

## Tempo

L'idea di questo scritto nasce da un **dialogo**, una confidenza su quanto si sta vivendo intimamente in questo periodo, che si è trasformato in un modo di esserci e di lasciare una testimonianza di questa quarantena.

La pandemia è arrivata penetrante, nei nostri corpi e nelle nostre menti, non ce l'aspettavamo, non la immaginavamo, eppure è accaduto, e ci siamo trovati di colpo, in un mondo surreale.

E' un'esperienza perturbante che ci colpisce a livello fisico, psicologico, sociale.

Molti di noi hanno vissuto la perdita, violenta, drammatica di una persona cara, di un parente, di un amico, di un vicino.

Molti hanno vissuto la malattia insidiosa, la paura di morire, la solitudine.

Molti si sono fermati, chiusi nelle case a guardare dalla finestra lo scorrere dei giorni, ad ascoltare i silenzi delle strade.

Molti hanno continuato a lavorare, per tutti noi: uomini e donne che si sono presi **cura**, instancabilmente, amorevolmente, **responsabilmente**.

Molti hanno accompagnato nelle residenze per anziani i nostri vecchi saggi, loro, i più fragili se ne sono andati lasciandoci in eredità la loro storia e i loro insegnamenti.

E poi ci sono i bambini e i ragazzi, anche loro pagano un prezzo alto per quanto sta accadendo.

Tutto è cambiato per ognuno di noi, le nostre vite sono state sconvolte e rimaniamo adesso nell'incertezza perché non sappiamo ancora come andrà a finire.

In questo tempo siamo andati avanti, con **dolore**, nonostante le **perdite**, oltre le **paure**, abbiamo cercato di stare uniti, di trovare un contatto, un senso. Molti si sono organizzati con **creatività**, molti si sono messi a disposizione degli altri generosamente. Per alcuni è stata l'occasione per riappropriarsi di un **tempo** diverso, lento.

Mi hanno colpito in particolar modo, alcune esperienze di persone vicine.

Una ragazza di quindici anni per esempio mi ha detto che in questo tempo ha imparato a **riflettere**, dopo settimane in cui era piuttosto arrabbiata e annoiata perché non poteva andare a scuola, non poteva andare a calcio, ha pensato alla sua vita e alla sua storia, come tesoro da portare con sé, ovunque e comunque.

Una cara, vecchia amica, con il marito in ospedale ancora a rischio di vita, mi dice che le notti sono angoscianti, che i volontari le portano la roba da lavare, settanta gradi, ma il maglione che aveva non va più bene neanche a lei.

Mi dice che ci sono momenti in cui si dispera perché non si è mai pronti alla morte, e momenti in cui si aggrappa alla vita e legge poesie, e mi dice che questa è la **realtà** e sapientemente sposta l'attenzione su aneddoti divertenti, caricature del marito e non manca lo sguardo al futuro, quando ci ritroveremo di persona a fare una bella chiacchierata insieme.

E poi c'è il volontario che la chiama dal supermercato se il pesce che ha messo nella lista non ha un bell'aspetto e suggerisce alternative. Piccoli gesti di cura che fanno scoprire o riscoprire cose semplici, poi il signore le dice: "ma sa signora che facendo la spesa a lei ho scoperto un sacco di cose che non conoscevo"?

Penso alla **tenerezza**, quella custodita nel cuore di chi ha trovato un punto di riferimento nell'infermiera che non l'ha lasciata sola, che l'ha confortata, che c'è stata al momento giusto. Quell'anima che ha compreso profondamente la tua ansia, e il tuo smarrimento quando hai avuto paura, quando non controllavi niente e di fronte a qualcosa di sconosciuto hai avuto ancora più paura. Eppure parole rassicuranti, di chi è sensibile a ciò che stai vivendo, sono come una carezza che consola, come braccia che ti cullano, e ti lasci guidare facendo rinascere dentro di te la speranza. In un momento della tua vita in cui realmente e non solo simbolicamente non hai più il respiro, la tenerezza nello sguardo e nelle parole dell'altro ti quietano l'anima, e avverti un'energia vitale che ti fa sperare che presto finirà.

Come sarà dopo? Cosa faremo dopo?

Dipende da noi, esseri umani in un mondo di esseri viventi.

*"Proprio perché la vita è tempo, un tempo da pensare per disegnarlo di senso, inevitabilmente lo sguardo si volge al futuro, ma il futuro non è solo apertura al possibile bensì anche incertezza e imprevedibilità. (...) Per imparare a stare nel tempo senza soccombere alla fatica dell'esserci, va coltivato il sentimento della speranza, in quanto necessario nutrimento di un pensiero capace di abitare la dimensione del possibile".* Luigina Mortari.

In questo tempo, in cui ci siamo ri-scoperti un NOI, se stiamo insieme, se lavoriamo insieme possiamo costruire il nostro futuro.

*"Il primo scenario della moralità (...) non è quello in cui io faccio qualcosa per te e tu fai qualcosa per me, ma uno in cui noi facciamo qualcosa insieme".* Christine Korsgaard

In questi mesi in cui abbiamo riscoperto il ritmo e il gusto delle cose semplici, possiamo continuare a respirare, accettando quello che c'è, la realtà con i suoi limiti, tenendo però la **mente aperta** al futuro, tenendoci la mano, in questo tempo strano.

E concludo con una poesia di Pablo Neruda, attuale più che mai.

## **Prenditi tempo**

Prenditi tempo per pensare,  
perché questa è la vera forza dell'uomo.

Prenditi tempo per leggere,  
perché questa è la vera base della saggezza.

Prenditi tempo per pregare,

perché questo è il maggior potere sulla terra.

Prenditi tempo per ridere,  
perché il riso è la musica dell'anima.

Prenditi tempo per perdonare,  
perché il giorno è troppo corto per essere  
egoisti.

Prenditi tempo per amare ed essere amato,  
è il privilegio dato da Dio.

Prenditi tempo per essere amabile,  
questo è il cammino della felicità.

Prenditi tempo per vivere!

Lecture consigliate

Luigina Mortari "*Aver cura della vita della mente*".

Michael Tomasello "*Altruisti nati*".

**Daniela R.**