

IDEA DEL MESE

Febbraio 2023

Sperimentare che non siamo soli

La vita a volte ci fa sentire una certa solitudine, sperimentando tristezza, angoscia, dolore ed emozioni che ci impediscono di andare avanti. Alcuni chiamano questi momenti "deserto". Sono occasioni per entrare dentro di noi e poter sperimentare che non siamo soli, perché è proprio lì, in quel luogo, in questa nuova situazione, che possiamo percepire una presenza o il calore di chi è al nostro fianco.

È un'opportunità per non fermarci e per dare un nuovo significato alla vita, alle cose che ci sono accadute, e orientare le nostre azioni in base a questa nuova percezione.

Dobbiamo però cercare di ravvivare la consapevolezza che, al di là del nostro sentire in quel momento, non siamo soli nel nostro cammino, l'amore esiste in noi e intorno a noi e lo possiamo far rifiorire anche nei nostri 'deserti'. Non fuggiamo dalle situazioni pesanti e dolorose, approfittiamone per scoprire chi ci sta accanto con il suo amore e cerchiamo il rapporto con loro e, se lo riteniamo opportuno, mettendo in comune il dolore che ci rattrista.

Questa condivisione ci potrà sostenere e ci permetterà di spazzare via quel senso di solitudine che sembrava opprimerci e troveremo nuovamente la libertà di amare chi ci sta accanto.

Così, custodi della presenza di questo amore che ci accompagna, possiamo ritornare ad essere anche noi messaggeri, portatori di questo amore: osservando le necessità degli altri, soccorrendo i nostri fratelli e sorelle nei loro 'deserti' senza giudicarli, condividendo le loro gioie e i loro dolori.

Lo sforzo più grande è capire che quei sentimenti e quelle emozioni tristi provati, nascono da esigenze vitali irrinunciabili, quali la comprensione, la fiducia, la condivisione, la stima, la rassicurazione, la comunione; ebbene cerchiamo di soddisfare queste esigenze con coloro che possono offrircele, e nello stesso tempo manteniamo gli occhi aperti sull'umanità nella quale siamo immersi, offrendo un atteggiamento di comprensione e stima per un amico smarrito come noi, una parola di condivisione verso chi è alla ricerca di un senso e di una risposta ai tanti perché della vita: amici, familiari, conoscenti, vicini di casa, colleghi di lavoro, persone in difficoltà economiche e magari socialmente emarginate, un incoraggiamento a chi ha perso la fiducia nel proprio futuro.

Possiamo così affrontare insieme agli altri le difficoltà della vita e scoprire nei deserti che attraversiamo quel "filo d'oro d'amore" che ci aprirà alla speranza, ritrovando quella fiducia in noi e negli altri che sembrava essersi appannata.

Questa è stata l'esperienza di P., che ha vissuto da sola nel periodo della pandemia. Racconta che, fin dall'inizio della chiusura totale di ogni attività nel suo Paese, è rimasta nella solitudine più assoluta in casa, senza nessuno accanto con cui poter condividere questa esperienza e cercando di occupare la giornata come poteva. Col passare dei giorni, si è scoraggiata sempre di più. La sera faceva molta fatica ad addormentarsi e le sembrava di non poter più uscire da quell'incubo di solitudine che l'opprimeva. La forza per non soccombere le è venuta al pensiero che c'erano tante persone intorno a lei a cui chiedere qualcosa o dare qualcosa.

Con sua grande sorpresa ha sperimentato che nell'amore dato o ricevuto c'era una grande forza che le ha impedito di continuare ad abbattersi. Piccoli segnali e spiragli di luce da amici fraterni hanno cominciato a raggiungerla facendole sperimentare la certezza di potercela fare. Come quella volta che festeggiando il compleanno on line di un'amica, ha ricevuto una fetta di torta da parte della sua vicina di casa.