

**Cari amici,**

una sera andando a prendere con Maria Lisa il pane avanzato al fornaio da portare alla mensa ci siamo fermati a fare due chiacchiere sulla Casa dei fili d'erba.

Maria Lisa mi ha persuaso a tornare a proporre periodicamente alcuni incontri, sono stato a sentirla ed allora non ho fatto altro che suonare la campanella per ricordarlo.

Questi restano ogni giorno gli appuntamenti .

**Mattino Vieni si fa giorno**

Ore 6 Sveglia - ore 6:15 Caffè

ore 6:30 pratiche ( Meditazione , Preghiera con Inni Salmi e Cantici, lettura continuata della Bibbia e Letture del Giorno, Lettura personale e meditata di Libri ed articoli , Dario spirituale)

**Mezzogiorno**

Preghiera di benedizione del Pane

**Sera**

Pratiche e lode della sera

**Le pratiche della sera**

**Lunedì** : Preghiera di benedizione

**Martedì** : Preghiera di ringraziamento

**Mercoledì** : Meditazione - la stessa radice di medicina

**Giovedì** : Un mantra cristiano meditazione con la preghiera del rosario

**Venerdì** : Lectio - circolo di lettura popolare della bibbia

**Sabato** : Lettura condivisa

**Domenica** : Pratiche di Consapevolezza

Via F.A. Ventimiglia 19 - 84129 Salerno

**PROGETTO FRATERNITÀ,**

Per chi cerca un compagno di strada per attraversare una porta stretta della vita;

Per chi vuole trascorrere qualche giorno nella preghiera, meditazione, condivisione , anche lavorando in smart working.

Un viaggio dentro se stessi è un cammino spirituale ( Pietro Ravallese )

[www.lacasadeifiliderba.it](http://www.lacasadeifiliderba.it)  
[lacasadeifiliderba@gmail.com](mailto:lacasadeifiliderba@gmail.com)  
 3471083991



All'interno del ritmo settimanale ho rimesso in evidenza alcune proposte partendo dal convincimento che ciascuno di noi ha dentro di sé energie e risorse sopite da poter attivare per colmare la sete di bellezza e di quiete, di meraviglia e di poesia, di fraternità e di divinità che ci attraversa.

Mastichiamo insieme le parole della Bibbia con il circolo di lettura popolare, ci

esercitiamo in pratiche di consapevolezza con un ciclo di incontri sul tema Siamo fatti per gioire, e viviamo l'orazione di quiete attraverso la meditazione.



## Non un gesto scontato.

Ho dovuto fare un serio lavoro su me stesso per esporre tre bandiere dal mio balcone.

È l'unica possibilità non semplicemente per fermare la guerra ma per non lasciarsi vincere dalla disumanità.

Ci si può solo inginocchiare davanti al dolore che un folle disegno politico e governativo dell'esecutivo israeliano sta portando avanti.

Possiamo solo abbracciare il dolore, i corpi morti, ed i superstiti anche essi morti che camminano.

Per loro dobbiamo spingere la resurrezione che arrivi, qui ed ora oltre che nell'eternità.

Qui ed ora per i sopravvissuti perché il loro cuore si disarmi, riesca a non odiare, riesca a non fare fuoco contro chi sta sterminando un intero popolo.

Apriamo le nostre case. Non so se è possibile. Ma se ci sta da ospitare, provare ad abbracciare chi deve risorgere dopo questa crocifissione possiamo noi tutti essere quel Giuseppe di arimatea prima e le donne poi che di buon mattino vanno al sepolcro e lo trovano vuoto.

Possiamo noi procurarci l'olio, anche se non lo abbiamo, per medicare queste ferite, l'olio dell'abbraccio.

Abbracciare i morti sepolti non possiamo, ma i morti viventi sì, e provare a camminare insieme in un sentiero risorgivo.



Piangere insieme, fare silenzio insieme, abbracciarci insieme.

Io non so se ci siano possibilità di aprire corridoio, ma anche nel tempo in cui tutto questo macello cesserà ci sarà da ricostruire.

Non solo la ricostruzione dei palazzi ma la ricostruzione dei cuori.

Ed allora non possiamo girarci dall'altra parte.

Cirenei, donne ed uomini col nardo tra le mani, apriamo le nostre case come Giuseppe di arimatea aprì il sepolcro che si era comprato. Altrettanto le parrocchie, le comunità. Forse le leggi non lo consentiranno. Ma già solo immaginarlo costruisce ponti.

C'è bisogno di asimmetria nei conflitti per contrastare l'escalation simmetrica.

Oggi questa asimmetria è mettermi in ginocchio, abbracciare il dolore, tenere per mano i due popoli, israeliani e palestinesi.

Ho ripreso in mano in questo tempo alcuni libri di Padre Giovanni Vannucci.  
Un pilastro , un riferimento essenziale per chi con semplicità fa della vita contemplativa nella vita attiva un modo di farsi penetrare dalla poesia del mondo.  
Mi è venuta voglia di condividere questo profilo della sua figura.

### Vi siete ricordati di aprire il pollaio?



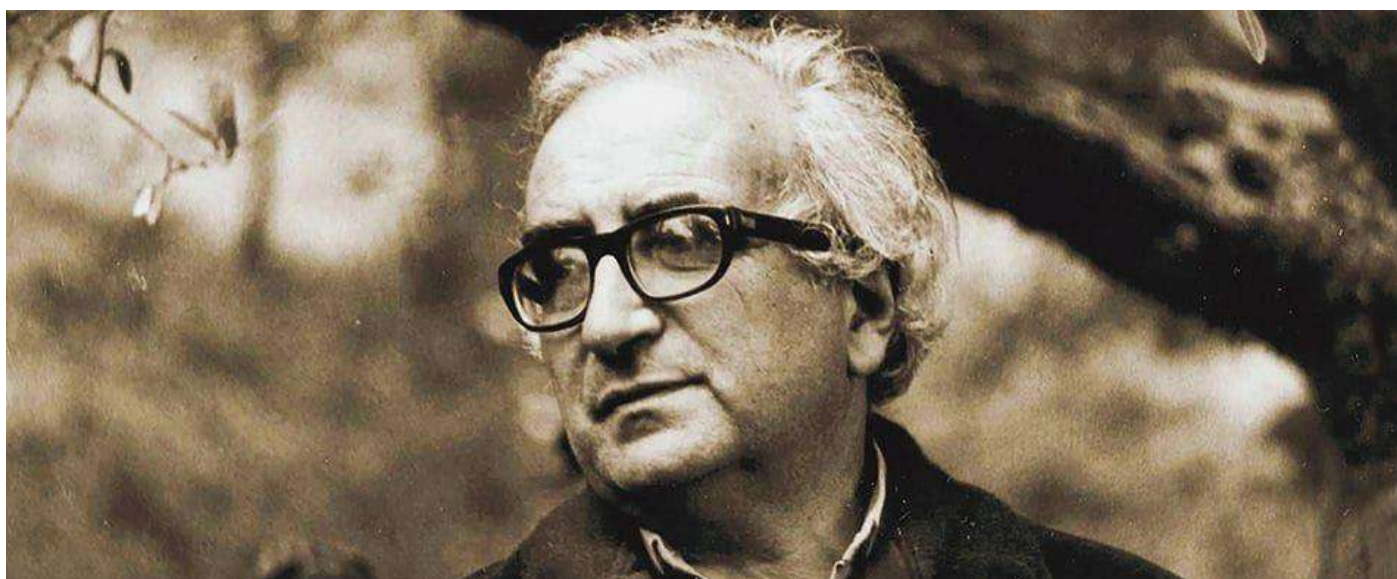
Ma chi è sto Giovanni Vannucci che manco hai conosciuto personalmente. È morto che avevi 15 anni e ne parli come fosse ancora vivo, sono trascorsi da quel 1984 più di 40 anni.

#### **Giovanni Vannucci: la libertà del Vangelo, di Sabina Fadel**

Ripercorriamo la figura di padre Vannucci, uomo coltissimo e semplice, aperto e libero. Animo inquieto che ha trovato pace nel Vangelo.

Padre Giovanni Vannucci

«Vi siete ricordati di aprire il pollaio?». Sono queste le ultime parole di padre Giovanni Vannucci, la mattina del 18 giugno 1984, mentre lo stanno caricando sull'ambulanza a seguito del devastante infarto che lo porterà alla morte. Sembra la frase di una mente confusa, invece sono le parole che forse più di altre rappresentano la vita, il pensiero e la fede di quest'uomo coltissimo (docente di ebraico e Sacra scrittura,



**Padre Giovanni Vannucci**



lettore assiduo e onnivoro: la sua biblioteca conteneva più di 12 mila volumi) approdato con il tempo alla semplicità dei santi.

Con le sue scelte spesso controcorrente e che gli attirarono severi giudizi da parte dell'allora Chiesa istituzionale, precorse di quasi un ventennio lo spirito del Concilio. Uomo della Parola e del silenzio, animo mistico eppure immerso nella vita quotidiana, sacerdote aperto all'incontro con ogni uomo e donna di qualsiasi estrazione, provenienza o credo religioso, a padre Giovanni per anni non fu perdonata la grande libertà di pensiero e di azione che gli aveva donato il Vangelo.

Nato a Pistoia il 26 dicembre 1913, secondogenito di una famiglia numerosa, Vannucci decide di entrare, nel 1926, nel convento fiorentino dei Sette Santi Fondatori (Servi di Maria). Dopo gli studi e la professione solenne – il 13 ottobre 1936 –, si dedica all'insegnamento dell'esegesi biblica e della lingua ebraica per dieci anni. Nello stesso periodo frequenta il Pontificio Istituto Biblico e l'Ateneo pontificio «Angelicum».

I lunghi studi non lo allontanano però dalla vita concreta. Anzi, in là con gli anni amerà dire ai novizi: «Voi potete conoscere a memoria tutti i manuali di pedagogia, di filosofia e di morale, e magari poi non riuscite a trattare concretamente con gli uomini che vengono a chiedervi un aiuto, un consiglio. Potete avere un bagaglio di nozioni teoriche immense, ma che diventano assolutamente inutili se in voi manca l'attenzione, l'apertura totale alla vita, al mistero dell'esistenza». Per lui, infatti, conoscenza e cultura hanno un unico scopo: aprirsi all'amore. «Bisogna conoscere per amare di più», suole ripetere. Negli studi e nell'insegnamento manterrà sempre «l'animo del cercatore di Dio – scrive Massimo Orlandi nel bel volume Giovanni Vannucci custode della luce, edizioni di Romena –, poco interessato alle speculazioni e alle teologie cerebrali e invece immerso nella Parola, per svelarne il senso simbolico e liberarne la luce». Uno stile che preoccupa non poco i suoi superiori che gli negheranno più volte il permesso di avviare forme comunitarie innovative e originali.



**Eliseo e Lorenzo attuali custodi dell'Eremo delle Stinche**



**Nella ricerca di risposte per il suo animo inquieto, bisognoso di «verità e vita», padre Giovanni approda a Campello, nelle colline umbre. Si tratta di un eremo fondato vent'anni prima da sorella Maria, che vi abita insieme ad altre donne. «Maria – scrive ancora Massimo Orlandi – ha scelto la via dell'eremo non per creare un nuovo Ordine ma, al contrario, per liberare la sua esperienza di religiosa dai limiti imposti da strutture e barriere confessionali».**

La libertà che respira in questi luoghi sarà decisiva per Vannucci che qui si sente «nascere una seconda volta». **«L'eremo – confiderà riferendosi a Campello – è stato uno dei doni più grandi che il Signore mi ha concesso, la terra dove il sogno e la missione del monachesimo trovano un compimento che aiuta a sperare e a vivere».** Qui padre Giovanni sperimenta l'ecumenismo «della base», quello semplice, concreto, che lo porterà a dire, avanti con gli anni: «Le religioni sono come i raggi di una ruota: tutti portano verso il centro». **A Campello abita, infatti, anche una sorella anglicana e si mantengono contatti con fratelli protestanti e di altre confessioni. Siamo nel 1948, e l'apertura di Maria non può ancora essere compresa: vive pertanto una condizione di emarginazione all'interno della Chiesa, che però non la spegne. Da quelle colline lei tiene rapporti con personaggi del calibro di Gandhi e Albert Schweitzer: «L'eremo ci tiene in comunione con i santi, con i grandi, con i poveri e i derelitti, con le stelle, con i fiori, con l'universo. È come una scala dalla terra verso il cielo» scrive. Lo stile appreso a Campello segnerà padre Giovanni per la vita.**

Nel frattempo la situazione di Vannucci a Roma si fa sempre più delicata. «Il suo spirito libero e innovatore, l'attenzione profonda ai miti di tutte le religioni – ricorda ancora Orlandi – lo pongono, per le autorità ecclesiastiche, nella zona d'ombra che si avvicina all'eresia».

In questo periodo padre Giovanni scriverà: «Soffriamo perché vediamo che tutta la nostra attività non incide nella storia degli uomini. C'è troppa separazione tra monaci e popolo». Mosso da questa convinzione, decide di abbracciare l'esperienza della neonata comunità di Nomadelfia. Fondata da don Zeno Saltini, quest'ultima è socialmente strutturata per poter vivere concretamente il Vangelo: non esiste proprietà privata né denaro e vi è un'apertura totale delle famiglie all'accoglienza di figli in affido. Nel 1950, con altri sei confratelli, Vannucci decide così di trasferirsi in Maremma, dove la comunità ha aperto una sede. «Non è una defezione – appunterà in quel periodo – ma è il portare alle sue estreme conseguenze la nostra vocazione iniziale. Nomadelfia costituisce un esempio vivente di un perfetto accordo della vita umana col Vangelo e del cristiano con la storia del tempo nel quale vive».

Anche questa esperienza, però, è destinata in breve a concludersi. Nell'estate del 1951 il Sant'Uffizio obbliga i religiosi a rientrare «sotto l'obbedienza dei superiori». Una ferita profonda, ma che non domerà lo spirito di Vannucci.

Rielaborato il dolore, dopo qualche anno è di nuovo in campo. Chiede infatti ai superiori di poter avviare una nuova forma di vita comunitaria: una fraternità dedita alla preghiera e al lavoro, ma aperta all'accoglienza. La scelta ricade sull'eremo di San Pietro alle Stinche, nel Chianti, dove padre Giovanni può ritirarsi, complice anche l'ormai mutato clima ecclesiale post-conciliare (siamo nel 1967).

Padre Giovanni trascorrerà alle Stinche il resto della vita. Si rifiuterà sempre di scrivere una regola per la sua comunità: quello che propone è uno stile di vita. L'eremo, nel suo progetto, non è una via di fuga, ma un luogo in cui posare il capo, scaricare i pesi troppo gravosi, riempirsi gli occhi, la mente e il cuore di bellezza,



e ripartire. Chi arriva non deve giustificare la sua presenza, ma solo condividere la semplicità della vita dei fratelli. È la libertà dei figli di Dio.

Il sogno di padre Giovanni si può leggere ancora oggi sulla soglia delle Stinche: «In questo piccolo spazio vorrei che ogni uomo si sentisse a casa sua e, libero da costrizioni, potesse raggiungere la conoscenza di se stesso e incamminarsi nella sua strada forte e fiducioso. Vorrei che fosse una sosta di pace, di riflessione per ogni viandante che vi giunge, un posto dove l'ideale diventa realtà e dove la gioia è il frutto spontaneo»

© Il Messaggero di Sant'Antonio

## FATTI ARCOBALENO



E' uscito questo mio libro che vuole essere un contributo di fiducia e di speranza nella possibilità di attraversare il bosco del dolore. Lo trovate sulla piattaforma Amazon. Vi faccio dono del sesto capitolo del Libro.

### Itaca

Per avere luce occorre farsi crepa, è il titolo di un libro di Suor Anna Maria Vissani. Farsi crepa, spaccarsi per poter essere attraversato dalla luce. Chandra Livia Candiani scrive “quando sarò tutta crepe allora sarò di nuova intera”<sup>1</sup> ed ancora continua questa donna minuta e forte “Bisogna salvare le ferite. Non lasciarle sole... nell'idea fissa della medicazione e della guarigione. Bisogna interrogare le ferite e aspettare le risposte. La risposta alla ferita siamo noi. Perdere una ferita significa perdere una segnaletica importante per un viaggio dentro le orme dell'esistenza”<sup>2</sup> ed aggiunge Carlo Carretto

“Non temete il dolore, temete ciò che indica”.

C'è una pagina della Bibbia che vi consiglio di rileggere per sincerarvi di come la vita ci prepara sempre al bene. E' la storia della nascita di Salomone e della benedizione che Dio fa al figlio di Davide.

Dietro la nascita di Salomone c'è un delitto, una sofferenza, anzi una doppia sofferenza, due morti. E chi se lo sarebbe immaginato che per far nascere Salomone il grande, il saggio e ricco re di Israele ci sarebbe dovuta essere una profonda ferita nelle vite dei suoi genitori.

<sup>1</sup> Chandra Livia Candiani, Il Silenzio è cosa viva, Einaudi

<sup>2</sup> Chandra Livia Candiani, Questo Immenso non sapere

Salomone è stata la prova che la vita scrive su righe storte ed arriva per vie misteriose e che dunque perdonare non è altro che accogliere, inchinarsi, essere grati.

Salomone era sì figlio di Davide ma anche di Bat-sheva. Quella bella donna di cui si invaghì Davide . Bat-sheva uscì incinta. Solo che c'era un piccolo particolare, lei era sposata. E tutto questo era accaduto mentre il marito stava al fronte, in guerra. Il marito si chiamava Urià . Davide pensò di rimediare facendo richiamare dal fronte Urià l'hittita sperando che questo si andasse a coricare con la moglie. Lo fece anche ubriacare . Ma niente Urià fedele al suo stato di militare disse che non poteva concedersi questo piacere mentre al fronte si guerreggiava. Ma allora come risolvere questa situazione per evitare che Urià scoprisse il tradimento ? Davide scrisse al suo generale e lo fece mettere in prima linea contro gli Ammoniti e così che fu di fatto dal re Davide ammazzato il soldato marito di Bat-sheva. Primo morto .

Allora il profeta Natan comunica a Davide che Dio condanna quello che ha fatto ma non lo farà morire. Morirà invece il figlioletto nato da un rapporto consumato mentre Bat-sheva era sposa di Urià. Secondo morto.<sup>3</sup>

La pagina del secondo libro di Samuele che descrive la disperazione di Davide nei giorni della malattia del figlio è intensa ma anche capace di delineare la necessità ad un certo punto di scegliere di allontanarsene per continuare a vivere.

Eccola “ Il Signore colpì il bambino che la moglie di Uria aveva partorito a Davide, ed esso cadde gravemente ammalato. Davide quindi rivolse suppliche a Dio per il bambino e digiunò; poi venne e passò la notte disteso per terra. Gli anziani della sua casa insistettero presso di lui perché egli si alzasse da terra; ma egli non volle e rifiutò di prendere cibo con loro. Il settimo giorno il bambino morì; i servitori di Davide non osavano fargli sapere che il bambino era morto; perché dicevano: «Quando il bambino era ancora vivo, gli abbiamo parlato ed egli non ha dato ascolto alle nostre parole; come faremo ora a dirgli che il bambino è morto? Potrebbe commettere un gesto disperato». Ma Davide, vedendo che i suoi servitori bisbigliavano tra di loro, comprese che il bambino era morto e disse ai suoi servitori: «È morto il bambino?» Quelli risposero: «È morto». Allora Davide si alzò da terra, si lavò, si unse e si cambiò le vesti; poi andò nella casa del Signore e vi si prostrò; tornato a casa sua, chiese che gli portassero da mangiare e mangiò. I suoi servitori gli dissero: «Che cosa fai? Quando il bambino era ancora vivo digiunavi e piangevi; ora che è morto, ti alzi e mangi!» Egli rispose: «Quando il bambino era ancora vivo, digiunavo e piangevo, perché dicevo: Chissà che il Signore non abbia pietà di me e il bambino non resti in vita? Ma ora che è morto, perché dovrei digiunare? Posso forse farlo ritornare? Io andrò da lui, ma egli non ritornerà da me!»<sup>4</sup>

Ma doveva accadere tutto ciò perché potesse essere generato Salomone .

“Davide consolò sua moglie Bet-shevaea, andò da lei e giacque con lei. Ella partorì un figlio che David chiamò Salomone, il Signore lo amò.”<sup>5</sup>

<sup>3</sup> La storia è narrata nel 2° Libro di Samuele ai capitoli 11 e 12

<sup>4</sup> 2 Sam. 12, 15-23 - Nuova Riveduta

<sup>5</sup> 2 Sam 12, 24 – Bibbia Einaudi



Persino in un momento di grande dolore ed assoluta assenza di certezze e punti di riferimenti sul futuro se restiamo fedeli alla vita possiamo consentirle di aiutarci nel nostro attraversamento, possiamo consentirle di far nascere il nuovo che ci viene a consolare.

E la parola consolazione ha dentro di sé l'orientamento al compimento. Consolazione è arrivare a compiere ciò che è possibile che si compia con il nostro desiderio, le nostre scelte e la grazia di Dio, consapevoli che saremo sempre "un compimento incompiuto".

E' in questa grazia, è in questo abbandono ad un certo punto che cala, si destina la propria vita.

Etty Hillesum è stata una di queste persone che hanno vissuto questo salto verso l'abbandono ed è proprio attraverso questo atto che l'amore ci fa attraversare il dolore e diviene certezza, futuro, speranza, forza, diviene il centuplo. Continuo a parlare insieme ad Etty perché la sua vicenda mi ha appassionato, il suo diario è su una mensola nella sala dell'ulivo, la stanza de La Casa dei fili d'erba dove ogni giorno prego e pratico. Parlo di Etty perché ha attraversato il dolore senza il lieto fine, parlo di Etty per dire che non sempre la liberazione ha il lieto fine.

Il nostro compimento è quello possibile e tutto il possibile già basta a salvarci se è amato.

"È l'unica maniera in cui oggi giorno si può vivere la vita, con un amore incondizionato verso il proprio simile oppresso, di qualunque nazione, razza o credo egli sia. E quando, in un attimo di totale sconforto, ho avuto questo pensiero sono riuscita a vivere ancora – non già un semplice surrogato di vita, in un campo di transito per ebrei durante la seconda guerra mondiale, come succede alla gran parte di quelli che sono qui, ma sul serio, con grande entusiasmo e gioia e convinzione, con la vaga percezione di un'unità che esiste e che, nel profondo, rende la vita un insieme ricco di significato." ( *Westerbork Luglio 1943*)<sup>6</sup>

Questo invece è il discorso che Giovanni Allevi ha fatto Mercoledì 7 Febbraio 2024 a Sanremo. Ho staccato per punti ogni gratitudine che Allevi ha trovato nel dono che ha saputo cogliere in questo suo nuovo stato di vita segnato dalla malattia.

"All'improvviso mi è crollato tutto. Non suono più il pianoforte davanti al pubblico da due anni. Nel mio ultimo concerto alla Konzerthaus di Vienna il dolore alla schiena era talmente forte che sull'applauso finale non riuscivo ad alzarmi dallo sgabello. E non sapevo ancora di essere malato. Poi è arrivata la diagnosi, pesantissima. Ho guardato il soffitto con la sensazione di avere la febbre a 39, per un anno consecutivo. Ho perso molto: il mio lavoro, i miei capelli, le mie certezze. Ma non la speranza e la voglia di immaginare. Era come se il dolore mi porgesse anche degli inaspettati doni. Quali?

- Oggi, dopo la malattia, non so cosa darei per suonare davanti a 15 persone. I numeri non contano perché ogni individuo è unico, irripetibile e a suo modo infinito.

-Un altro dono è la gratitudine nei confronti della bellezza del creato. Non si contano le albe e i tramonti che ho ammirato da quelle stanze dell'ospedale. Il rosso dell'alba è diverso dal rosso del tramonto e se ci sono le nuvolette è ancora più bello.

<sup>6</sup> Etty Hillesum Lettere Edizione Integrale - Adelphi

- Un altro dono è la gratitudine per la competenza dei medici, degli infermieri, di tutto il personale ospedaliero.
- La riconoscenza per la ricerca scientifica, senza la quale non sarei qui a parlarvi.
- La riconoscenza per il sostegno che ricevo dalla mia famiglia, per la forza che ricevo dagli altri pazienti. Li chiamo guerrieri, e lo sono anche i loro familiari e i genitori dei piccoli guerrieri. I veri guerrieri sono i genitori dei piccoli pazienti.
- Quando tutto crolla e resta in piedi solo l'essenziale, il giudizio che riceviamo dall'esterno non conta più. Io sono quel che sono, noi siamo quel che siamo."

Se ci sono persone come Etty e Giovanni capaci di cogliere il centuplo pure nella sofferenza allora le parole di Gesù sono realmente vere e viventi, allora possiamo anche noi trovarlo insieme a "persecuzioni e malattie" in quella meravigliosa complessità che è la vita.

Giovanni ed Etty sono accumulati dalla loro nostalgia di futuro. Non affrontano il dolore da guerrieri della luce ma da miti amanti della vita, capaci di riconoscerne continuamente il battito del cuore che pulsa sempre.

La vita è bella ci dicono, la vita si supera, ci sovrasta, è prima di noi e dopo di noi.

"Complessità è, precisamente, il contrario di linearità. Complesso non vuol dire complicato. Non incomprensibile. Vuol dire "ha più di una logica". Semir Zeki, nel libro prima citato<sup>7</sup>, scrive qualcosa che potrebbe sembrare quasi blasfema. Afferma che gli esseri umani si sono evoluti, resistendo ai grandi sconvolgimenti terrestri, in virtù di una loro particolare competenza. Questa competenza è l'ambiguità.

Ambiguo, per un neuroscienziato, che non ha interesse a declinare l'espressione sotto il profilo morale, significa che ha più di una versione. Quindi ambiguo coincide con l'espressione filosofica inerente lo spazio del possibile. Ha più di una possibilità di essere interpretato, narrato, visto. In questa direzione si posizionano gli studi - di Bateson, Morelli, Dallari, Carmagnola in particolare intorno ad una visione che fa coincidere la Bellezza non col Buono e col Bello (poiché non esistono, essendo il giudizio sul Buono e sul Bello neurobiologicamente connessi alla irriducibilità della soggettività della percezione) ma con l'ampliamento dello sguardo, con l'ampliamento del senso del possibile. E dunque con la competenza del poter vivere come sanante persino una malattia. E florido persino uno strazio. E allora, cosa vuol dire considerare la realtà, la vita, le storie di ciascuno, non come linee rette e senza curve ma come sistemi complessi, creativi, fertili? Considerarne la forma caotica, dove la perturbazione è la norma, non l'eccezione, e dove il dolore può farci impazzire oppure condurci dove Dio conduce Giobbe: ad uno sguardo caleidoscopico. A stare nella realtà con uno sguardo estetico."<sup>8</sup>

Questa consapevolezza della complessità della vita, attraverso cui si depotenziano sconfitte e fallimenti, ma anche vittorie e successi alleggerisce il peso del nostro dolore e ci porta doni, ci porta fatti arcobaleno

<sup>7</sup> Miserie e Splendori del cervello, Codice Edizioni, Torino, 2009

<sup>8</sup> Antonia Chiara Scardicchio, La ferita che cura, dolore e sua possibile collaterale bellezza – Animamundi Eizioni

Non arrivano però col corriere, al citofono, dobbiamo imparare a fare silenzio ed ascoltare la vita.

Nostalgia è una parola che ha in sé il dolore ed il ritorno. Nostos, ritorno, algos dolore, il nostro dolore è la nostalgia della nostra Itaca, della nostra veste nuziale incapaci di indossarla anche se spesso sappiamo dove si trova. Dobbiamo avere dentro di noi questa nostalgia di futuro verso cui camminare per elaborare i nostri dolori.

“Il Dolore è la materia viva, palpitante, che noi possiamo fecondare. Oppure dalla quale possiamo farci sterilizzare.”<sup>9</sup>

Giovanni ed Etty hanno un futuro di amore dove poter fare casa con la vita anche attraverso il dolore che ha bussato alla loro porta, ma anche noi possiamo avere questo futuro di amore.

E se loro ci raccontano questa possibilità di continuare a fare casa col dolore non è già un arcobaleno pure per noi?

“Sono una capanna in mano tua e notte, Signore, della tua notte. /... Salgono a me quieti i tuoi abissi. / Solo prima di crearli Dio parla agli uomini poi lascia muto la notte con loro. E così parla, parole buie/ nuvole, prima che la loro vita inizi.... / Lascia accadere ogni cosa: bellezza e terrore./ Andare si deve: nessun affetto è troppo lontano / Non lasciarti dividere da me. / Vicino è il paese che chiamano vita. / Lo riconoscerai / dal suo rigore. / Dammi la mano. / Terra che ti fai buia, paziente sopporti le mura. / Forse permetti alle città di vivere ancora un'ora. / Dammi un po' di tempo voglio amare le cose in modo nuovo / e farle degne di te e grandi. / Voglio solo sette giorni, sette su cui nessuno abbia mai scritto / Solo per te si isolano i poeti / e ammassano immagini ricche e fruscianti / e vanno per il mondo maturando nel confronto / e sono sempre tanto soli. / Gli amanti recano piacere e sono avvezzi al dolore / che ci rende adulti.”<sup>10</sup>

In questo viaggio di ritorno alla nostra Itaca che è la nostra vita autentica il dolore busserà. Svegliamoci dal sogno della vita tutta carta patinata.

“La gente invecchia e muore senza aver intrapreso il viaggio per farsi visita.”<sup>11</sup>

Dove vogliamo abitare, qual' è la nostra casa? Abbiamo una nostra Itaca a cui essere grati come ci ricorda nella sua splendida poesia il poeta greco Konstantinos Kavafis? Ecco la parte finale:

“Sempre devi avere in mente Itaca –  
raggiungerla sia il pensiero costante.  
Soprattutto, non affrettare il viaggio;  
fa che duri a lungo, per anni, e che da vecchio  
metta piede sull'isola, tu, ricco  
dei tesori accumulati per strada  
senza aspettarti ricchezze da Itaca.

<sup>9</sup> Antonia Chiara Scardicchio, ivi

<sup>10</sup> Versi di Rainer Maria Rilke tratti da Poesie Fondazione Corriere della Sera

<sup>11</sup> Lao Tzu – Tao Te Ching, a cura di Augusto Shantena Sabbadini, Feltrinelli

Itaca ti ha dato il bel viaggio;  
senza di lei, mai ti saresti messo sulla via.  
Nulla di più ha da darti.

E se la trovi povera, non per questo Itaca ti avrà deluso.  
Fatto ormai savio, con tutta la tua esperienza addosso  
già tu avrai capito ciò che Itaca vuole significare.”

Avere un'Itaca che ci abita il cuore, un desiderio profondo, la vocazione che ci consente di non legarci alla nostra continua insoddisfazione è una delle cose che consente al dolore di non incistarsi.

“Molte persone combattono con se stesse e spesso, contro se stesse, per raggiungere una felicità impossibile, rinunciando alla felicità possibile che spesso è lì, a portata di mano, davanti a loro.

Ma non se ne accorgono.

Essere felici non vuol dire avere vite perfette, raggiungere vette inarrivabili ai più, sorridere sempre. Invece, è vero il contrario: le persone felici sono quelle che vivono la pienezza del proprio essere.

Capita a volte di incontrare persone che all'apparenza hanno tutto per poter essere pienamente soddisfatte del proprio esistere. Però dentro di loro regna un costante senso di insoddisfazione, un desiderio di altro, di altrove, di quello che manca. E' quel rincorrere ciò che non hanno o ancora non sono riuscite ad essere che sciupa la possibilità di godere appieno di ciò che si è e di ciò che si ha. La vita così diventa l'aspirazione a "bramare", accumulare, rimpiangere le occasioni perse. Ci si sente sempre incompleti, mancanti di qualcosa.

La felicità non è uno stato e nemmeno un percorso mai pago. Invece è la costruzione dinamica di un equilibrio tra il proprio dentro e il proprio fuori, tra chi vorremmo essere e chi riusciamo ad essere, tra ciò che siamo stati e ciò che cerchiamo di diventare. E' una costruzione paziente e calma, rispettosa di sé e degli altri.

La si conquista desiderando il possibile. Mentre spesso la si perde nella ricerca dell'impossibile.

E' fatta di tempi lenti, di sguardi condivisi, di autoriflessività sana, di indulgenza verso se stessi e gli altri. Non si fonda sulla bramosia e sull'accumulo, sulla sfrenatezza, su un'ambizione cieca.

Soprattutto ha bisogno di nutrirsi di relazioni sane e affettuose. Senza gli altri, non può essere trovata. E credo che questo sia il motivo per cui oggi è più difficile essere felici: viviamo in un tempo e in un contesto socio-culturale in cui il culto dell'io ha preso il sopravvento, cancellando il desiderio di diventare parte di un "noi condiviso". Auguro prima di tutto a me e poi anche voi di non smettere mai di diventare "noi".  
(Alberto Pellai)

**BUON RIPOSO NEL CORPO , NEL CUORE, NELLA MENTE, NELL'ANIMA**  
**QUESTO PICCOLO FOGLIO NOTIZIE TORNERA' A SETTEMBRE**