

A IMITAZIONE DI MARIA

Maria madre di tenerezza

Maria maestra di pazienza



Equipe Notre Dame Liguria Ponente
Albenga, Seminario diocesano, sabato 13 maggio 2023

Maria madre di tenerezza
Maria maestra di pazienza

Premessa

Fiat mihi seundum verbum tuum» (Lc 1,38)

Maria ha parlato poco o meglio ha detto l'essenziale e il necessario, non ha sparso parole al vento e a vanvera ripetendo all'infinito gli stessi concetti.

Tante parole le sono state attribuite, molteplici messaggi, ieri e oggi, come leggiamo in questi giorni nelle cronache: nei vangeli però non abbiamo che poche sue parole e qualche gesto, nulla più.

Voi state leggendo, pregando, meditando e studiando la sua figura con parole più eloquenti delle mie attraverso il percorso proposto a tutti voi EnD: *Imitazione di Maria*.

Riflettere e imitare Maria, la sua vita, i suoi gesti, null'altro è che mettersi a imitazione di Gesù, suo figlio, nata da lei, divenuto il Cristo e riconosciuto come Signore dopo la resurrezione.

Ogni parola, gesto, azione, pensiero, riferito a Maria che non passi attraverso Gesù Cristo rischia di fare di Maria una dea, divinità a parte, che non ha legame con il Dio di Gesù Cristo e questo penso sia ciò che di più lontano si può immaginare del suo pensiero, del suo sentire. Spesso viene vista come se fosse una elargitrice di grazie e miracoli per singoli o grandi folle.

Maria è donna del silenzio, è donna dell'ascolto, è donna che serbava nel suo cuore le parole e i fatti ascoltati e vissuti, meditando.

Non le sarà stato facile comprendere i gesti di suo figlio fin da quando era piccolo e dopo due giorni di affannate ricerche con Giuseppe lo trovarono nel tempio che discuteva con i maestri della legge.

Il suo meditare parole e gesti, azioni e fatti, è divenuto il suo modo di incontrare Dio, accoglierlo nel suo cuore, portarlo nel suo grembo, custodendolo nel suo cuore.

Per noi tutti è divenuta modo di ascoltare, di meditare la parola.

Potremmo dire che Maria ci insegna a pregare ad ascoltare quella Parola eterna che in lei ha preso carne e posto la tenda in mezzo a noi (Gv1,18), camminando sulle strade di Galilea e Giudea.

Oggi guarderemo insieme ai suoi gesti, alle sue parole, mentre ci avviciniamo alla festa della Visitazione. Insieme riflettiamo brevemente su due sottolineature, due punti di vista:

Maria madre di tenerezza
Maria maestra di pazienza

1. *Maria madre di tenerezza*

Due brevi pensieri iniziali:

“Non c’è cura dell’anima e del corpo, se non sia accompagnata dalla tenerezza. Oggi, ancora più che in passato, è necessaria a farci incontrare, gli uni con gli altri”. Eugenio Borgna, *Tenerezza*, Einaudi 2022.

“La tenerezza è qualcosa di più grande della logica del mondo. È un modo inaspettato di fare giustizia. Ecco perché non dobbiamo mai dimenticare che Dio non è spaventato dai nostri peccati: mettiamoci questo bene nella testa. Dio non si spaventa dei nostri peccati, è più grande dei nostri peccati: è padre, è amore, è tenero. Non è spaventato dai nostri peccati, dai nostri errori, dalle nostre cadute, ma è spaventato dalla chiusura del nostro cuore – questo sì, lo fa soffrire – è spaventato dalla nostra mancanza di fede nel suo amore. C’è una grande tenerezza nell’esperienza dell’amore di Dio. Ed è bello pensare che il primo a trasmettere a Gesù questa realtà sia stato proprio Giuseppe. Infatti le cose di Dio ci giungono sempre attraverso la mediazione di esperienze umane.

papa Francesco, Udienza generale, 19 gennaio 2022

La visitazione Lc 1,39-45

“In quei giorni Maria si alzò in fretta e andò verso la regione montuosa” nella casa di Elisabetta.

Maria si incammina, in fretta, non perde tempo, non indugia, si alza e parte. Sua cugina è anziana ed è incinta, parte da sola, le difficoltà del percorso scivolano in secondo piano, lo sguardo oltre, verso l’orizzonte dell’incontro.

Maria si incammina con determinazione, come con determinazione accompagnata da un sussulto del cuore aveva risposto all’angelo che annunciava la nascita in lei del Figlio di Dio:

«Ecco la serva del Signore: avvenga per me secondo la tua parola» (Lc 1,38).

Si incammina con il suo corpo di donna che custodisce nel grembo una nuova creatura: *«È apparsa la grazia di Dio, che porta salvezza a tutti gli uomini»* (Tt 2,11).

Si incammina affidandosi come affidandosi ha vissuto tutta la sua esistenza.

La tenerezza non è un sentimento melenso e superficiale, fatto di soli momenti esaltanti.

La tenerezza è fatica, educarsi ad essa è educare il nostro intimo convertendo le energie e gli istinti violenti riconducendoli a energie di pace, educandoci ad abbracciare anziché gettare via, a donare una carezza anziché girare uno schiaffo.

Maria ci insegna che viverlo chiede anni, tempi lunghi, a volte non basta una vita. Maria ci indica come stare vicini, come farsi prossima, come declinare con parole e gesti quotidiani l’amore attraverso la tenerezza.

Un gesto di rigetto e uno di accoglienza chiedono al principio le stesse energie, il resto poi diviene percorso di vita o percorso verso la morte dell'umano.

«La vicinanza, infatti, è un balsamo prezioso, che dà sostegno e consolazione a chi soffre nella malattia. In quanto cristiani, viviamo la prossimità come espressione dell'amore di Gesù Cristo, il buon Samaritano, che con compassione si è fatto vicino ad ogni essere umano, ferito dal peccato. Uniti a Lui per l'azione dello Spirito Santo, siamo chiamati ad essere misericordiosi come il Padre e ad amare, in particolare, i fratelli malati, deboli e sofferenti (cfr Gv 13,34-35)». papa Francesco, *Messaggio per la XXIX giornata del malato*, 20 dicembre 2020.

Sulla strada verso Ain Karem, casa di Zaccaria e Elisabetta, come sotto la croce Maria si mette a questa scuola, fa fiducia a Dio, sperimenta la tenerezza di Dio dal quale si sente amata, al quale si affida e che glorifica:

*«L'anima mia magnifica il Signore
e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore,
perché ha guardato l'umiltà della sua serva»* (Lc 1,46-48)

Maria è donna, umanamente e pienamente donna consapevole del dono ricevuto: *«Grandi cose ha fatto per me l'Onnipotente»* (Lc 1,49) è la donna di cui ci parla l'Apocalisse: *«Un segno grandioso apparve nel cielo: una donna vestita di sole, con la luna sotto i suoi piedi e, sul capo, una corona di dodici stelle. Era incinta, e gridava per le doglie e il travaglio del parto».* (Ap 12,1-2)

La tenerezza di Maria è la tenerezza di Dio che rifà il letto al malato cantata nel salmo, è la tenerezza della madre che rimbocca le coperte al bambino, è la tenerezza di una donna che accarezza il capo del suo uomo mentre lavora. La tenerezza di Maria è il gesto di colei che ama senza voler possedere, che accoglie senza voler ingabbiare, che dice una parola senza voler avere sempre ragione.

La tenerezza di Maria è quel corpo che accoglie nel grembo la divinità che si fa carne per farsi umanità e alla fine dei suoi giorni sempre quel corpo diviene primizia della migrazione dell'umanità verso il cielo come festeggiamo nella festa della dormizione-assunzione di Maria.

La tenerezza di Maria non è fatta di proclami e messa in scene, è discreta e silenziosa, procede passo dopo passo, è donna che cammina, donna del silenzio lascia che il silenzio ci rimandi a Dio: *«Santo è il suo nome; di generazione in generazione la sua misericordia per quelli che lo temono.»* (Lc 1,49-50)

La chiesa fin dai primi secoli ha riletto la sua vita alla luce di Gesù suo figlio e ha celebrato il suo passaggio dalla terra al cielo come totale, in cui tutto il suo essere là in cielo è assunto.

La sua morte è avvolta dal mistero, come mistero rimane l'agire di Dio che sceglie vie e dinamiche inaspettate: *«ha disperso i superbi nei pensieri del loro cuore; ha rovesciato i potenti dai troni, ha innalzato gli umili; ha ricolmato di beni gli affamati, ha rimandato i ricchi a mani vuote»*. (Lc 1,51-53)

È mistero di speranza e di gioia per tutti noi: in Maria vediamo la meta verso cui camminano tutti coloro che si mettono alla sequela di Cristo Gesù.

«Questa festa non ci ricorda un evento passato ma parla del nostro futuro, noi saremo accanto a Gesù nella gioia di Dio e ci invita ad avere coraggio, a credere che la potenza della Risurrezione di Cristo può operare anche in noi e renderci uomini e donne che ogni giorno cercano di vivere da risorti, portando nell'oscurità del male che c'è nel mondo, la luce del bene». (Benedetto XVI Angelus, 15 agosto 2011)

Siamo umanità dolente, ma incamminata; umanità ferita, caduta, eppure incamminata; umanità che ben conosce il tradimento, ma che non si arrende, che ama con la stessa intensità il cielo e la terra, ricordando quanto detto da Maria sul nostro Dio: *«Ha soccorso Israele, suo servo, ricordandosi della sua misericordia, come aveva detto ai nostri padri, per Abramo e la sua discendenza, per sempre»*. (Lc 1,54-55)

Si, il nostro Dio è Padre della misericordia e Dio di tenerezza, si è ricordato di Maria come si ricorda di ognuno e ognuna di noi ora e per sempre.

2. *Maria maestra di pazienza*

«Agi pasiensa», mi diceva spesso mio padre, con quel tono tipico di noi liguri, che affermiamo non con toni di voce sicuri e assertivi ma quasi balbettando. La pazienza è una cosa che si porta con sé. Non è una condizione passiva ma, come avrebbe spiegato mio padre o i miei nonni con parole migliori delle mie, anche se in cellasco o in monferrino, è una condizione dinamica e operativa, chiede tempo e lavoro su di sé.

Porti pazienza quando continui a fare quello che devi fare, anche in condizioni avverse, anche se ti pesa, anche se non è semplice, anche se pare apparentemente impossibile.

La pazienza insegna a resistere e a cambiare: in termini evangelici aiuta a convertirci.

Mi sono chiesto perché mai, riflettendo sulla pazienza, mio padre e i miei nonni mi sono subito tornati in mente, la risposta è semplice. La pazienza ci sembra qualcosa di antico e del tutto fuori moda. Oggi si usa più volentieri il termine resilienza, più adeguato, almeno in apparenza e tecnologico, perché in origine rimanda al mondo dei metalli, e alla loro capacità di resistere ai colpi. Nella sua estensione alle discipline biologiche e all'ecologia, "resilienza" indica anche la capacità di un sistema di resistere alle aggressioni esterne, modificandosi e auto riparandosi. Oggi poi è sulla bocca di tutti

il Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza, mi chiedo in quanti capiscono ciò che dicono e ripetono all'infinito!

La pazienza è uno stato attivo, che aiuta a mantenere il controllo anche nelle situazioni sfavorevoli e a rimanere centrati.

La pazienza, insomma, non coincide con un atteggiamento remissivo e rassegnato. Non esprime una vocazione alla mediocrità o all'essere docili. E non è un automatismo, ma una scelta consapevole. "La pazienza è la virtù dei forti", recita il proverbio.

Giacomo Leopardi, nello Zibaldone, sviluppa il concetto: *"La pazienza è la più eroica delle virtù, giusto perché non ha nessuna apparenza d'eroico"*.

Ed ecco Gandhi: "Perdere la pazienza significa perdere la battaglia", diceva. E Sun Tzu, nell'[Arte della guerra](#), il più antico trattato di arte militare, e ancor oggi uno dei più influenti testi di strategia: "Chi è prudente e aspetta con pazienza chi non lo è, sarà vittorioso".

I bambini che imparano a essere pazienti hanno maggiore autocontrollo da adulti.

Viviamo in tempi accelerati e vogliamo ottenere qualsiasi cosa subito. Cerchiamo gratificazioni istantanee, soluzioni e risultati immediati. E l'urgenza di consumare (sì, di consumare) non solo beni, ma anche le relazioni, le gratificazioni, le soluzioni e i risultati, ci porta da un lato a trascurare la qualità di quello che otteniamo (basta che arrivi in fretta) dall'altro a [esaurire in un battibaleno](#) anche la soddisfazione per quanto abbiamo ottenuto.

Vogliamo tutto subito, come se non esistesse un futuro. Il maggior dono dell'essere pazienti, più ancora dell'evitare errori dovuti a fretta e superficialità, più ancora della calma, sia proprio quello di riconsegnarci un futuro.

Di fatto, la pazienza è intrinsecamente ottimistica e proiettata nel futuro. Si nutre di speranza, di lungimiranza e di fiducia. Ci permette di darci obiettivi a lungo termine e di conseguirli (ecco perché è una virtù strategica).

Avere pazienza a volte: a denti stretti

Volendo cominciare a essere (almeno un po') più pazienti, potremmo, per esempio, considerare che insegnare o imparare qualcosa, ricordare qualcosa, riparare qualcosa, produrre qualcosa che ha valore, e perfino apprezzare qualcosa (si tratti di un ottimo pranzo, un bel paesaggio, un buon libro o una solida amicizia) chiede tempo.

Potremmo anche considerare che, quando siamo in una oggettiva situazione di disagio, l'impazienza brucia energie, accrescendo ulteriormente lo stress e quindi il disagio medesimo.

Un [bell'articolo su Avvenire](#) ci dice che non sempre la pazienza è "buona: c'è anche la pazienza a denti stretti, quella che si esercita contro voglia e che lascia trasparire il fastidio che nasce dal non potersi sottrarre; è una sorta di pazienza sacrificale, estorta,

che mette sgradevolmente in debito l'altro... Il fatto è che la vera pazienza, quella 'buona', è legata alla passione per la vita.

Quello che rende buona la pazienza (e dunque utile, talvolta anche allegra) è legato allo scopo per il quale la si esercita; è, ancora una volta, avere lo sguardo puntato fuori di sé, su una meta, su un obiettivo che ha valore per chi lo persegue”.

È [accertato](#) che l'essere pazienti è correlato positivamente con lo stato soggettivo di benessere, con la capacità di essere empatici, con il grado di apertura mentale, con l'autocontrollo.

È [anche accertato che l'essere pazienti è un tratto appreso](#), che i bambini che imparano a essere pazienti hanno maggiore autocontrollo da adulti, e che tutto ciò è a sua volta correlato con minori difficoltà scolastiche e poi con una vita più sana, più piena e più soddisfacente. Per questo, e perfino se pesa un po', portarci appresso una dose di pazienza può risultare assai utile. Perfino, o forse specialmente, nel turbine del ventunesimo secolo”.

[Annamaria Testa](#), *La pazienza non è fuori moda*, Internazionale, 22 settembre 2020.

L'annunciazione Lc 1,29-38

A introdurci al mistero di un Dio che è paziente, che si veste di umanità e sa attendere la nostra umanità è Maria, una donna, una ragazza di Nazareth.

Per fare questo vorrei raccomandarvi un esercizio quello di lasciare a Maria, quando la pensiamo o ne parliamo, tutta la sua umanità. Come è possibile che, mentre la notizia buona è che il Verbo si carica di umanità, noi Maria, o anche i santi, poco o tanto, li svestiamo di umanità, li disumanizziamo? Diamo loro vesti che non hanno mai portato e paiono come se fossero quasi manichini in bella mostra o attori pronti a recitare una parte già stabilita e fissata?

Cambia tutto se non stacciamo Maria dalla sua vita reale, se stiamo, senza enfatizzare alle nude parole dell' Evangelo sfuggendo alla tentazione di fare di Maria un'immagine pallida, edulcorata, quella di molte immagini che noi conosciamo. Esagero? Ho ritrovato questo invito nelle parole di una santa, santa Teresa di Gesù Bambino, che scriveva: "Non bisognerebbe dire di Maria cose inverosimili o di cui non si ha certezza.”

Un discorso su Maria, per essere fruttuoso, deve mostrare la sua vita reale, quale il vangelo fa intravedere, e non la vita supposta. Bisognerebbe descrivere la Vergine non come inaccessibile, ma come imitabile; bisognerebbe dire di lei che ha praticato le virtù nascoste, che viveva di fede come noi, che ha saputo attendere, non senza fatica, che ha ascoltato a volte senza comprendere a pieno, che nonostante tutto ha sempre mantenuto la fede in quel Dio che le chiedeva l'umanamente non possibile.

Carlo Carretto, parlando di Maria, diceva: "Non una statua immobile di cera, ma una sorella, seduta sulla sabbia del mondo, con i suoi sandali logori, come i nostri". E allora mi chiedo: perché hanno espropriato Maria dei suoi vestiti quotidiani, quelli normali? O quel che si racconta nei vangeli non ha abbastanza colore di eccezionalità? Ma non sta proprio qui la notizia buona? Per noi che non abbiamo una vita colorata? Come ha inizio il racconto?

"Al sesto mese, l'angelo Gabriele fu mandato da Dio in una città della Galilea, chiamata Nazareth, a una vergine, promessa sposa di un uomo della casa di Davide, di nome Giuseppe. La vergine si chiamava Maria." (Lc 1,26-27)

Sembra quasi che Luca metta a confronto due annunciazioni: quella a Zaccaria, e quella a Maria, un'annunciazione, quest'ultima, in basso. Non siamo, come nell'annuncio a Zaccaria, nella grande città, Gerusalemme, ma in villaggio senza fama, Nazareth.

Non siamo nel tempio nell'ora dell'incenso, siamo in una casa qualunque e non in uno spazio sacro. E, cosa ancora più stupefacente, l'annuncio non è rivolto a un uomo, per di più della casta sacerdotale, ma a una donna, che di suo ha semplicemente un nome, un nome comune.

Vedete dove riprende Dio, da dove riprende a ricreare, da dove a riprende a ricostruire il progetto? Dalla normalità.

Riprende dalla tua umile casa, da una terra come la nostra, che può a volte sembrarci straniera, cioè estranea ai pensieri di Dio. Tutto succede in una casa, una casa comune, in città disprezzata, in terra con il marchio del meticcio, succede che chiamata a collaborare sia una ragazza senza ascendenze di nobiltà, succede che un angelo le cambi il nome: "Rallegrati", dice. E in prima battuta non la chiama "Maria". "Rallegrati, o ricolmata dalla benevolenza". Favorita dalla grazia. Quasi dicesse: "Aggiungi questo al tuo nome. È il tuo nome più vero".

A volte penso: e se aggiungessimo questo al nostro nome? All'inizio c'è una grazia. Anche per Maria, non un privilegio, una grazia. Al tuo inizio una grazia, sei stato pensato, concepito, amato gratuitamente. Ebbene, la venuta di un angelo, ed è strano, anche quando è accompagnata da parole promettenti, ti lascia dentro un grumo di timore. Ci rimane dentro un sospetto su Dio, l'hanno ingigantito le religioni.

"Non temere, Maria" dice l'angelo. "Non temere. Sei in vigilia di nascita". Se ce lo dicessero oggi, in stagione desolata, anche noi grideremmo all'impossibilità, ci guarderemmo dentro, dentro di noi, o guarderemmo, fuori, a quello che ci circonda e grideremmo che non ci sono le premesse, tanto i grembi - così si dice e ci si lamenta - sono sfioriti, come avvizziti.

"Ma come è possibile? Non conosco uomo". "Non ho ancora avuto rapporti" sembra dire Maria "come posso concedermi a questo sogno, a questa tua promessa?".

Ebbene, per inciso vorrei dirvi che è bello, almeno per me è bello, che Maria interroghi l'angelo, che cerchi di portare i suoi argomenti, non è una donna senza pensieri, non è una donna dall'obbedienza cieca. Chiede come può avvenire. Che buona notizia che sia una donna a chiedere conto. Allora per lo più le donne non potevano chiedere conto. Decidevano gli uomini. Che al mattino ringraziavano Dio di non averli creati donna. Che una donna chieda conto e chieda conto a quell'età, è sorprendente. Ci sembra di capire che Maria, da persona trasparente qual era, sentisse di dovere delle spiegazioni di quanto stava accadendo, a Giuseppe.

Con lui, sottoscrivendo il contratto matrimoniale, già era avvenuta la prima tappa del matrimonio, cui sarebbe seguita la seconda, nel momento in cui sarebbero andati a convivere insieme. A volte si raffigura Maria, mi sembra arbitrariamente, come una donna sottomessa, ma a tal punto sottomessa da renderla alla fin fine pallidamente passiva, senza reazioni o sussulti. La ragazza di Nazareth chiede conto. Il suo sì, il suo sì a una gravidanza fuori delle regole, a una gravidanza che le avrebbe provocato non poche occhiate di sospetto se non di disistima, lo dà, ma dopo che, alla sua richiesta, l'angelo le avrà ricordato le possibilità inimmaginabili di Dio, un Dio dentro le nascite, dentro le nascite insperate.

L'angelo, in risposta, le parla di qualcosa, diremmo, di impalpabile. "Lo Spirito scenderà su di te". Lo Spirito! "Ma chi lo vede lo Spirito?" direbbero gli uomini del realismo. "Ma cosa fai? Adesso ti metti a sognare?", direbbero. "Ma sta con i piedi per terra. Dove vedi le premesse per un accadimento come questo?" Maria crede all'angelo, crede ciò che sembra follia credere, crede all'angelo che le sta dicendo che la potenza sta in qualcosa di impalpabile, di invisibile, di spirituale, sta nello Spirito. Dà fiducia a questa congiunzione tra spirito e potenza, la vera potenza. Ecco le parole: *"Lo Spirito scenderà su di te e la potenza dell'Altissimo ti coprirà con la sua ombra"* (Lc 1,35)

Crede che anche ciò che umanamente dichiariamo impossibile, può diventare possibile, se tu consenti a una forza che viene dall'alto. Perché "nulla è impossibile a Dio". Penso sia una grazia indugiare, in vigilia di Natale, su questo brano dell'annunciazione che mi sembra raccontare quali sono le premesse per un natale vero, quali le condizioni per nascite nuove. Vorrei dire a me stesso, ma se posso, a tutti voi: anche tu fa nascere. Dio fa nascere. Non fermiamo le nascite. Il Figlio di Dio oggi non chiede più il tenero grembo di una ragazza di Nazareth. Chiede a noi di essere grembo. Di nascite. Avremo l'avventura di esserlo se daremo ospitalità in noi al Verbo di Dio, se daremo spazio in noi alla linfa buona della sua vita, del suo vangelo. Succederà.

Come succede per un albero inselvaticito, quando consente a un innesto. E in quell'innesto un presentimento di vita nuova, luminosa, finalmente umana, quella che

tutti insieme ci auguriamo. Ancora, il racconto dell'annunciazione sembra insegnarmi che si comincia da poco. Nazareth è poca cosa, la casa della ragazza è poca cosa. E chi mai ha sentito il sussurro delle parole dell'angelo o le poche parole di quella ragazza piena di sogni all'angelo? Chi ha udito il sussurro di parole che avrebbero messo in cammino il mondo? Chi le ha udite? Nessuno, eppure mettevano in cammino il mondo: *"Ecco la serva del Signore: avvenga per me secondo la tua parola"*. (Lc 1,38)

Noi, mi dico, tutti uomini e donne, giovani e anziani, con una possibilità di nascite, dice il vangelo. Chissà se ci crediamo. O se esitiamo come Nicodemo che a Gesù che pone l'urgenza di nascere dall'alto, pone la domanda: "Come può nascere un uomo quando è vecchio? Può forse entrare una seconda volta nel grembo di sua madre e rinascere?"

La tentazione, quando sei vecchio, è di tirare i remi in barca. Chissà se davanti alla promessa che nulla è impossibile a Dio, io so ancora osare le parole della ragazza di Nazareth: *"Ecco la serva del Signore: avvenga per me secondo le tue parole"*. (Lc 1,38).

Avvenga quello che è vero, quello che è nobile, quello che è giusto, quello che è puro, quello che è amabile, quello che è onorato, ciò che è virtù e ciò che merita lode. Avvenga perché tu, Signore, vieni nella nostra città, vieni nelle nostre case. Avverrà se ti farò posto in me, nei miei pensieri, nei miei sogni, nella mia vita. Avverrà se inizierò da me, come Maria. Senza aspettare che inizino altri.

Alla memoria mi è ritornato un testo di don Primo Mazzolari. Di cui vorrei ricordare uno stralcio:

"Ci impegniamo

noi e non gli altri

unicamente noi e non gli altri

né chi sta in alto né chi sta in basso

né chi crede né chi non crede.

Ci impegniamo

senza pretendere che altri s'impegni con noi o per suo conto,

come noi o in altro modo.

Ci impegniamo

senza giudicare chi non s'impegna

senza accusare chi non s'impegna

senza condannare chi non s'impegna

senza cercare perché non s'impegna

senza disimpegnarci perché altri non s'impegnano.

Sappiamo di non poter nulla su alcuno né vogliamo forzar la mano ad alcuno, devoti come siamo e come intendiamo rimanere al libero movimento di ogni spirito più che al successo di noi stessi o dei nostri convincimenti.

Noi non possiamo nulla sul nostro mondo, su questa realtà che è il nostro mondo di fuori, poveri come siamo e come intendiamo rimanere e senza nome.

Se qualche cosa sentiamo di potere - e lo vogliamo fermamente - è su di noi, soltanto su di noi. Il mondo si muove se noi ci moviamo

si muta se noi ci mutiamo

si fa nuovo se alcuno si fa nuova creatura

imbarbarisce se scateniamo la belva che è in ognuno di noi.

L'ordine nuovo incomincia se alcuno si sforza di divenire un uomo nuovo.

La primavera incomincia col primo fiore

la notte con la prima stella

il fiume con la prima goccia d'acqua

l'amore col primo sogno.

Ci impegniamo perché noi crediamo all'Amore,

la sola certezza che non teme confronti,

la sola che basta per impegnarci perdutamente".

Maria interroga, scoprirà, anche lei a poco a poco, con lo scorrere del tempo, con pazienza fatta storia che cosa significhi mettersi a disposizione di Dio. Lei c'è, in questo sì. Lei c'è in questa parola, piccola parola genera vita: "eccomi".

Pensate, se qualcuno dice "eccomi", "ci sono", "ci sono per te", nasce la vita, nasce una speranza. Perché è il contrario del "tirarsi indietro", del non prendersi una responsabilità, è il coraggio di rispondere: "ci sono, eccomi".

"Eccomi" se ben ci pensate è la parola dell'amore, al di là delle astrazioni. Parola concreta.

È vero che Dio riprende, e questo è grazia. Ma è anche vero che anche a noi è chiesto di riprendere, di riprendere ogni giorno, di farla finita con i nostri lamenti, i nostri lamenti sulla bruttezza e sul degrado. E di riprendere il filo della bellezza, della bellezza e dell'armonia. Ogni giorno. Là dove siamo. Pensate, domani mattina ci sveglieremo, svegliarsi e dire: "ecco il tuo servo, ecco, Signore, la tua serva, avvenga per me secondo la tua parola"

Angelo Casati, il 2 dicembre 2014, Santa Maria della Passione, in Milano

Per concludere

Tenerezza e pazienza, si sono intrecciate in questo nostro discorso, forse non sempre lineare.

Intrecciate come si intrecciano i nostri giorni, felici e tristi, di gioia e di sofferenza.

Il tempo, la fedeltà, il giorno dopo giorno che voi coppie ben conoscete ci accompagna, ci

plasma, ci rende uomini e donne sempre più capaci di amore, di dono, di speranza. Non saranno le difficoltà, le fatiche, le perdite, i lutti a impedirci di amare. Certo sarà fatica, come in salita su un aspro sentiero avremo la tentazione di fermarci o tornare indietro. Prendetevi per mano, prendiamoci per mano con tenerezza e pazienza arriveremo alla vetta insieme, sì insieme.

*Abbiamo fame di tenerezza,
in un mondo dove tutto abbonda
siamo poveri di questo sentimento
che è come una carezza
per il nostro cuore
abbiamo bisogno di questi piccoli gesti
che ci fanno stare bene,
la tenerezza
è un amore disinteressato e generoso,
che non chiede nient'altro
che essere compreso e apprezzato.*

Alda Merini

DOMANDE

1. Abbiamo fame di tenerezza? Siamo capaci di riconoscerlo ed esprimerlo a chi amiamo? Attraverso gesti di tenerezza possibili o ce ne vergogniamo sia nel farli che nel riceverli?
2. Pazienza e attesa e io sono impaziente, riesco ad aspettare?
3. Il tempo della pazienza: mi costituisce e educa o in fondo penso sia solo tempo perso?

Alcuni testi per riflettere, meditare

1. La virtù della pazienza per una vita più piena

Ascolta

Nell'alfabeto degli affetti ci sono parole necessarie e a ben guardare molto utili per le relazioni, ma che suscitano una generale antipatia; tra queste, scelgo oggi di parlare della pazienza. La pazienza non è una virtù molto amata: viene infatti associata con cose molto "pesanti" come fatica, noia, ripetitività, lentezza, passività. Eppure, se penso a cosa nella vita ha sempre finito col salvarmi, direi che è stata proprio la pazienza, unita a una buona dose di buonumore: tanto che ritengo il buonumore e la pazienza due vere attitudini salvavita.

Nessuno nasce dotato di pazienza; in queste tranquille vacanze osservavo l'ultimo arrivato della famiglia, un nipotino di appena due mesi: come per ogni bambino sano, il tempo che passa tra avvertire la fame e iniziare a strillare a pieni polmoni è brevissimo. Ma osservavo anche i suoi giovani genitori, pensando che se nessuno nasce paziente, tutti possono imparare a diventarlo: alzarsi di notte negli orari più diversi, accorrere al pianto, cullarlo perché faccia il ruttino, sono tutte cose che richiedono pazienza: una pazienza che prima non c'era. Ed è una pazienza "buona", vitale, che dà profondità e spessore alla personalità di chi la esercita (in questo caso i genitori), senza stratonare o mortificare chi ne beneficia (in questo caso il piccolo).

Non sempre la pazienza è "buona": c'è anche la pazienza a denti stretti, quella che si esercita contro voglia e che lascia trasparire il fastidio che nasce dal non potersi sottrarre; è una sorta di pazienza sacrificale, estorta, che mette sgradevolmente in debito l'altro, come purtroppo si osserva a volte nei confronti dei genitori anziani o delle persone disabili. Da dove nasce dunque la differenza?

Il fatto è che la vera pazienza, quella "buona", è legata alla passione per la vita. Quello che rende buona la pazienza (e dunque utile, talvolta anche allegra) è legato allo scopo per il quale la si esercita; è, ancora una volta, avere lo sguardo puntato fuori di sé, su una meta, su un obiettivo che ha valore per chi lo persegue. Ma la pazienza va, appunto, "esercitata": giorno dopo giorno, fino a renderla parte del nostro modo di essere. Allora potremo capire come sia davvero una grande risorsa, un alleato prezioso nel gustare fino in fondo le cose buone della vita. La pazienza ci richiede di "stare" sulle cose e questo impedisce che sfuggano via senza lasciare traccia. Per questo la persona paziente immagazzina ricordi più della persona impaziente: le cose assaporate fino in fondo diventano infatti davvero nostre e non possono più sfuggirci. Andare più lenti e ripetere gesti e parole permette di vedere, sentire e gustare una grande quantità di cose che in altro modo non potremmo né vedere, né sentire, né gustare. La persona

paziente diventa capace di godere di più della vita: osserva le piccole cose e le apprezza, come chi cerca funghi nel bosco e impara ad aguzzare lo sguardo senza mai stancarsi.

Se l'origine latina ne sottolinea soprattutto il patire e dunque il sopportare (con quel sub/sotto che schiaccia), "pazienza" ha anche una radice che crea una parentela con "passione", parola che contiene in sé un doppio significato: di sofferenza, ma anche di emozione e desiderio. Il favore che dobbiamo fare a questa parola poco amata è dunque quello di comprenderla e accoglierla in entrambi i suoi significati: da un lato quello inevitabile della sopportazione (e dunque della resistenza), ma dall'altro anche quello più segreto e profondo che la collega alla passione (e dunque all'energia vitale). Nella vera pazienza non c'è una mancanza di amore di sé; vi si trova invece grande abbondanza di amore per la vita. Come sa bene chi ha avuto la fortuna di incontrare persone davvero pazienti, questa è una virtù che rende accoglienti, generosi, allegri e vitali: la persona paziente è una persona che sa aspettare, e che è capace di farti sentire sempre atteso e sempre benvenuto.

Mariolina Ceriotti Migliarese, La Virtù della pazienza per una vita piena, Avvenire, giovedì 5 settembre 2019

2. La pazienza: l'arte di aspettare

La pazienza non può essere considerata uno dei punti di forza della società odierna. Essere impazienti porta soltanto sofferenza e [insoddisfazioni](#). L'impazienza ci impedisce di goderci il presente, a causa dei pensieri sempre fissi sul futuro. E quando quel futuro arriva, raramente ci soddisfa: riusciamo a concentrarci solo su ciò che verrà dopo.

La pazienza è una qualità necessaria per poter vivere nel qui ed ora, godendo appieno del momento presente, vivendolo, sentendolo e prendendone consapevolezza. Per questo motivo, è necessario dare più forza agli atteggiamenti che ci permettono di concentrarci nel momento presente.

La vita a ritmo frenetico

La frase "il tempo è denaro" suggerisce che non c'è tempo da perdere. Sembra che siamo stati programmati per fare e fare, senza poterci mai fermare, per non perdere tempo né soldi. Tutto ciò ci costringe a vivere a ritmi frenetici, mettendo a repentaglio la nostra salute.

Questa dinamica ci sta lentamente portando verso l'autodistruzione, perché il ritmo e il tempo della vita non possono essere accelerati. Anche se

desidereremmo andare più in fretta, ogni cosa ha il suo ritmo: si corre il rischio di vivere nella sofferenza e nella frustrazione a causa di ciò che non abbiamo raggiunto, piuttosto che goderci ciò che è alla nostra portata di mano.

Non sappiamo aspettare, ci hanno insegnato a correre, a vivere sotto stress e inseguiti dall'incubo delle scadenze. Ci manca quindi il tempo di fermarci a meditare sulle decisioni da prendere, sui risultati attesi, e vogliamo che tutto passi in fretta anche se ciò significa sbagliare o lasciarsi scappare le grandi opportunità della vita.

“La pazienza è la forza del debole, l'impazienza la debolezza del forte”
-Immanuel Kant-

Lo voglio “adesso”

Abbiamo trasformato la società in un mondo di “Adesso”. Non riusciamo ad aspettare fino a domani, a quando saremo a casa, all'arrivo di una persona... Sembra che tutto ci incalzi per risolvere subito ogni cosa, facendo tutto “adesso” e senza impiegare del tempo per pensare, quasi come a liberarci di un'ansia che ci opprime.

Parliamo o inviamo messaggi mentre camminiamo, mentre guidiamo o persino mentre beviamo un caffè in compagnia, perché nessuno ci ha insegnato ad aspettare. La tecnologia, inoltre, va in supporto del concetto di “Adesso”. Siamo in costante comunicazione con chiunque, rintracciabili in ogni momento, senza riuscire a trovare mai del tempo per disconnetterci e stare da soli con noi stessi. Nel tentativo di anticipare il domani, non facciamo altro che perderci il presente.

La società istiga all'impazienza, al ritmo frenetico, allo stress...e noi ci lasciamo trasportare senza badare alle conseguenze, fino a che d'un tratto ne veniamo colpiti. Prima o poi veniamo sopraffatti dalla consapevolezza di non aver vissuto per noi, ma piuttosto per gli altri, per il sistema, per l'azienda.

Come se non bastasse, non saper aspettare ci porterà a dover affrontare conseguenze fisiche e mentali. Si presenteranno malattie e conflitti personali ed interpersonali, poiché non tutto è come vorremmo e gli altri non potranno darci tutto e subito.

La pazienza: vivere in sala d'attesa

Tuttavia, è possibile vivere la vita con pazienza aspettando che le cose capitino in modo naturale, senza forzarle, senza pressioni, e spesso senza nemmeno cercarle. Dopo ogni tramonto, c'è un'alba, e questo non dipende da noi: possiamo solo goderci il momento e, nell'attesa, apprezzare ciò che già

abbiamo, tutte quelle cose di cui ci siamo dimenticati perché troppo impegnati a esprimere il desiderio successivo.

Per nutrire la pazienza, è necessario abbassare i ritmi, concentrarci nel [presente](#) e viverlo con coscienza. Con la certezza e la tranquillità di sapere che il futuro arriverà a condizione che lo accompagniamo con buone pratiche sane e atteggiamenti positivi.

La pazienza ci consente di vivere la vita in modo attivo, ma paziente. Ci mettiamo in marcia, continuiamo ad andare avanti e accompagniamo la vita, adeguandoci al suo ritmo. Non bisogna desiderare che la realtà vada diversamente, si tratta di saper aspettare e mantenere la calma, lasciando che le cose succedano quando devono succedere.

“La pazienza è un albero: le radici sono molto amare, ma i frutti dolcissimi.”
-Proverbio persiano-

Essere pazienti, lasciar scorrere

Lasciare che il tempo scorra non vuol dire “stare fermi a guardare la vita che passa”. Scorrere con il tempo significa fare scelte e al tempo stesso rinunce, scegliere la rotta che si desidera intraprendere. E cominciare a camminare seguendo il ritmo che fa per noi, ovvero con calma, senza pretendere di arrivare in un giorno specifico. Non si tratta di restare fermi, ma di camminare a passo lento.

Essere pazienti significa saper aspettare l'arrivo di [opportunità](#). Vuol dire anche saperne godere nel momento in cui accadono, né prima né dopo. Essere pazienti vuol dire osservare la vita e apprendere da essa, assecondando il suo ritmo naturale.

“Chi ha pazienza può ottenere ciò che vuole.”

-Benjamin Franklin-

AA.VV. [La pazienza: l'arte di aspettare, dal sito La Mente è Meravigliosa](#), 11 giugno 2016.