alcuni con un Dio, semplicemente scorre senza essere vissuta. Eppure sono proprio i giorni, i momenti, l'attimo in cui ciò che siamo si mette in gioco che possono offrirci risposte possibili rispetto al nostro posto nel mondo. Ciò che siamo, nella realtà in cui viviamo, con quello che abbiamo e quello che ci manca. Eccolo il piccolo contesto di realizzazione. Che non è mai definito nè fermo. È sempre in evoluzione e come tale richiede sguardo vigile e presente di discernimento.

Prima dunque di affrettarci a dare risposte a quello che saremo alla fine di questa esperienza improvvisa e inattesa, sarebbe bello prenderci cura di questo sguardo consapevole, di esercitarlo, di custodirlo. Vuol dire prestare attenzione oggi, in questo momento, alla realtà che ci circonda, alle persone che abbiamo a fianco, a quelle che ci mancano; alle cose di cui scopriamo potere fare a meno, a quelle che ci richiamano e sentiamo necessarie; al nostro



corpo e a come reagisce in una situazione ristretta; ai nostri sensi e al modo in cui richiedono di essere sollecitati; al bisogno di comunicare, di stare in silenzio; di uscire, di restare; al valore che diamo alle parole di chi decide per noi, alla solitudine, alla compagnia, al cibo, agli abiti. Ogni giorno, ogni momento, tutto questo ci scorre davanti.

Anche il negativo. Anche la sofferenza, anche la morte. Già, lo sguardo consapevole e presente non ci proteggerà dal brutto. Ci consentirà solo di usare tutte le risorse che abbiamo in quel momento e che potremmo sprecare aggiungendo, alla sofferenza che stiamo vivendo, anche quella per la sofferenza che potremmo vivere. Ciascun giorno ha la sua pena (Mt. 6,34). Basta occuparsi di questa, non preoccuparsi di quella di domani.

Lo sguardo consapevole è faticoso. La nostra attenzione tende, come un palloncino di quelli che alle feste desiderano i bambini, a volare in alto, a considerare i *se*, i *casomai*. I palloncini a elio sono delicati, non vanno stratonati. Si legano al polso per

assicurarsi che siano a portata degli occhi del bambino. Ecco, un bell'esercizio di custodia dello sguardo presente e consapevole è tenere delicatamente l'attenzione legata alle azioni che facciamo, allo sguardo che incontriamo, a quella nostalgia che ci prende, alla tristezza o alla paura che un momento può darci. Apprezzare, semplicemente stimare il prezzo, il valore di quel che ci accade. Probabilmente faremo i conti con quel senso di inadeguatezza che accompagna il non avere risposte pronte, progetti chiari: faremo... daremo senso. Forse ci accorgeremo con sorpresa, quando tutto questo sarà finito, di avere maturato modi nuovi di vivere essendoci fatti interrogare momento per momento dall'esperienza che ci ha toccato. Forse faremo esperienza di fiducia e affidamento in qualcuno o Qualcuno per il quale sentiremo di essere importanti, che sa di che cosa abbiamo bisogno. Presenti e consapevoli. Come gli uccelli del cielo, come i gigli dei campi.

**Luigi Russo**

vai a

Primopiano



Clicca qui