

## Primo Piano

**L'avevamo dimenticato: tornare a vedere l'invisibile (dei cuori e delle relazioni) può essere l'inizio di una revisione della mappa delle nostre priorità, dei nostri stili di vita**

# Alla riscoperta dei valori invisibili come pionieri di un mondo già cambiato

GIOVANNI SALONIA

Lo stop è arrivato all'improvviso. All'inizio sembrava eccessivo, e rivolto ad altri. Poi, impietoso, si è posto dinanzi a noi. Stop! Avevamo l'agenda piena di impegni, per oggi e per tanti domani, e abbiamo dovuto chiuderla. E non solo l'agenda. Abbiamo chiuso anche la porta di casa. Il mondo non ci appartiene più: la casa diventa il nostro mondo. È come se repentinamente, senza preavviso, un vento ci avesse trasportato «altrove». E l'«altrove» è – paradossalmente – la nostra casa. Non lo dicevamo, ma pensavamo che il mondo fosse nostro: le strade, le piazze erano nostre. Ma anche il mare, anche i prati e le montagne. Ci sentivamo – adesso ci vergogniamo ad ammetterlo – i padroni del mondo. Lo stop ci ha ricordato brutalmente che il mondo non è una nostra proprietà. Al limite, siamo in condominio. E dobbiamo chiedere il permesso. E dobbiamo aspettare il turno. Umilmente.

A questo punto ci accorgiamo che l'altrove non è solo spaziale e temporale ma esistenziale. È vero: il mondo ci arriva a casa, ma ogni telegiornale ci ricorda di quante cose siamo progressivamente espropriati. Anzitutto espropriati di tanti fratelli e sorelle a cui è toccato (e tocca) un «altrove» drammatico e tragico: la morte (come è inumana la morte in solitudine!); o di coloro che combattono la morte rischiando la propria vita, o di quanti compiono, rischiando, il loro lavoro perché necessario alla comunità. E ad ogni «bollettino di morti» sentiamo dolore e vergogna. La vergogna di essere sopravvissuti e, ancora più intimamente, di sentirci fortunati per questa gratuità e terrorizzati da questa eventualità.

Ci rendiamo conto – tendiamo sempre a dimenticarlo – che il vero dramma è che non siamo proprietari della vita. E ad un tratto ci viene in mente un pensiero pieno di luce e di calore: da quanto tempo non ringraziamo, non celebravamo la vita. Quella nostra, quella dei nostri cari, quella dell'umanità, quella di ogni vivente, quella in cui siamo avvolti. Di quanta vita siamo inondati e nello stesso siamo dimentichi? In quanti legami siamo immersi, quanta bellezza ci circonda che con sufficienza diamo per

scontata? È vero: sentiamo violento lo stop perché ci ha ricordato il nostro bluff: ci siamo trasformati in proprietari mentre eravamo soltanto custodi della vita. E la brama del possesso non ci ha fatto godere ricchezze forse meno visibili, ma essenziali. Le cose invisibili. Prima era solo il Piccolo Principe a ricordarci che il cuore vede l'invisibile. Adesso anche il coronavirus ci sbatte in faccia l'importanza decisiva

dell'invisibile. E se molte delle nostre inquietudini fossero dovute proprio al fatto che nelle nostre corse non abbiamo visto l'invisibile che affiora nel visibile? Non abbiamo visto la profondità che in ogni superficie è nascosta e ci siamo appiattiti.

Chissà! Tornare a vedere l'invisibile (dei cuori e delle relazioni) può essere l'inizio di una revisione della mappa delle nostre priorità, dei nostri stili di

vita. Siamo un po' smarriti e confusi. Stiamo cominciando a capire la necessità di distinguere il superfluo dal necessario, lo spreco dal gusto. Non solo nel cibo, ma anche nei contatti umani, anche nel nostro mondo interiore. Forse oggi siamo chiamati a scoprire che solo se ci espropriamo di ciò che non ci appartiene scopriremo e gustaremo le tante ricchezze che abbiamo dimenticato che ci rendono umani.

In una dolce poesia Szymborska ci ricorda che dobbiamo riconsegnare quel che ci è stato dato in prestito. E Francesco d'Assisi indicava nel verbo «restituire» la gioia vera e perfetta. Adesso lo sappiamo: non sono discorsi obsoleti bensì il recupero della saggezza antica. Possiamo gustare con pienezza solo ciò che custodiamo. Un filosofo dice: la morte ci toglie solo ciò che non abbiamo donato (Marion). Svelato il trucco della bramosia di essere padroni di «alcune cose», scopriamo «segrete dolcezze» nascoste in ciò che abbiamo dato per scontato.

Ci viene da questi giorni l'appello ad una «inversione a u». Dobbiamo aspettare con pazienza, ma anche con curiosità, che il navigatore della nostra anima rimoduli la mappa «antropologica», il nostro stile di vita. Un compito che ci vede – insieme a tutti gli uomini e tutte le donne della Terra – pionieri per un compito inedito: inventare stili di vita che rispettino ogni vivente e la casa comune che è la terra. «Non si può vivere sani in un mondo malato», dice Papa Francesco. Dobbiamo guarire il nostro rapporto con il creato e con tutto ciò che non è visibile agli occhi ma solo al cuore. Dobbiamo riscoprire la casa in cui viviamo. E riscoprirla in pienezza.

Partiamo dall'ascolto del nostro cuore, delle nostre paure. Quanto durerà? Ce la faremo? Anche i cuori dei nostri bambini, dei nostri anziani e dei nostri ammalati sono impauriti. Più di noi. Se cerchiamo una risposta la troveremo dentro il nostro corpo, la troveremo insieme agli altri. In fondo, i canti dai balconi come la scritta «andrà tutto bene» esprimono il bisogno di non lasciarsi strappare la speranza. E la speranza poggia sulla certezza che la realtà non è un dato, ma un compito. Essa non nega la paura ma non se ne lascia vincere. Forse, se cominceremo a vedere con occhi nuovi la «piccola casa» in cui siamo rinchiusi dal virus, impareremo a rispettare la «grande casa», quella di tutti.

Quando il coronavirus se ne andrà, usciremo dalle nostre dimore lentamente, dandoci la mano. Gusteremo ogni passo. Avremo imparato che in luoghi invisibili (e trascurati) si nasconde la pienezza di vita che invociamo.

*Psicologo e psicoterapeuta direttore dell'Istituto Gestalt Therapy Kairos*