



IL SANT'ANNA

SETTIMANALE DELLA COMUNITÀ

18° Domenica del Tempo Ordinario
Domenica 4 Agosto 2024, n. 89
Anno III, n. 192

Tre variazioni sull'accento di una domanda (Gv. 6, 24-35)

don Jacopo

«Rabbì, quando sei venuto qua?»

Il testo del vangelo è come uno spartito musicale dove ogni segno, anche un puntino che sembra poco importante o non determinante - ma cosa vuoi che sia un puntino... - offre invece ampio spazio al significato e cambia l'accento di tutto il pezzo. Hai visto quel puntino? Che forza straordinaria che si è sprigionata da quel piccolo segno apparentemente insignificante.

Nel vangelo di Giovanni non compare nemmeno un atomo di retorica, di decorazione stilistica, di cronaca. Nel vangelo tutto è intriso di significato, anche i puntini, anche i semi di senapa che sono i più piccoli di tutto l'orto e poi divengono grandi alberi. Niente giri di parole nei vangeli, ogni segno anche piccolissimo si illumina di significato.

In questo contesto risuonano molteplici accenti possibili dalla domanda che la folla rivolge a Gesù: «Rabbì, quando sei venuto qua?».

Si apre un orizzonte di pos-

sibilità, ecco quindi tre variazioni sull'accento di questa domanda rivolta a Gesù.

Un primo accento potremmo definirlo «parlare tanto per dire qualcosa». È sempre un rischio nella conversazione e dobbiamo essere misericordiosi gli uni con gli altri perché accade a tutti di non esserci davvero dentro ai nostri dialoghi, succede a tutti di «parlare tanto per dire qualcosa». Specialmente con il gran caldo di questi giorni, ma anche in inverno. Sono quelle frasi di circostanza che si buttano lì con formale educazione, ma è evidente che si è altrove o si vorrebbe evidentemente essere altrove.

L'interlocutore non è gradito, non è interessante, lo devo subire. Basta un puntino a cambiare l'accento: uno sguardo rivolto al vicino, un puntino di distrazione e la conversazione - perfetta, formalmente esemplare, educatissima - assume il significato di un desiderio di fuga, malce-

lato sotto parole cortesi, forse c'è un giudizio o un pregiudizio.

Quante volte ci fermiamo ad un livello superficiale, diciamo delle cose così tanto per dire, ma in realtà per non essere coinvolti: «Come va? Mi saluti la mamma. Che caldo. Complimenti per questo e per quello». Ma se si proiettassero i nostri veri pensieri su un mega schermo in piazza, corrisponderebbero alle nostre parole?

Che tristezza «parlare tanto per dire qualcosa», che tristezza fuggire dalla fatica del dialogo e galleggiare nel formalmente corretto. A volte è così anche il cammino di fede. Ti trovi davanti a Gesù e l'unica cosa che sai fare è una conversazione «da ascensore», come quei vicini di casa imbarazzati per l'eccessiva vicinanza a cui costringe il vano dell'ascensore buttano lì parole cordiali pronunciate di spalle - perché piuttosto che guardarsi in faccia è me-

glio girarsi. Ed ecco che tra tutte le domande che potresti rivolgere al Signore riesci solo a chiedergli: «Sei qui da molto?»

Ti fermerai molto? Buon proseguimento». Il parlare superficiale - tanto per dire qualcosa e non dire nulla - è caratteristico di questo nostro tempo, l'epoca «delle passioni tristi», dove tutti rischiamo di esistere senza essere davvero coinvolti nella vita, tutti rischiamo di essere spettatori distratti, senza passione. Formalmente corretto, senza infamia e senza lode, senza passione e senza sapore, così può trascorrere la vita e la fede. «Rabbi, quando sei venuto qua?», un altro accento possibile è quello del «non pervenuto». Infatti ci potremmo anche chiedere: «Ma davvero la Parola del Signore risuona nelle nostre terre da due millenni? Ma quando sei venuto qua? Non vi sono tra noi segni evidenti del tuo passaggio».

Abbiamo costruito le cattedrali ed innumerevoli chiese e cappelle e pievi ed edicole votive e santuari, abbiamo anche dotato la proclamazione del vangelo di microfoni, altoparlanti sparati al massi-

mo volume - la signora là in fondo non sente: non sente il vangelo!

Forza più volume, al massimo il volume del vangelo! - foglietti che riportano il testo evangelico, vangeli on line, libriccini con il vangelo del giorno eppure sembra che tu non sia mai passato di qui, sembra che nessuno abbia mai davvero ascoltato la tua parola tenacemente di misericordia, di benevolenza, di salvezza per i ladroni e per i pubblicani.

Ci piace dire che siamo cristiani, insistere sul fatto che siamo cristiani, proclamare la nostra identità cristiana ma poi viviamo davvero cristianamente? Chiediamoci francamente in coscienza se la nostra esistenza quotidiana è intrisa di misericordia, di beatitudine evangelica, di incoraggiamento, di speranza nella resurrezione.

Altrimenti: «Rabbi, ma sei sicuro di essere già stato qua? Non sembra, non pervenuto ». Infine c'è un altro accento possibile: «La gioia di un'aspettativa - per una volta - non disillusa». Tutti noi abbiamo un lungo elenco di aspettative disilluse, di grandi speranze naufragate, di fame e sete d'amore, di

salvezza, di umano polverizzate dalla carestia delle relazioni nell'epoca delle passioni tristi, memorie grigie di vicoli ciechi. Il vangelo si pone fuori da questa disillusione, da questi gravosi fallimenti. Imprevedibilmente Gesù ci precede, ci attende e ci trova, infallibilmente.

Anche qui il vangelo è molto chiaro: «Si misero in cerca di Gesù e lo trovarono al di là dal mare». Lui è oltre il nostro oceano di disillusioni, di fraintendimenti, di parole formali che deludono e che non salvano nessuno. Lui ci precede sempre, arriva prima di noi e ci attende, puntualmente non manca un appuntamento, ci attende come il padre misericordioso della parabola e inoltre Gesù c'è davvero nel dialogo, la sua non è una presenza di cortesia, lui non ci ascolta per volontariato ma perché ci ama.

E questa è l'unica cosa che conta, l'amore consegna al loro vero significato le parole, l'amore è la manna che sfama la nostra fame e sete di ragioni per vivere. «Rabbi, ma quando sei venuto qua?».

Non importa quando e come, Gesù ci precede, ci attende puntualissimo forse proprio dove noi pensiamo che lui non sia: nel cuore del nostro dolore, della nostra fame di quel pane che sia capace di dare senso, passione e sapore alla nostra unica vita.

Un sorriso non costa nulla ma rende tantissimo

Educare l'emotività in tempi di analfabetismo emotivo

Oggi dobbiamo fare i conti con l'analfabetismo emotivo che ci può spiegare la deriva comportamentale, gli attacchi e i commenti sui social: emozioni di rabbia e di frustrazione. L'intelligenza emotiva consiste nella capacità della padronanza di sé e dell'empatia nelle relazioni sociali, per evitare che la violenza diventi pratica normale oppure bullismo. Le emozioni servono per imparare a pensare.

Occorre guardare ai nostri sentimenti, per mettere in contatto il cuore con la mente, la mente con il comportamento e con la risonanza emotiva. Il sentire viene prima di pensare e le emozioni diventano un filtro.

Nell'infanzia spesso trascuriamo emotivamente i bambini, senza dare loro risposte adeguate ai loro bisogni emotivi, generando il terreno fertile per la bassa autostima, la vergogna, la inadeguatezza, la sentirsi «sbagliato».

Chi da bambino è stato trascurato emotivamente riferirà sensazioni confuse che prendono il nome di «alessitimia» ovvero la difficoltà nel riconoscere, esprimere e distinguere le diverse emozioni e sensazioni corporee, la parola viene dal greco a «mancanza», lexis «parola» e thymos «emozione», dunque «alessitimia» mancanza di parole per esprimere il proprio stato emotivo ovvero - in un certo senso - analfabetismo emotivo.

Inoltre scarsa compassione per se stessi (volersi poco bene), tendenza al senso di colpa, rabbia cronica, non prendersi cura di sé, sentirsi diverso dagli altri. Il ragazzo dovrebbe arrivare all'adolescenza, coltivando invece fiducia e autonomia, per una futura identità. Diventati adulti, siamo l'unica persona responsabile del nostro benessere interiore e dei nostri sogni. Bisogna imparare a volersi bene e se non ti piace il presente, solo tu puoi decidere di cambiarlo.

Ci sono alcune emozioni che ci rendono felici: certezza di essere amato, gratitudine ovvero saper dire grazie, curiosità per il piacere di scoprire, di imparare e di migliorare. E poi passione per passare dalla sopravvivenza alla vita, dalla apatia e dalla passività alla voglia di fare.

E ancora: determinazione, quindi non gettare mai la spugna, potremmo dire «non disperare». Sicurezza: senza paura, segui i tuoi sogni.

Allegria: sorridi ed evita quanto più possibile il broncio. La felicità è uno stato emotivo positivo. Bisogna imparare a conoscersi, a non vivere nel passato o nel futuro, ma a valorizzare il momento presente: l'eternità dipende da come viviamo il nostro oggi. Non preferire di essere infelice, perché si pensa di non meritare la felicità, che è una emozione potente che rinsal-

da le relazioni umane per una coesione sociale, partendo dalla certezza emotiva che il fratello che hai di fronte non è una minaccia per te.

Sentirsi felici rinforza le capacità cognitive e la memoria, l'analisi globale, cioè non solo «l'albero, ma la foresta», la resilienza, cioè la forza per affrontare lo stress, generando fiducia in se stessi.

La gioia si esprime attraverso il sorriso, ci rende flessibili mentalmente nell'adattarsi all'ambiente circostante, con una migliore percezione visiva: i colori diventano più brillanti. Come sperimentare emozioni positive? Trascorrere più tempo con altre persone e non chiudersi in solitudine. Osservare tutto ciò per cui ci si sente grati.

Prestare attenzione alla qualità del sonno. Ogni giorno dedicare almeno 10 minuti alla meditazione spirituale. Fare almeno una decina di minuti di esercizio fisico al giorno.

La gioia in «Evangelii gaudium» di Papa Francesco appare 78 volte nel testo e 18 come citazione della Parola di Dio. Un sorriso non costa nulla e rende molto, arricchisce chi lo riceve, senza impoverire chi lo dona: non dura che un istante, ma il suo ricordo talora è eterno.

Nessuno ha tanto bisogno di un sorriso come chi non sa darlo ad altri.

«EPOCA DELLE PASSIONI TRISTI» È UN'ESPRESSIONE DI UN FILOSOFO POTENTISSIMO, BARUC SPINOSA. DUE PSICHIATRI - MIGUEL BENASAYAG, GÉRARD SCHMIT - HANNO INTITOLATO PROPRIO COSÌ UN LORO LIBRO, PUBBLICATO ORMAI DIECI ANNI FA: «L'EPOCA DELLE PASSIONI TRISTI» (FELTRINELLI) OVVERO DAL FUTURO COME PROMESSA AL FUTURO COME MINACCIA.

FESTA DI SANT'ANNA 2024



LUGLIO E AGOSTO
SANTA MESSA FESTIVA
ORE 21.00 SUL PIAZZALE

*Si ringrazia per le foto Vittorio Gorza
e "Circolo fotografico dietro ad un vetro"*

IL SANT'ANNA SETTIMANALE
DELLA COMUNITÀ

Per sostenere la parrocchia
Credite Agricole - IBAN: IT55G0623032113000030374671

don Jacopo, Parroco | Cell. 338.1976184
devecchi.jacopo@gmail.com
don Aurelio, Emerito | Cell. 338.4403029
aurelio.arzeno@gmail.com