

MESE DI MAGGIO 2020

**RIPARTIRE, MA DA DOVE?
DA QUELLO CHE CONTA VERAMENTE...**

QUALITÀ CHE VALGONO



a cura di don Roberto Laurita

Prima settimana:

1. Amare se stessi

“Ama il prossimo tuo come te stesso” dice il Vangelo, riprendendo l’Antico Testamento.

“Non fate agli altri quello che non volete sia fatto a voi” dice Confucio (verso il 500 a. C.).

“È un autentico credente solo chi desidera per il proprio fratello tutto quello che desidera per se stesso” afferma Maometto.

Questi testi dicono, tutti e tre, che è difficile – e forse addirittura impossibile – amare gli altri se non si è capaci di amare se stessi. Purtroppo si parla molto di amore del prossimo e si ha paura di spiegare che cosa significhi “amare se stessi”, si ha paura di diventare un po’ narcisisti, egoisti, individualisti.

Questo non è amare se stessi...

Amare se stessi non significa fare a meno di comunicare con gli altri, con il mondo e con Dio. Ma purtroppo è quello che capita in alcuni casi.

Chi è narcisista, ha un amore eccessivo ed esclusivo per se stesso, pensa solo a se stesso, al suo vantaggio e non si preoccupa minimamente degli altri.

Chi è egoista, è talmente attaccato ai suoi interessi che non si cura di rispettare quelli degli altri: si considera il centro dell’universo.

Chi è individualista, fa passare davanti a tutto i diritti dell’individuo e non presta attenzione anche ai diritti del gruppo, della famiglia, della società.

Amare se stessi è un’altra cosa...

Ogni persona può costruirsi su un fondamento solido: **la tendenza a realizzare se stessa**. È una tendenza che è presente in tutte le persone e le porta a sviluppare le loro possibili-

tà, le loro doti e a non accontentarsi delle soddisfazioni più elementari. Così non basta mangiare e dormire, si sente il desiderio di avere degli amici, di avere una persona da amare più di tutte, si avverte il bisogno di esplorare il proprio ambiente, di trasformarlo, si prova la voglia di riflettere sulla propria vita, di comunicare con gli altri, di agire, di creare, di realizzare qualcosa di bello.

Quando si fanno tutte queste cose, **cresce la stima che uno ha per se stesso.**

Ma come ci potrebbe essere armonia nella vita di un essere, se questi non facesse crescere - giorno dopo giorno - la coscienza di ciò che accade, la coscienza della sua identità, dei suoi problemi e del modo in cui può affrontarli, la coscienza di quello che vuole più di ogni altra cosa e della fatica necessaria per raggiungere i suoi obiettivi?

Accettarsi

Come posso, Gesù, ascoltare
i miei vicini, il mio prossimo,
se prima non ho accettato me stesso,
non ho ascoltato
il profondo del mio cuore,
non ho scandagliato
le pieghe oscure dell'anima,
non ho esaminato
il mio comportamento?

Come posso, Gesù, ascoltare
quelli che mi vivono accanto
e anche quelli che incontro casualmente,
se prima non ho accettato me stesso,
la mia storia con tutto quello
che essa comporta,
la mia cultura,

la mia famiglia,
le mie scelte decisive,
quelle che orientano la mia vita?

Signore, donami
la gioia di accettarmi,
non per continuare a fare
quello che voglio,
non per rimanere
nei miei difetti,
ma per costruire serenamente
ciò che voglio essere domani
e per accettare con limpidezza
chi domanda il mio ascolto.

2. Amare gli altri

“Guardate come si amano...”, dicevano dei primi cristiani. Quanto vorremmo sentirlo ripetere ancor oggi! L'amore per gli altri è una realtà visibile: la si riconosce a occhio nudo perché si esprime attraverso gesti, atteggiamenti, parole.

Amare gli altri significa rispettarli, considerare una persona come “un altro se stesso”, e questo a cominciare dai più poveri, da quelli che hanno meno doti, da quelli che si trovano in difficoltà, perché sono proprio questi che hanno maggior bisogno di sentire il nostro amore.

L'uguaglianza è il fondamento della giustizia sociale. Ma essere uguali non significa essere identici! Dobbiamo accettare di essere tutti diversi l'uno dall'altro: la vera uguaglianza non consiste nel togliere tutto quello che ci rende differenti, ma di permettere ad ognuno di essere se stesso. Allora la donna non “copierà” l'uomo, né il bambino “copierà” l'adulto. E neanche lo straniero sarà obbli-

gato a “copiare” gli abitanti del luogo in cui si trova. Ecco perché bisogna combattere ogni forma di discriminazione legata al sesso, alla razza, al colore della pelle, alla condizione sociale, alla lingua o alla religione...

Dare fiducia, affidare responsabilità. La più grande prova d'amore che si possa fornire ad una persona è la fiducia che abbiamo in lei, nelle sue possibilità. È una fiducia che si esprime concretamente, offrendole delle responsabilità. Ma questo può avvenire solo se miglioriamo le sue condizioni di esistenza, e quindi anche la coscienza della sua dignità; se favoriamo lo sviluppo della sua libertà; se offriamo ad ognuno i mezzi per sviluppare la sua cultura: solo se gli uomini e le donne riconoscono i propri problemi e le proprie possibilità possono decidere quale significato dare alla loro vita.

L'abbiamo già visto: l'amore per se stessi e l'amore per gli altri sono due realtà che vanno assieme. L'abbiamo scoperto nelle parole di Gesù, di Maometto e di Confucio.

Tutte le grandi religioni e tutti i maestri autentici insegnano l'amore, la generosità e un altruismo senza limiti. Perché? **Perché l'amore è al centro della vita umana:** ogni essere è fatto per amare ed essere amato. Ed è proprio amando gli altri che uno dà sempre maggior valore al proprio essere.

Ma ricordati: ci sono degli indizi per riconoscere l'amore autentico che si prova per gli altri! È un amore che passa attraverso l'intelligenza, i sentimenti, i gesti del corpo e l'esperienza spirituale. È un amore che mette insieme la riflessione e l'azione, la teoria e la pratica. È un amore ricco di equilibrio e di armonia: accetta la differenza, favorisce l'autonomia dell'altro, è pieno di disponibilità ad ascoltare e a rispondere, favorisce ogni forma di incontro e di azione che migliora la vita di tutti.

Altruisti

Sì, è vero, Signore,
c'è gente che passa tutta la vita
a difendersi dagli altri,
a costruire ripari
che le assicurino tranquillità,
che le garantiscano una certa calma,
che le diano l'opportunità
di pensare ai propri interessi...

Non è gente cattiva...
ma pensa a se stessa, solo a se stessa,
pensa a quello che le conviene,
a quello che può guadagnare,
a quello che le interessa,
a quello che le piace,
a quello che potrebbe
renderla felice...
pensa ai suoi,
a quelli della sua famiglia,
ai suoi parenti,
ai suoi amici,
e non ha tempo per gli altri
per i figli degli altri,
per i problemi degli altri,
per gli sbagli degli altri,
per le malattie degli altri,
per gli interessi degli altri...

Signore, che triste sarebbe
questo nostro mondo
se esistesse unicamente
gente di questo stampo.

3. Amare Dio

Ascoltiamo la parola di Gesù (Matteo 22, 35-40)

Un maestro della legge interrogò Gesù per metterlo alla prova: «Maestro, qual è il più grande comandamento della legge?». Gli rispose: « Amerai il Signore Dio tuo con tutto il cuore, con tutta la tua anima e con tutta la tua mente. Questo è il più grande e il primo dei comandamenti. E il secondo è simile al primo: Amerai il prossimo tuo come te stesso. Da questi due comandamenti dipendono tutta la Legge e i Profeti».

Ma allora non si può pretendere di amare Dio, se non si ama il proprio prossimo. E nello stesso tempo è vero quello che diceva Clemente di Alessandria: **“Se hai realmente incontrato il tuo fratello, hai anche incontrato Dio”**.

La conoscenza di se stessi e degli altri non può bastare. La realtà profonda dell'essere umano è l'amore. Ed è proprio amando che l'uomo e la donna crescono. E amore vuol dire dialogo e comunione con l'altro e con il Totalmente Altro, Dio..

L'amore di Dio:

ecco un'espressione che ha due significati.

Ci hai mai pensato? Quando trovi scritto “amore di Dio” forse non ci fai caso immediatamente, ma quest'espressione non ha un solo significato. **Indica l'amore che Dio ha per noi.** È un amore che Dio ha mostrato all'umanità fin dalle origini e che ha pienamente rivelato in Gesù, il suo Figlio. Tutto quello che Gesù ha fatto e ha detto, tutti i suoi gesti e le sue parole, esprimono l'amore di Dio per gli uomini. È un amore che non si arrende neppure quando l'uomo tradisce la fiducia di Dio, quando entra in contrasto con lui, quando lo bestemmia. Basta rileggere il racconto della passione di Gesù per rendersi conto fino a che punto

Dio ama. Le parole di Gesù restano, fino in fondo, anche sulla croce, parole di perdono, di misericordia. “Oggi sarai con me in paradiso!”: non è bello accorgersi che attraverso Gesù Dio offre, in ogni momento, una vita nuova?

Ma “amore di Dio” è un’espressione che **indica anche l’amore che gli uomini e le donne provano per Dio.**

Gesù ci domanda di amare Dio non in un modo qualsiasi: come e quando ci sentiamo, quando vogliamo noi, nel momento in cui da soli non ce la facciamo, nel bisogno...

No, Gesù ci chiede di amare Dio “con tutto il cuore, con tutta l’anima, con tutta la mente”. Questo significa dare a Dio tutto, non solo le frattaglie, gli scampoli della propria esistenza.

Questo amore per Dio è una risposta all’amore che Dio ha per noi. “Non siamo stati noi per primi ad amare Dio...”

È lui che ci è venuto incontro, lui che ci ha donato Gesù e Gesù ha offerto la sua vita per noi.

E tuttavia si può amare una persona senza conoscerla?

Chi ama Dio si mette alla ricerca di lui, del suo volto e si trova ad aprire il libro della Bibbia. Sì, perché Dio ha parlato, si è fatto conoscere. Non è un essere immaginario, dunque. Non possiamo rappresentarcelo come vogliamo noi. Non coincide con i nostri sogni e neppure con i nostri bisogni... Come un amico autentico Dio si fa conoscere: chi lo conosce lo ama. E nello stesso tempo – come diceva sant’Agostino - amandolo, lo si conosce di più.

Questo amore di Dio provoca un cambiamento nella vita delle persone: avviene qualcosa di nuovo, di sconvolgente.

Semplicemente perché si è diventati nuovi.

Sgomberare il campo

Talora, è vero, solo quando il campo delle mie attività

delle mie fatiche,
dei miei progetti,
delle mie tensioni,
dei miei crucci
si libera un poco
io avverto il bisogno
e poi il desiderio di te.
E questo può accadere
per una qualche ragione
che mi obbliga a fermarmi,
a riflettere un poco,
a ritornare in me stesso,
ad abbandonare la superficie
variegata e multicolore della realtà
per raggiungere il profondo.

Allora io sento risuonare dentro di me
domande che per troppo tempo
ho lasciate senza risposta,
attese legittime che ho mortificato
per badare a quello
che trovavo più importante,
più necessario, più immediato...

Mio Dio, tu lo sai,
questa è la storia
della nostalgia di te
che afferra la mia vita,
nostalgia che si fa bruciante
e che attiva tutti i miei sensi,
che ridesta il mio cuore
e lo guarisce dalle sue sbornie di azione.

4. Impegnati e operosi

Se non vogliamo restare degli spettatori, dobbiamo rimboccarci le maniche e accettare anche noi di calcare le scene, di esporci. Il mondo non cambierà magicamente se non mettiamo mano alla sua trasformazione.

E tuttavia non basta agire per agire, come se non potessimo stare fermi. Il nostro intervento dovrebbe essere un po' speciale:

- **Nascere da un collegamento tra il pensiero e l'azione.** Pensare prima di agire: ecco una buona regola da non buttare via! Sentirsi stanchi per il tanto lavoro è una soddisfazione magra se l'azione non è stata progettata, comunicata e se non sarà poi valutata insieme.

- **Sgorgare da un equilibrio tra il pensiero e l'azione:** che cosa sono le idee se non sono approfondite e nutrite dall'esperienza, se non sono orientate dai valori, se non sono state confrontate nel dialogo?

- **Dal pensiero all'azione: ecco un'esperienza liberatrice!** Diffidiamo pure della generosità che non si pone mai problemi, che non riflette mai; ma anche dell'amore che resta una bella idea. Passare all'azione significa provare la soddisfazione di vedere qualcosa che cambia, pur tra errori e incertezze.

Ma che cosa ci possiamo attendere dal nostro impegno, dalla nostra azione?

- **Ci attendiamo di modificare la situazione esistente**, ma non ci basta risultare efficaci. Vorremmo che crescesse la libertà di tutti, lo spirito di fraternità.

- **Ci attendiamo di diventare più autentici**, di crescere come persone che riflettono, che imparano, che amano, che sviluppano le proprie doti.

- **Ci attendiamo di avvicinarci agli altri**, di riflettere e di decidere insieme. Non ci basta fare tutto da soli.

- **Ci attendiamo un arricchimento della vita**, la nostra vita e quella degli altri. Quando un'azione avviene nel rispetto e nell'intesa non può che dare buoni frutti.

E ora ascoltiamo la Bibbia:

Dal Libro dei Proverbi 18,9 e 24,30-31

“Chi trascura il suo lavoro è amico di chi distrugge”

“Sono passato attraverso i campi di un fannullone e attraverso la vigna di uno stolto: non c'erano che cespugli di rovi e spine; il muretto di pietre era caduto...”

Dal Libro del Qoelet 11, 4

“Se aspetti il vento favorevole non semini più; se stai a guardare quando pioverà, non ti deciderai a mietere”

Laboriosi

Non sono capaci
di dire tante parole,
sono un po' restii
ad esprimere sentimenti,
e talvolta fanno
la parte degli orsi...
questione di temperamento.

Ma hanno mani d'oro
proprio come il loro cuore:
mani forti che affrontano
con entusiasmo
anche i lavori più duri,
mani tenere che svolgono
le incombenze più delicate,
mani umili che non si tirano indietro
davanti ai compiti meno piacevoli,
mani laboriose che non si riposano
finché il lavoro
non è stato ultimato.

Quando sto con loro, mio Dio,
io penso alle mani del tuo Figlio,

nella bottega di Giuseppe, a Nazaret,
a quelle mani che hanno maneggiato
gli arnesi del mestiere,
ma hanno anche toccato i lebbrosi,
rialzato i paralitici,
aperto le orecchie dei sordi
e gli occhi dei ciechi,
donato il perdono ai peccatori...

Grazie, mio Dio, per tutti
gli artigiani di pace,
di fraternità e di solidarietà.

5. Responsabili

Essere responsabili significa essere disposti a rispondere della parola data e delle proprie azioni, essere all'altezza degli impegni che ci si è presi, rendendo conto di quello che si è compiuto.

Non è facile essere responsabili: a parole tutti vogliono esserlo, ma poi nella pratica molti cercano di fuggire dagli impegni, quasi che la responsabilità sia un carico troppo pesante da portare.

Essere responsabili significa anche trovarsi a prendere decisioni coraggiose, che vanno contro corrente. Al "così fan tutti" subentra "così ho deciso", alla ricerca dell'utile immediato o di quello che mi piace subentra la fedeltà alla promessa fatta.

Qual è il bagaglio della persona responsabile?

- **Una coscienza nitida dei problemi** che ci si trova davanti e della necessità di affrontarli concretamente, rendendo conto delle nostre scelte;

- **uno sguardo lucido e penetrante sui differenti aspetti del nostro agire**: c'è qualcosa che abbiamo voluto e qualcosa che potevamo evitare, qualcosa che abbiamo realizzato noi stessi e

qualcos'altro che abbiamo fatto fare agli altri, qualcosa che abbiamo compiuto anche se non lo volevamo;

- **una libertà effettiva**, perché senza libertà non ci può essere responsabilità;

- **la guida della ragione**, che ci fa considerare la realtà usando la nostra intelligenza;

- **alcuni punti di riferimento**: una legge sociale, una legge morale, una precisazione sui nostri compiti;

- **la capacità di decidere e la volontà di assumere le nostre responsabilità**. È un impegno personale davanti agli altri, ma anche con noi stessi.

Essere responsabili vuol dire anche avere fiducia negli altri, credere nelle persone, stimarle, al punto di farle partecipare ai nostri progetti, al punto di renderle responsabili di qualcosa.

Ascoltiamo la parola di Gesù: (Matteo 5, 13-15)

“Siete voi il sale del mondo. Ma se il sale perde il suo sapore, come si potrà ridarglielo? Ormai non serve più a nulla; non resta che buttarlo via, e la gente lo calpesta.

Siete voi la luce del mondo. Una città costruita sopra una montagna non può rimanere nascosta.

Non si accende una lampada per metterla sotto un secchio, ma piuttosto per metterla in alto, perché faccia luce a tutti quelli che sono in casa”.

Missione

Tu mi parli, Signore,

e mi mandi in missione.

Non mi fornisci tante spiegazioni:

deve bastarmi la fiducia

che ripongo in te.

Non mi dai in dotazione

né denaro, né indumenti di ricambio,

né medicine prodigiose
come antidoto ai veleni della storia:
mi mandi povero
con la mia debolezza,
con le mie paure,
ricco solo della tua presenza.

Ed io devo riconoscere
che ogni volta che le cose
sono andate proprio così
tutto ha funzionato a meraviglia.
Ho visto realizzarsi
quello che mai avrei immaginato,
mi sono stupito della forza
che ha in sé la tua parola,
ho toccato con mano
la potenza del tuo amore
sul cuore degli uomini.

Ogni volta, invece,
che mi sono attardato
a preparare le valigie,
a procurarmi delle risorse
per far fronte agli ostacoli.
ogni volta che ho cercato alleanze
con lo scopo di far progredire
il progetto che mi avevi affidato,
tutto è andato a catafascio.

Seconda settimana

6. Rispettosi delle persone

Riconoscere che l'altro è una persona significa affermare che è un essere libero, capace di dare un significato

alla sua vita. Lottare per il rispetto della persona umana non vuol dire lottare perché gli uomini diano questo o quel significato alla loro esistenza, perché accolgano questa o quella fede.

Chi rispetta le persone si impegna a fare in modo che tutti nella loro vita sociale e nel loro lavoro, in ogni settore dell'esistenza, **possano decidere da sé il significato da attribuire alla loro vita e scegliere a chi o a che cosa credere.** Un individuo non può essere ridotto solo ad un esemplare di una specie biologica, oppure ad una ruota della società. L'individuo può fare quello che nessun animale ha la capacità di fare: cercare di dare significato alla propria vita.

Questo può avvenire solo se uno è libero: libero di scegliere e di aderire, libero di rinunciare e di rifiutare. **Solo la libertà può fondare la dignità umana.** Nessuno può mai imporre all'altro la sua concezione della vita, perché sarebbe come umiliarlo e ridurlo.

E lo Stato a questo proposito ha un suo compito ben preciso: impedire ogni totalitarismo, garantire la libertà di pensiero, bloccando tutti coloro che vogliono imporre agli altri la loro visione della vita, la loro idea di felicità, la loro fede.

Ma la libertà di una persona non dipende solo da questo: **devono realizzarsi molte condizioni politiche, economiche, sociali, culturali, perché una persona possa essere veramente libera.** Volere la dignità delle persone significa allora lottare perché queste condizioni si realizzino, perché ognuno possa trovare la situazione più favorevole allo sviluppo delle sue capacità, perché ognuno possa prendere veramente in mano il suo destino.

Ascoltiamo la parola di Gesù (Matteo 5, 20-24):

“Sapete che nella Bibbia è stato detto ai nostri padri: Non uccidere. Chi ucciderà un altro, sarà portato davanti al giudice.

Ma io vi dico: anche se uno va in collera contro suo fratello sarà portato davanti al giudice. E chi dice a suo fratello: "Sei un cretino" sarà portato di fronte al tribunale superiore. Chi gli dice: "Traditore" può essere condannato al fuoco dell'inferno.

Perciò, se stai portando la tua offerta all'altare di Dio e ti ricordi che tuo fratello ha qualcosa contro di te, lascia lì l'offerta davanti all'altare e vai a far pace con tuo fratello; poi torna e presenta la tua offerta”.

Corretti

C'è una correttezza, Gesù,
che non è affatto formale.
Non si ferma alla lettera
delle leggi e dei regolamenti,
non si riferisce ai codici
per far sfoggio di erudizione,
non approfitta di questo o quel comma,
di questo o quel “buco” legislativo
per fare disinvoltamente,
senza timore di sanzioni,
i propri interessi.

C'è una correttezza, Gesù,
che viene innanzitutto dal cuore,
un cuore limpido e retto,
ma poi raggiunge l'intelligenza,
lo sguardo e la volontà.
Rende capaci di vedere la realtà
in modo nitido e preciso
e di affrontarla con determinazione

senza cedere alle lusinghe,
senza cercare ossessivamente
il proprio interesse personale,
a qualsiasi costo.

Signore, donaci persone corrette,
dentro lo Stato,
la sua amministrazione,
dentro i tribunali e gli organi di controllo,
dentro la Chiesa ed i movimenti.

7. Competenti

Se vogliamo veramente contribuire a migliorare la vita degli altri, allora non possiamo fare a meno di cercare la competenza. In questo modo utilizziamo e sviluppiamo le nostre capacità, ma anche invitiamo gli altri ad esprimere le loro. È così che nasce uno scambio fruttuoso per tutti.

Non è possibile essere competenti su tutto, ma non può bastare neppure la competenza specifica che è indispensabile al nostro lavoro.

Le competenze più differenti devono essere messe insieme, nel modo migliore.

Non è sufficiente, allora, avere una competenza, bisogna anche essere disposti ad allargarla e ad arricchirla.

C'è una competenza tecnica, che si chiama specializzazione e consiste nel conoscere bene il proprio lavoro, per poter svolgere bene il proprio compito. Una competenza di questo genere non è mai raggiunta una volta per tutte: bisogna tenersi continuamente aggiornati!

C'è una competenza umana: veniamo a contatto con altre persone, con i loro problemi, le loro idee, le loro reazioni. Possiamo fare a meno di capire quello che ci accade

quando ci incontriamo? Possiamo evitare di analizzare quello che sta accadendo nella società?

C'è una competenza che è legata alla ricerca, e che vuol far progredire le conoscenze; c'è una competenza che si esprime nel diffondere il sapere raggiunto, nel formare altre persone, nel gestire un'iniziativa, nell'animare e nell'amministrare...

C'è una competenza che non si accontenta di uno spazio ridotto: vuole spaziare sui problemi che vive tutta la società, vuole conoscere il presente per preparare la risposta di domani.

Competenti

Tu lo sai, Gesù,
che la competenza è scomoda
perché porta alla luce
tanta faciloneria,
tanta improvvisazione,
tanta moneta falsa
spacciata per buona.
Per questo dà fastidio
a quanti vorrebbero
continuare a dormire
tranquilli sugli allori,
a quanti vorrebbero
nascondere una carriera
costruita sulla raccomandazione
e non sul merito.

Tu lo sai, Gesù,
quanto la competenza sia benefica
in ogni settore della vita umana
perché permette di decifrare la realtà,
di trovare la soluzione migliore,

di far fronte ai problemi
senza paure e senza timori.
Così libera da tutto quello
che tarpa le ali alla ricerca,
che blocca la fantasia,
che impedisce di costruire
quel nuovo di cui tutti
avvertiamo il bisogno.

Tu lo sai, Gesù,
che la competenza costa:
costa fatica e sacrifici,
costa risorse ed energie.

8. Veri

La verità non viene a farti visita in casa: la incontra solo chi la cerca e la cerca ogni giorno. Perché la verità è una continua scoperta del mondo, delle cose, delle persone e di Dio. Non è facile la ricerca della verità perché qualche volta mette l'individuo davanti alla necessità di cambiare: cambiare vita, cambiare giudizi, cambiare atteggiamenti.

La ricerca della verità ha i suoi nemici: sono tutti coloro che in qualche modo vorrebbero manipolare gli altri. La ricerca della verità li blocca perché informa, fa riflettere, rende meno docili alle parole d'ordine.

La ricerca della verità ha anche degli illusionisti: sono persone sincere, contente di se stesse, della loro situazione, del loro modo di vedere le cose. Accettano solo quello che va d'accordo con i loro interessi e le loro idee.

La ricerca della verità è un poco una lotta: ci sono ostacoli, difficoltà da superare, anche dentro noi stessi. C'è un cammino da compiere. Mettersi alla ricerca della verità significa in definitiva mettersi alla ricerca delle persone: con-

siderare quello che fanno, ascoltare quello che dicono, condividere assieme a loro il destino dell'umanità.

Il dubbio non è nemico della verità, anzi è uno strumento indispensabile a colui che ama la verità perché così non si illude di possederla. È uno strumento che serve anche al credente perché gli permette di continuare a cercare.

Essere veri: ecco una cosa difficile:

- **significa saper dire "io"**, saper esprimere il proprio punto di vista con franchezza, anche quando non è condiviso;
- **significa riconoscere quello che stiamo vivendo**, accettare di far parlare la propria coscienza, comunicare senza finzioni;
- **ma significa anche evitare l'incomprensione e favorire il dialogo**. E per questo occorre scegliere il momento più opportuno per parlare, quello in cui l'altro è disponibile, e scegliere anche le parole giuste e il modo di dirle, per non ferire inutilmente.

Veritieri

Non sono disposti, Gesù,
a sacrificare la verità
né ai propri vantaggi personali,
né agli interessi di parte.

Non sono pronti
a cambiare bandiera,
a tradire i compagni di strada,
a presentare la realtà
seguendo le indicazioni del committente.

La loro limpidezza risulta scomoda
a tutti i voltagabbana.

La loro rettitudine viene dipinta
come rigidità
da quelli che funzionano

come una bandoliera al vento.
La loro lealtà
viene denigrata facilmente
come mancanza di flessibilità.

Risultano invisibili
perché amano la verità,
perché sono pronti a servirla
a qualsiasi prezzo.
La cercano e la difendono
proprio come hai fatto tu,
per questo conoscono spesso
persecuzioni ed emarginazione.

9. Capaci di tenerezza

Che cos'è la tenerezza? È l'espressione quotidiana dei nostri sentimenti, quando essi vengono illuminati dall'amore. La tenerezza trasforma una persona in un essere:

- **affettuoso**, perché mostra il suo attaccamento alle persone che lo circondano;
- **pieno di compassione**, perché condivide il dolore di quello che soffre;
- **delicato, discreto**, perché si comporta con molta attenzione nei confronti di tutti quelli con cui entra in contatto, perché agisce con scrupolo e onestà e sa instaurare delle relazioni in cui risplendono la finezza e il tatto;
- **mite, affabile**, cioè calmo e benevolo;
- **sensibile**, perché partecipa profondamente a tutti gli avvenimenti e alle reazioni delle persone.

La tenerezza permette di adeguarsi alle diverse situazioni, anche a quelle più complicate, perché non viene mai meno un'attenzione limpida e trasparente. La tenerezza è alleata della ragione, della riflessione, e proprio per que-

sto essa diventa, di volta in volta: spirito di verità di fronte alla delazione, libertà di fronte alle manipolazioni, giustizia di fronte allo sfruttamento dei più poveri.

Il modo di percepire un problema determina ovviamente il modo prescelto per risolverlo. **La tenerezza non è solo puro sentimento, ma è un luogo di incontro tra sensibilità e ragione.** La fraternità non nasce spontaneamente. Chi la desidera si avvale allora degli strumenti necessari per poter realizzarla: cerca di scoprire i problemi più importanti, sensibilizza le persone più sensibili e coscienti, approfondisce le questioni, va alla ricerca delle cause, interviene personalmente per produrre un cambiamento, a costo di pagare di persona.

Teneri

Non so se per certe persone
la tenerezza sia un atteggiamento spontaneo
che adottano senza neanche pensarci.
Questa sola cosa so, mio Dio,
che la tenerezza è l'unica medicina
ai nostri smarrimenti,
alle nostre solitudini,
alle nostre tristezze,
ai nostri scoraggiamenti.

Quando ridiventiamo bambini,
quando sperimentiamo la sofferenza,
quando la vita ci presenta il conto
e noi proviamo quanto sia dura
la realtà in cui viviamo,
quando ci sentiamo nudi
nella nostra fragilità,
nella nostra debolezza,

allora abbiamo un bisogno spasmodico
di tenerezza,
di dolcezza,
di amore,
di amicizia.

E tu allora, mio Signore,
ci mandi fratelli e sorelle
che sanno comprendere,
che sanno condividere,
che sanno compatire,
che sanno trovare i gesti e le parole
che guariscono il cuore,
che ridestano l'intelligenza,
che spronano la volontà.

10. Dotati di umorismo

L'umorismo è l'espressione di una certa allegria spirituale, fondata su un modo personale e libero di considerare le cose, le persone, gli avvenimenti. Non deve essere confuso né con lo scherzo pesante, né con quello spirito comico che fa affiorare gli errori e le insufficienze della vita quotidiana, né con l'ironia che presenta sempre gli aspetti ridicoli dell'esistenza in modo severo.

L'umorismo autentico ha tre caratteristiche:

- **Genera equilibrio** in tutti quelli che non si prendono troppo sul serio e che si sforzano di accettare se stessi. La persona che è dotata di umorismo ha coscienza dei propri limiti e delle proprie possibilità. L'umorismo le permette di praticare un'autentica "arte di vivere". **Alla base c'è l'umiltà.** Ridendo della propria situazione si diventa affettivamente maturi, perché non ci si lascia influenzare né dalle attese degli altri, né dal desiderio di dominare, di affer-

marsi, di provare agli altri quello che si è. Si impara a guardarsi da una certa distanza e questo fa sfuggire alla tentazione della vanità, piena di orgoglio, o della disperazione che si rifiuta di guardare bene in faccia la realtà.

- **È un modo di entrare in relazione con gli altri:** si diventa capaci di dire con delicatezza anche le cose sgradevoli. Si mostra in ogni situazione, anche nelle più tese, un atteggiamento benevolo che sdrammatizza gli inconvenienti e offre la possibilità di ripartire senza scoraggiarsi anche quando c'è stato un fallimento.

- **È uno strumento di demistificazione** perché mette in evidenza, ma senza cattiveria, tutte le ingiustizie e le disuguaglianze. In tal modo ridesta la coscienza e fa emergere le illusioni e le mancanze.

Una preghiera dettata dal buonumore

Signore, scusami se ti disturbo.

Mi è venuta l'idea
che forse avevi bisogno di un santo...

Allora sono venuto per quel posto
perché mi interesserebbe.

Checché se ne dica,
il mondo è pieno di persone perfette.
Molte ti offrono tanti sacrifici
e, perché non ti sbagli nel contarli,
li segnano con una piccola croce nel loro diario.
A me i sacrifici non piacciono tanto,
non ne vado proprio in cerca.
Quello che ti ho donato, Signore,
tu sai bene di averlo preso
senza chiedere il permesso.
E io mi sono limitato a non protestare

o a fare resistenza.

Vi sono anche persone che si correggono
di un difetto alla settimana.
E quindi alla fine di un trimestre
sono diventate perfette.
Io non ho abbastanza fiducia in te
per arrivare a fare una cosa simile.
Chissà se sarei ancora in vita
alla fine della prima settimana...
Tu sei così imprevedibile, così impulsivo, mio Dio...
A me piace conservare i miei difetti...
pur servendomi di loro il meno possibile.

Le persone perfette hanno tante qualità
che nella loro anima non c'è più posto
per nessun'altra cosa.
Non arriveranno mai ad essere dei santi.
Del resto, non lo desiderano neppure
...per paura di mancare di umiltà.
Ma, Signore, un santo è un vaso vuoto
che tu riempi con la tua grazia,
che trabocca del tuo Amore,
della santa Trinità.
Ora, Signore, io sono un vaso vuoto,
con un po' di fango sul fondo.
Non è proprio pulito, lo so bene...

Se tu non mi vuoi, Signore,
non insisterò.
Rifletti, però, sulla mia proposta,
è seria.
Quando andrai nella tua cantina
ricordati che hai da qualche parte sulla terra
una piccola anfora a tua disposizione.

Terza settimana

11. Liberi

Ecco un compito che può sembrare difficile, se non addirittura impossibile. Come facciamo ad essere liberi se siamo influenzati ogni giorno dalla televisione e dai giornali, dai social media, dalla famiglia e dalla scuola, dagli amici e dai compagni di lavoro? Eppure ci sarebbe una strada da percorrere.

Alcune tappe

Prima cosa: far cadere le maschere. Tutti ci portiamo dentro alcune paure e alcuni timori, tutti riconosciamo di avere dei difetti e delle doti che ci mancano, assieme - naturalmente - a tante possibilità. Proviamo a far cadere le maschere che usiamo per difenderci, proviamo ad accettarci così come siamo...

Seconda cosa: rifiutare la pressioni. Quante persone credono che ci sia l'obbligo di essere come le vogliono gli altri! Si sottomettono ai desideri degli altri, senza pensarci. Ma perché lo fanno? Per paura di perdere la loro amicizia?

Terza cosa: rifiutare il conformismo. Il conformismo ha questo di terribile: uccide tutto quello che abbiamo di originale e di creativo. Senza che ce ne accorgiamo ci troviamo ad avere le stesse abitudini, gli stessi oggetti, lo stesso modo di vestire...le stesse idee.

E ora alcuni atteggiamenti costruttivi...

Scegliere liberamente i propri obiettivi, quelli che giudichiamo importanti per la nostra vita personale e per la nostra vita insieme agli altri.

Accettare di dover cambiare, cioè di evolvere, di crescere. Significa accettare di camminare, di non restare lì dove si è, per sempre.

Accettare la complessità della vita. Altrimenti si cade

nell'illusione, che semplifica tutto. La complessità è ricchezza e varietà. Anche se la realtà non coincide con i nostri desideri.

Essere aperti all'esperienza, alla propria esperienza e a quella degli altri. Apprezzare tutto quello che la vita ci ha fatto scoprire direttamente, ma anche le scoperte degli altri.
Avere fiducia in se stessi, cioè utilizzare tutte le risorse che abbiamo ricevuto in dono e che abbiamo sviluppato. Avere fiducia nelle proprie possibilità ci fa trovare il coraggio di affrontare le difficoltà.

Liberi di scegliere

Scegliere, cioè decidere,
prendere in mano la propria esistenza
senza abbandonarsi alla corrente,
senza seguire ad occhi chiusi
la direzione imboccata
dalla massa degli uomini.

Ecco, Gesù, quello che mi chiedi:
tu mi offri ogni giorno
la luce che viene dalla tua Parola
perché io possa discernere
il percorso della vita
e tenermi lontano dal male,
da tutto ciò che deturpa e sminuisce
l'immagine di Dio deposta in me,
il sigillo prezioso che rivela
la mia dignità più profonda.

Lo so, non è facile, oggi più che mai:
sottoposto a pressioni diverse,
ostaggio di messaggi invadenti
che fanno appello continuamente
alle zone oscure dell'anima,

io spesso sono tentato
di gettare la spugna,
di abbandonare la partita,
di cedere all'astuzia
di poteri occulti e determinati.

Dammi, allora, di mettere
tutta la mia fiducia in te,
che mi dai forza e saggezza.

12. Giusti

La giustizia è una virtù che induce a **rendere a ciascuno quello che gli è dovuto. A tal fine essa ispira un rispetto assoluto di tutte quelle regole di vita sociale che si fondano veramente sul diritto e sull'equità.** Non basta seguire le regole: bisogna accertarsi che siano eque. Non basta lasciare le cose come sono: bisogna promuovere il cambiamento per assicurare una risposta alle aspirazioni di ogni essere. Ci può essere giustizia senza giustizia sociale? Ci può essere giustizia se, pur di raggiungere il massimo vantaggio, si sfruttano le persone? Ci può essere giustizia se non si rispetta il diritto di ognuno alle libertà fondamentali (libertà di coscienza, di azione, di espressione, libertà politica...)? Ci può essere equità se non si riconosce il diritto alla differenza e nello stesso tempo se non si lotta costantemente contro ogni disuguaglianza sociale, se non si lavora a vantaggio dei più deboli, dei più fragili, di quelli che partono sempre da situazioni svantaggiate?

Essere giusti

A cosa serve proclamare la giustizia se poi non si promuovono le condizioni che permettono ad ogni uomo di essere riconosciuto come persona?

- **Essere giusti vuol dire denunciare le ingiustizie.** Ci può

essere un annuncio del Vangelo, senza - allo stesso tempo - una denuncia delle ingiustizie? E di quali ingiustizie? Quelle che vengono dalle persone quando esercitano un potere arbitrario, quelle che vengono dai gruppi quando non favoriscono l'espressione dei loro membri, quando conservano i privilegi e impediscono il cambiamento, quelle che vengono da una gestione difettosa dei servizi pubblici e sociali, quando le persone, anche se incompetenti e disoneste, mantengono il loro potere grazie alla corruzione e alla violenza.

- **Essere giusti vuol dire lottare contro l'ingiustizia.** In che modo? Con gesti e azioni che vogliono intervenire sugli effetti dell'ingiustizia: è questo lo scopo della carità fraterna e della solidarietà. Ma anche con decisioni che vogliono distruggere le cause, le radici stesse dell'ingiustizia, per costruire una società più umana.

Puliti

Emanano un odore di pulito
che contrasta efficacemente
ogni puzza di marcio.
La loro presenza induce a credere
che è possibile,
che è bello,
che vale la pena
essere onesti e giusti.

Diffondono attorno a sé il profumo
di parole veritiere,
di gesti luminosi,
di progetti nobili e grandi.
Non sono utopisti e neppure sognatori,
non desiderano fare la parte
degli sprovveduti e degli illusi.

Con i piedi ben piantati per terra, Gesù,
sanno mostrare concretamente
la differenza che esiste
di metodo e di stile
tra le astuzie dei furbi
ed i risultati della competenza,
tra i successi della costanza
e le improvvisazioni effimere
dei funamboli e dei prestigiatori,
tra l'efficacia di una propaganda
ben orchestrata e condotta
e le ragioni solide
di un'indagine affidabile.

13. Creativi

Creatività: parola magica, a cui spesso ci si richiama.
Parola anche ambigua, che rischia di giustificare un certo egoismo.

Essere creativi significa realizzare, portare a compimento il proprio essere, nelle sue attese più profonde, nei suoi desideri più nobili. In questo l'uomo è differente dagli altri viventi perché può sviluppare le sue qualità, migliorare le sue relazioni con gli altri, comprendere sempre di più se stesso e riflettere sul cammino che sta percorrendo. Essere creativi significa utilizzare tutte le risorse del nostro essere: l'intelligenza e la spontaneità, la sensibilità e i sentimenti, l'immaginazione e la fantasia.

Ma la parola creatività **indica anche un modo di procedere, di agire, di intervenire sulla realtà.** Creatività allora significa: originalità, capacità di pensare e di realizzare il nuovo, di intraprendere sentieri che non erano stati battuti, di inventare soluzioni inedite ai problemi. **Essere creativi significa allora essere creatori**, partecipare con impegno al progetto di Dio, ritrovare fiducia in se stessi, vivere una



propria vita interiore in cui c'è spazio per la riflessione, per ritrovare il gusto dello sforzo, del sacrificio, del lavoro comune. Il mondo domanda di essere reinventato, ma come potrà l'uomo costruire un mondo nuovo se non cerca di essere nuovo lui stesso?

La creatività non è una dote solo delle persone speciali: tutti hanno una capacità creatrice e inventiva, tutti possono liberarsi dal conformismo e dalla tradizione che blocca. Tutti possono vivere con coraggio e aprirsi con sicurezza all'avvenire.

Creatività

Dotati di intelligenza e di volontà,
noi possiamo reagire, Signore Gesù,
ad una situazione in cui
i potenti della terra
impongono le loro regole ai poveri,
i ricchi della terra
costruiscono un mercato
fondato sui loro interessi,
sostenuti da persuasori occulti
che creano bisogni fittizi.

Sì, noi siamo in grado
di far funzionare la nostra testa,
di sfuggire all'omologazione,
di difendere la nostra libertà
perché possiamo dar prova
di creatività e di inventiva,

senza soccombere ai modelli dominanti.

Così ci è dato di far posto
in questa nostra esistenza
a tante piccole gioie,
a tanti gesti e parole
che recano con sé
il sapore di ciò che è autentico,
il gusto del bello.

Così possiamo scegliere
e cercare più il contatto con le persone
che l'accumulo di oggetti,
più le relazioni
che il consumo sfrenato.

14. Aperti al dialogo

Sembrerebbe una cosa tanto facile. E invece no. Il dialogo è bello, esaltante: mette due o più persone in comunicazione, permette loro di scambiare la ricchezza di idee e di sentimenti che ognuno porta con sé. **E tuttavia non è facile, spontaneo. C'è dialogo solo se le persone lo vogliono veramente.**

Quali sono i presupposti del dialogo?

- Chi crede nel dialogo crede **che non ci sia al mondo nessun individuo sprovvisto di umanità**. Ogni individuo è un essere unico, dotato di sensibilità, di ragione, di un proprio pensiero personale. E per quanto uno sia abbruttito, gli resta sempre dentro un po' di umanità.
- Chi crede nel dialogo **stima l'altro come un essere degno di rispetto e di attenzione**. Gli riconosce la stessa dignità che riconosce a se stesso. Fa tutto il possibile per facilitare un incontro, uno scambio, una comprensione.
- Chi cerca il dialogo **si trattiene dalla violenza**. Dalla vio-

lenza dei gesti perché ricorre alla parola. Ma anche dalla violenza della parola, perché uccide il dialogo e ferisce a morte.

- Chi cerca il dialogo **desidera utilizzare una parola vera**, autentica, piena di passione per la giustizia.

- Chi cerca il dialogo **lo desidera ardentemente** e per questo vuole parlare e nello stesso tempo offrire agli altri la possibilità di parlare. È per questo che rispetta le regole del dialogo.

- Chi cerca il dialogo **cerca in definitiva la verità**: sa di non possederla, di averne a disposizione solo un brandello. Sa che assieme ad altri potrà prima o poi trovarla. Ma dovrà uscire da sé, dovrà andare verso l'altro, dovrà camminare insieme a lui.

Comprensivi

Sforzarsi di comprendere, Gesù, significa
venir incontro agli altri:
offrire loro la possibilità
di esprimersi, di dire quello che pensano,
di uscire allo scoperto
con le proprie idee,
con i propri sogni,
con le proprie paure,
senza timori inutili.

Sforzarsi di comprendere, Gesù, vuol dire
tendere una mano,
donare una nuova occasione
per rendere ragione
di se stessi, dei propri ideali,
del proprio stile,
di ciò che rappresenta
il cuore, la parte preziosa
della vita che uno conduce.

Sforzarsi di comprendere, Gesù, esige
la pazienza dell'ascolto,
la costanza del dialogo,
la disponibilità al confronto,
la fedele ricerca di qualcosa
che unisce al di là
di ogni divergenza.

In fondo sforzarsi di comprendere
è un segno di amore,
di quell'amore che non si arrende
davanti alle difficoltà.

15. Costruttori di pace

“Trasformeranno le loro spade in aratri e le lance in falci. Le nazioni non saranno più in lotta tra loro e cesseranno di prepararsi alla guerra” (Isaia 2, 4).

Potremmo dire in modo ingenuo che la pace è assenza di guerra. Ma sarebbe un modo limitato di parlarne. Prenderemmo in considerazione i gesti di violenza e ci dimenticheremmo di quelle situazioni di violenza che provocano sofferenza a milioni di esseri umani. **La pace è qualcosa di più.**

- **È una condizione interiore.** Per costruire la pace bisogna essere in pace con se stessi, aver preso coscienza dei problemi del mondo e accettare di agire, di scegliere le azioni necessarie per stabilire la giustizia. Perché all'origine dei gesti e delle condizioni di violenza ci sono sempre delle ingiustizie.

- La pace è **un modo di vivere la relazione con gli altri**, di stare con gli altri. Se non si è in pace con il proprio vicino, con la propria famiglia, con i propri colleghi di lavoro,

quando mai potrà arrivare la pace tra le nazioni?

- **Costruire la pace significa vivere in pace con la natura**, porre termine alle violenze che distruggono l'ambiente, ricorrere alla libertà per continuare la creazione.

Per costruire la pace bisogna denunciare le violenze, così come si fa con le infezioni che mettono in pericolo la salute del corpo.

Non c'è pace se la dignità dell'uomo non viene rispettata, se l'individuo diventa un oggetto.

Non c'è pace dove c'è insulto, calunnia, diffamazione, dove la menzogna distrugge la reputazione dell'altro.

Non c'è pace dove c'è disprezzo, ricatto, umiliazione.

Non c'è pace dove l'individuo è dominato e perciò non ha potere sulla propria vita, dove la persona è alienata e ha perso la capacità di pensare con la propria testa, dove l'essere umano è sfruttato ed è diventato un sotto-uomo, che manca del necessario di cui si ha bisogno per vivere con dignità.

La pace si costruisce ogni giorno:

Sulla giustizia, perché come si potrebbero evitare i conflitti quando un popolo si sente sfruttato dall'altro, quando i suoi prodotti sono acquistati ad un prezzo derisorio?

Sulla libertà, perché un popolo che dipende dall'altro, che non può essere se stesso, non sarà mai in pace.

Sulla solidarietà, perché solo se si è disposti a ridurre la distanza tra i più ricchi e i più poveri, decidendo di perdere qualcosa, ci potrà essere pace.

Benevoli

Quando devono scegliere
preferiscono sempre
mostrare stima
interpretare al meglio

offrire fiducia
dare responsabilità.
Non è che non vedono,
non lo fanno per debolezza
e nemmeno per acquiescenza
o per amor di tranquillità.
Ma non è più bello
costruire un ponte
che innalzare un muro?
Non è più saggio
aprire un varco
che tirar su un ponte levatoio?

Sono benevoli
perché hanno un animo
ricco di risorse,
pieno di fantasia,
colmo di bontà.

Sono benevoli con i piccoli
quando chiedono soccorso,
sono benevoli con i grandi
quando si mostrano arroganti.
Sono benevoli anche con quelli
che calpestano i loro diritti,
che ignorano la buona creanza,
che fingono di essere nel giusto,
che vogliono aver sempre ragione.

È con loro che tu, mio Dio,
costruisci un mondo nuovo.

Quarta settimana
16. Ricchi di saggezza

*“Perciò ho pregato Dio e Dio mi ha dato la saggezza,
L’ho invocato e ho ricevuto lo spirito della sapienza.
Ho preferito la sapienza alla conquista del potere
E la ricchezza mi è parsa un niente al suo confronto”
(Sapienza 7, 7-8)*

In che cosa consiste la saggezza? In una conoscenza concreta ed intuitiva delle leggi del mondo, nella comprensione dei problemi degli altri e in un equilibrio di fondo che permette di vivere quei valori che si considerano come fondamentali.

Ma quali sono i valori che nutrono la saggezza e vengono a loro volta nutriti da essa?

- **Innanzitutto la generosità.** Quando una persona è animata dalla tenerezza, dall’amore, dalla condivisione e dalla compassione, allora può veramente gustare la pace interiore. Perché all’origine della pace c’è proprio l’amore.

- Anche **lo spirito di tolleranza** è un elemento importante, dal momento che permette di superare meglio le difficoltà. Davanti al minimo ostacolo, coloro che non hanno uno spirito di tolleranza si irritano facilmente. Talvolta ci sono addirittura delle reazioni violente e questo priva ancor più le persone della serenità necessaria per comprendere una situazione e le persone che la vivono. Proprio i nostri nemici ci offrono l’occasione per imparare la tolleranza, che nasce dal rispetto e dalla compassione, dalla fiducia in se stessi, ma anche negli altri.

- Importante è poi anche **lo spirito di giustizia**, che viene sostenuto dall’amore per gli altri esseri. Permette di cogliere le ingiustizie che rovinano la vita a tutti quelli che le subiscono ed intaccano le relazioni tra le persone. Ma fa anche approdare ad un modo nuovo di pensare, ad una comprensione più giusta della realtà.

Qual è il ruolo della saggezza nella vita di una persona?

Permette di vedere le cose in un altro modo, di coglierle nella loro complessità e diversità, nelle loro disfunzioni e nella loro ricchezza.

Fa nascere una coscienza profonda della realtà, mette alla ricerca delle soluzioni e dei rimedi più appropriati.

Guida nelle scelte perché orienta secondo i valori fondamentali dell'esistenza e conduce all'azione.

Conduce ad uno stile di vita personale, in cui c'è apertura verso gli altri e verso il mondo, ricerca, essenzialità.

Saggi

La saggezza, Signore, è una rugiada benefica
che porta ristoro e refrigerio.

Le sue perle sono più preziose
di qualsiasi tesoro o somma di denaro.

Nelle situazioni più incresciose
la saggezza fa intravedere la soluzione
più delicata e rispettosa
e non induce mai a giudizi taglienti.

In mezzo a conflitti laceranti
salva dal rancore e dalla vendetta
e genera sentimenti nobili.

Non cade nel pettegolezzo,
non cede alla legge del più forte,
non adotta la logica
del colpo su colpo.

Sa scrutare le stelle
anche nella notte più buia
e riconoscere l'onestà,
la giustizia, lo spirito buono,
anche se sono come un ago nel pagliaio.

Per questo nutre la speranza
quando ormai tutti gettano la spugna

e permette di riprendere il cammino anche quando tutti si fermano.

Che tu sia benedetto, Signore Gesù,
per il dono della saggezza,
che sostiene il dialogo
nei momenti più critici.

17. Disposti all'ascolto

Siamo esseri sociali, eppure abbiamo la tendenza più ad ascoltarci mentre parliamo agli altri, che ad ascoltare veramente gli altri. Ma può esserci comunicazione senza ascolto? Solo se l'altro si sente ascoltato, si sente preso in considerazione e può cambiare atteggiamento.

Ascoltare, però, richiede un impegno notevole, tanto è vero che dopo un po' ci si stanca di ascoltare!

Ascoltare vuol dire:

- far attenzione all'altro;



- ascoltare con tutti noi stessi;

- imparare a considerare le reazioni, anche quelle silenziose (l'apatia, l'agitazione, lo sguardo distratto, il sorriso ironico...).

Ascoltare vuol dire osservarsi:

- rifare periodicamente conoscenza con se stessi. Spesso ci si illude di conoscersi...Solo se osserviamo l'altro, le sue reazioni ai nostri comportamenti, possiamo conoscere quella parte di noi stessi che spesso non vo-

gliamo ammettere perché non ci piace;

- prendere coscienza dei comportamenti che l'altro provoca

in noi. A seconda che proviamo simpatia o antipatia o che ci sentiamo neutrali, l'altra persona provoca in noi dei gesti e dei sentimenti...

Quali sono gli atteggiamenti di chi è veramente disposto all'ascolto?

- **Fiducia nell'altro**, che viene considerato capace di esprimersi, di riflettere sui suoi problemi, di trovare le risposte necessarie.
- **Calore nella relazione**: significa essere presenti con tutto il nostro essere e percepire quello che l'altro sta vivendo in profondità.
- **Apertura all'inatteso**, a qualsiasi messaggio, anche se nuovo, insolito, o addirittura sgradevole. È proprio il contrario di quello che accade quando uno si mette sulla difensiva.

“Prima di rispondere, ascolta attentamente, e non interrompere chi sta parlando” (Siracide 11, 8)

“Rispondere prima di ascoltare è pura follia e vergognosa stupidità” (Proverbi 18, 13)

“Lo stolto non si preoccupa di capire, ma di dire quel che pensa “ (Proverbi 18, 2)

Ascoltare con affetto

Ci sono persone, Signore,
che mi sanno ascoltare con affetto
ed è per questo che non si fermano
alle mie parole
ma sanno intuire ciò che sta sotto,
alle espressioni contorte
perché riconoscono i sentimenti.

Ci sono persone, Signore,
che mi sanno ascoltare con affetto

e quindi vedono in me
quello che io stesso ignoro:
se è sgradevole o irritante
il mio modo di comportarmi
sanno riconoscere la franchezza
e la sincerità che mi abita;
se è evidente il mio disagio
e la mia fragilità
sanno scorgere le cose buone
che mi porto dentro;
se emergono i miei sbagli
sanno intuire anche la grinta
che sono capace di tirar fuori
per cambiare e migliorare.

Grazie, Signore, di avermi donato
persone che mi ascoltano con affetto
perché sono un aiuto prezioso
sulla mia strada di oggi e di domani.

18. Comprensivi

La comprensione è un rischio da correre...

Che cosa vuol dire comprendere? Percepire nel modo più oggettivo possibile un avvenimento e soprattutto una persona. Non è una cosa spontanea. **La prima reazione sarebbe quella di dare una valutazione immediata, di esprimere subito un giudizio:** giusto o sbagliato, stupido o intelligente...E allora, se si vuole comprendere, bisogna fare lo sforzo di capire esattamente le parole. Ma se mi sforzo di capire veramente bene, può darsi che mi capiti di avvertire la necessità di cambiare qualcosa in me. Ecco dove sta il rischio.

La comprensione provoca un doppio vantaggio...

Quando ascolto l'altro, quello che prova, quello che pensa, vengo inevitabilmente arricchito: non sono più come prima.

Ma anche l'altro riceve un beneficio dalla mia comprensione: le mie reazioni davanti a quello che dice gli permettono di comprendersi e di accettarsi, di vedere meglio quello che sta vivendo.

E più io mi accetto, più mi vedo meglio, più sono capace di accettare e di vedere meglio quello che accade all'altro.

C'è una comprensione che parte dall'intelligenza e c'è una comprensione più profonda che è intuitiva, affettiva, che va incontro ai sentimenti e alle reazioni dell'altro senza giudicare. Allora l'altro si sente liberato perché si sente compreso, accettato, senza sentirsi obbligato a cambiare ad ogni costo. Comprendere vuol dire rispettare la libertà dell'altro.

Quali sono **le tappe** di un atteggiamento comprensivo?

- **Comprendere quello che viene detto**, il messaggio che si riceve. Se non si capisce, si possono fare delle domande.
- **Comprendere perché uno ci rivolge quel messaggio**, quello che sta vivendo, quello che lo spinge a parlare così.
- **Comprendere al di là delle parole**, qualche volta addirittura sopportando anche le parole sgradevoli.
- **Comunicare all'altro quello che si è capito**: la fiducia nell'altro diventa coraggio di esprimersi con franchezza davanti a lui.

“Abbate sentimenti nuovi: di misericordia, di bontà, di umiltà, di pazienza e di dolcezza” (dalla lettera di Paolo ai Colossesi 3, 12)

Compassionevoli

Quante volte, mio Dio,

percorrendo le strade della Palestina
il tuo Figlio, Gesù, si è lasciato
afferrare dalla compassione:
davanti alle folle affamate,
alla gente che lo seguiva
desiderosa di una parola autentica,
ai lebbrosi cacciati
dalla famiglia e dalla città,
ai malati di ogni genere
che stendevano la mano ai passanti
e da te invocavano la guarigione.

Quante volte egli ha sentito pietà
per ciechi che brancolavano nel buio,
per i paralitici
inchiodati al loro lettuccio,
per gli indemoniati
prigionieri di forze oscure,
per i sordomuti
condannati all'isolamento,
per i peccatori
segnati a dito e tenuti lontano.

La compassione, tu lo sai,
non è un sentimento comodo
e neppure superficiale.
Mobilita il cuore,
desta l'intelligenza,
mette al lavoro le mani,
spinge a condividere
ciò che è troppo pesante
per le spalle di una sola creatura.

19. Pronti a condividere, ospitali

Molte volte ci hanno insegnato ad essere individualisti, ad entrare in concorrenza con gli altri, a superarli nella competizione, ad arrivare per primi, nello sporto come nel lavoro o nella scuola.

La condivisione e l'ospitalità sono invece tradizioni molto antiche che troviamo intatte - guarda caso - **proprio in molti paesi poveri, dove si pratica l'ospitalità spartendo il poco cibo a disposizione e la dimora spesso provvisoria.** Eppure anche noi abbiamo alle spalle una tradizione non molto lontana in cui si era abituati a gesti di condivisione: le casse di solidarietà nate per affrontare insieme i rischi ed evitare di cadere nella miseria, e quell'aiuto reciproco tra famiglie contadine quando ci si scambiava gli arnesi e ci si dava una mano in caso di difficoltà...

La condivisione e l'ospitalità sono un modo di essere:

- **l'apertura agli altri** ci permette di comprendere quanto sia utile spartire insieme: "Fai agli altri quello che vorresti che gli altri facessero a te";

- **quest'apertura è nutrita costantemente di rispetto**, di stima per la dignità di qualsiasi persona;

- **se l'altro è stimato non gli si può fare l'elemosina:** sarebbe umiliarlo. Non si può trattarlo come un assistito, ma come un fratello che può ricevere un dono;

- **e il dono non può creare dipendenza.** Spartire significa dare e anche ricevere, accettare il dono che ci arriva come risposta e che non è necessariamente dello stesso genere del nostro.

Si condivide quello che si ha, ma anche quello che si è: le nostre idee, i nostri sentimenti, le gioie come le pene, si condivide quello che si sa.

E si fa una scoperta: **cosa significa "ospitare"?** Proprio quando si è convinti di essere noi coloro che ospitano, ci si accorge che è molto di più quello che riceviamo. Ma allora siamo noi che "siamo ospitati" in quel momento!

“Siate pronti ad ospitare i vostri fratelli quando hanno bisogno e fate di tutto per essere ospitali” (dalla lettera di Paolo ai Romani 12, 13).

Ospiti

I veri ospiti, Signore,
non sono quelli che aprono la loro casa
e apparecchiano la tavola,
ed invitano a sedersi insieme
per godere dello stesso cibo.

Per essere veri ospiti non basta
aver preparato ogni cosa a dovere,
aver messo a disposizione
le cose migliori che abbiamo.
I veri ospiti sono coloro
che in qualche modo accettano
di essere ospitati
da coloro che accolgono,
nella loro esistenza,
nel loro tempo,
nel loro animo,
nei loro pensieri e sentimenti.

Solo così l'altro
avverte di essere un dono
e non è umiliato
dai molti doni che riceve.
Solo così l'altro
si sente nei panni del povero
che riceve gratuitamente,
ma un po' anche in quelli
del ricco che dona
ciò che ha di più prezioso:
se stesso, la sua amicizia.

Signore, fa' di noi degli ospiti
che si sentono ospitati.

20. Solidali

Come si può diventare veramente solidali?

- **Bisogna innanzitutto distruggere un certo spirito di competizione** perché molte volte con il pretesto di esprimersi e di superarsi si finisce con lo schiacciare gli altri. C'è un modo di esprimersi che consiste nel mettere i propri doni a servizio della comunità!

- **Mettere radice:** come si può essere solidali, se non si condividono veramente i problemi delle persone che ci vivono accanto? Come si fa a intervenire su un problema se non ci si sente implicati?

- **Realizzare un'azione comune, non solo tanti gesti individuali.** Un'iniziativa comune, però, ha bisogno di un progetto, di dialogo, di scambio di idee...

- **Promuovere l'uguaglianza, ma nella differenza,** in modo da evitare rapporti di dominazione o di assistenza. Ognuno può dare e ognuno può ricevere.

- **Accettare la condivisione autentica:** è facile dare, ma è più difficile accettare di ricevere. È l'apprendistato della reciprocità: anche il più debole e il più sfortunato mi può donare qualcosa.

- **Durare nel tempo:** la solidarietà non è una passeggiata in cui si ha l'occasione di fare una buona azione. È un atteggiamento profondo che domanda di essere manifestato con le decisioni e i gesti della vita quotidiana.

- **Amare, cioè accogliere l'altro con le sue diversità, anche scomode,** praticare una reciproca tolleranza.

“Ma l'occhio non può dire alla mano: Non ho bisogno di te, e la testa non può dire ai piedi: Non ho bisogno di

voi...Non ci possono essere divisioni nel corpo: tutte le parti si preoccupano le une delle altre. Se una parte soffre, tutte le altre soffrono con lei...” (dalla prima lettera di Paolo ai Corinzi 12, 21-26).

Generosi

Grazie, mio Dio, per tutti
gli uomini e le donne
che vorrebbero essere
generosi come Te.

Grazie per quelli
che donano con abbondanza
senza troppo misurare.

Grazie per quelli
che donano le cose migliori
che hanno a disposizione.

Grazie per quelli
che non hanno bisogno
di sentirsi ringraziati.

Grazie per quelli
che arrivano a dimenticarsi
di tutto quello
che hanno fatto per gli altri.

Grazie per quelli
che sanno mostrarsi vicini,
ma sanno anche scomparire.

Grazie per tutti quelli
che accettano di compiere
un tratto di strada,

senza pretendere
di decidere il percorso.

