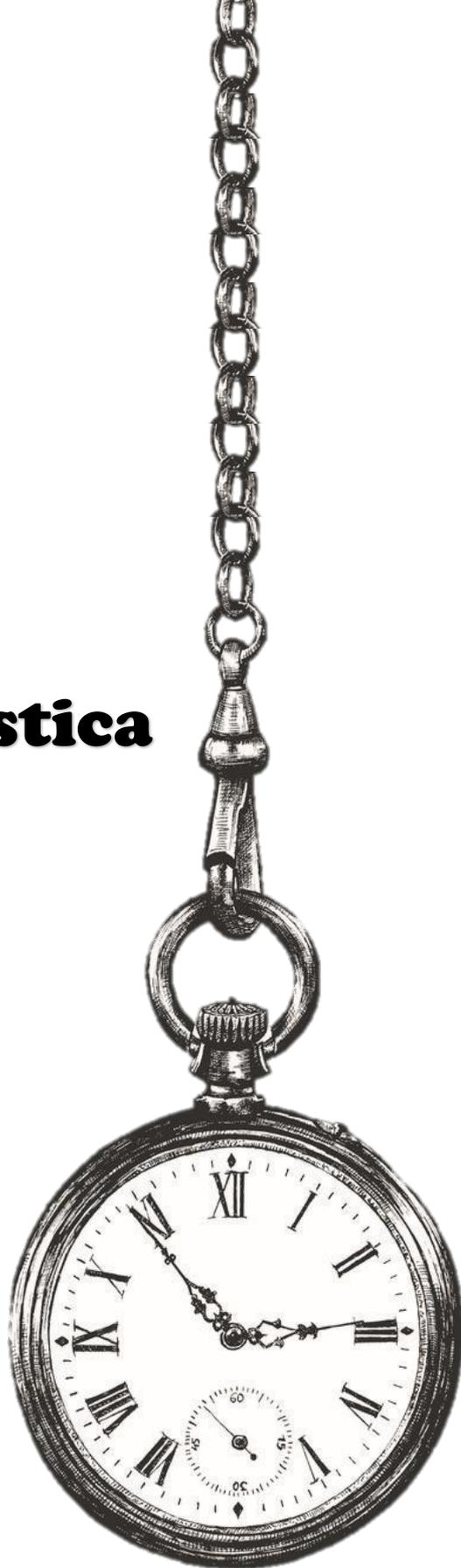


Adorazione Eucaristica

Giovedì 28 Marzo 2024



Passato:

Canto: UBI CARITAS

Ubi caritas

Et amor

Ubi caritas

Deus ibi est

Ubi caritas

Et amor

Ubi caritas

Deus ibi est

“Chi controlla il passato controlla il futuro. Chi controlla il presente controlla il passato”

- George Orwell

Ricordare il passato per creare il futuro

Si può ricordare il passato per crescere, per fare tesoro dell'esperienza passata e scegliere, di conseguenza, come organizzare il proprio futuro. Ricordare. Si può ricordare in tanti modi.

Si può ricordare per abitudine, perché la mente facilmente si aggrappa a percorsi abituali di riflessione in cui il conosciuto si configura come uno spazio di comfort in cui riconfermare la propria identità. È una scelta rassicurante, in cui il passato dà senso al presente, in cui il focus è un'istantanea del continuo flusso di immagini ed esperienze di cui si è stati sia spettatori sia protagonisti.

Si può ricordare per amore, perché l'immagine custodita non è solo la fredda descrizione di un evento associato a una data, ma è un insieme caldo e ancora commovente che fa riferimento a momenti di vita, propria o altrui, che ci hanno coinvolto in passato e che ancora sanno darci emozioni. A volte sono emozioni piacevoli, a volte dolorose, ma entrambe sono testimoni di qualche cosa di importante per noi, qualche cosa che ci fa dire confesso che ho vissuto.

Si può ricordare per odio, perché qualche cosa si è rotto, dentro. Perché la ferita è stata troppo profonda per rimarginarsi e non c'è la forza di risanarla. Perché fa male e manca ancora la lucidità di darle un senso in un senso più ampio e di limitare i toni con cui la memoria propone e ripropone sempre lo stesso furioso ritornello, tenendo la mente prigioniera in un vortice doloroso.

Si può ricordare per crescere, per fare tesoro dell'esperienza passata e scegliere, di conseguenza, come organizzare il proprio futuro. Qui l'immagine non è statica, ma si scioglie in una sequenza di fotogrammi che permettono di cogliere conseguenze e implicazioni, che dal passato hanno dato tinta al presente e direzione al futuro. Ogni ferita, rivista non più solo come evento ma anche come processo, può rivelare insospettiti doni, lezioni di vita utili a sé e agli altri.

Nel Giorno della Memoria, non ci focalizziamo sul passato, ma soprattutto sul futuro, da creare consapevolmente grazie a quanto imparato da quanto è successo.

Quale motivazione ti spinge a pensare al passato? Quanto gli insegnamenti del passato influenzano la tua vita e le tue scelte?

.....
.....
.....
.....
.....
.....

Il tempo che fu

Lo spettro di un morto che amai
È il tempo che fu.
La voce che più non udrai
la speme che non avrai più
l'amor che non spengesi mai
fu il tempo che fu.
Che sogni soavi, le sere
del tempo che fu!
Ma i dì fosse duolo o piacere,

gettavano un'ombra, che tu
volevi vederlo cadere
quel tempo che fu.
Rimpianto e rimorso ci adombra
quel tempo che fu:
è un tuo morticino ch'all'ombra
tu vegli... e ciò ch'ami ora più
non è che il ricordo, che l'ombra
del tempo che fu.

Canto: FRATELLO SOLE SORELLA LUNA

Dolce sentire, Come nel mio cuore
Ora umilmente, Sta nascendo amore
Dolce è capire, Che non son più solo
Ma che son parte di una immensa vita
Che generosa, Risplende intorno a me
Dono di lui, Del suo immenso amore
Ci ha dato il cielo, E le chiare stelle

Fratello sole E sorella luna
La madre terra, Con frutti, prati e fiori
Il fuoco e il vento, L'aria e l'acqua pura
Fonte di vita Per le sue creature

Dono di lui, Del suo immenso amore
Dono di lui, Del suo immenso amore

Tempo per pensare

Il tempo passato è un tesoro da custodire, poiché è attraverso i ricordi che diamo significato alla nostra vita. Le gioie condivise con gli amici, le sfide superate, gli amori perduti e le vittorie conquistate sono solo alcune delle sfumature di esperienze che arricchiscono il nostro bagaglio emotivo. Nel turbine della vita frenetica, fermiamoci ogni tanto a raccogliere i nostri ricordi, a rivivere quei momenti che hanno plasmato la nostra esistenza. Perché, alla fine, sono i ricordi che ci rendono veramente ricchi, donandoci un tesoro che nessuno può portarci via.

Ti capita mai di prenderti un momento per fermarti e ricordare il passato? Qual è un ricordo che consideri come una ricchezza?

.....

.....

.....

.....

.....



Canto: EMMANUEL

Dall'orizzonte una grande luce, viaggia nella storia
e lungo gli anni ha vinto il buio, facendosi Memoria,
e illuminando la nostra vita, chiaro ci rivela
che non si vive, se non si cerca, la Verità

Un grande dono che Dio ci ha fatto, è Cristo, il suo Figlio,
e l'umanità è rinnovata, è in Lui salvata.
È vero uomo, è vero Dio, è il Pane della Vita,
che ad ogni uomo, ai suoi fratelli, ridonerà.

Siamo qui, sotto la stessa luce
sotto la sua croce, cantando ad una voce.
È l'Emmanuel
Emmanuel, Emmanuel.
È l'Emmanuel, Emmanuel.

Attività – Le Radici

La radice è l'organo della pianta specializzato nell'assorbimento delle sostanze nutritive dal terreno, fondamentali per la vita. Inoltre, hanno anche il compito di ancorare la pianta al suolo e di produrre specifici ormoni che determineranno lo sviluppo del germoglio prima, e del fusto poi.



C'è un detto:

leri è storia,

Domani è un mistero,

Ma oggi è un dono...

per questo si chiama presente.

Presente:

Matteo 6, 25-34

²⁵ Perciò vi dico: per la vostra vita non affannatevi di quello che mangerete o berrete, e neanche per il vostro corpo, di quello che indosserete; la vita forse non vale più del cibo e il corpo più del vestito? ²⁶ Guardate gli uccelli del cielo: non seminano, né mietono, né ammassano nei granai; eppure, il Padre vostro celeste li nutre. Non contate voi forse più di loro? ²⁷ E chi di voi, per quanto si dia da fare, può aggiungere un'ora sola alla sua vita? ²⁸ E perché vi affannate per il vestito? Osservate come crescono i gigli del campo: non lavorano e non filano. ²⁹ Eppure io vi dico che neanche Salomone, con tutta la sua gloria, vestiva come uno di loro. ³⁰ Ora se Dio veste così l'erba del campo, che oggi c'è e domani verrà gettata nel forno, non farà assai più per voi, gente di poca fede? ³¹ Non affannatevi dunque dicendo: Che cosa mangeremo? Che cosa berremo? Che cosa indosseremo? ³² Di tutte queste cose si preoccupano i pagani; il Padre vostro celeste infatti sa che ne avete bisogno. ³³ Cercate prima il regno di Dio e la sua giustizia, e tutte queste cose vi saranno date in aggiunta. ³⁴ Non affannatevi dunque per il domani, perché il domani avrà già le sue inquietudini. A ciascun giorno basta la sua pena.

Quante volte nella vostra vita ti sei preoccupato troppo del domani? Ti sei mai chiesto se stai vivendo davvero il presente?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Confessioni di Sant'Agostino

“Un fatto è ora limpido e chiaro: né futuro né passato esistono. È inesatto dire che i tempi sono tre: passato, presente e futuro. Forse sarebbe esatto dire che i tempi sono tre: presente del passato, presente del presente, presente del futuro. Queste tre specie di tempi esistono in qualche modo nell'animo e non le vedo altrove: il presente del passato è la memoria, il presente del presente la visione, il presente del futuro è l'attesa. Mi si permettano queste espressioni, e allora vedo e ammetto tre tempi, e tre tempi ci sono. Si dica ancora che i tempi sono tre: passato, presente e futuro, secondo l'espressione abusiva entrata nell'uso; si dica pure così: vedete, non vi bado, non contrasto né biasimo nessuno, purché si comprenda ciò che si dice: che il futuro ora non è, né il passato. Di rado noi ci esprimiamo esattamente; per lo più ci esprimiamo inesattamente, ma si riconosce cosa vogliamo dire”

Canto: AMARE QUESTA VITA

Erano uomini senza paura di solcare il mare
pensando alla riva;
barche sotto il cielo tra montagne e silenzio
davano le reti al mare, vita dalle mani di Dio.

Venne nell'ora più lenta del giorno, quando le
reti si sdraiano a riva.
L'aria senza vento si riempì di una voce...
mani cariche di sale, sale nelle mani di Dio.

Lo seguimmo fidandoci degli occhi,
gli credemmo amando le parole:
fu il sole caldo a riva o fu il vento sulla vela
o il gusto e la fatica di rischiare e accettare
quella sfida

Prima che un sole più alto vi insidi, prima che
il giorno vi lasci delusi,
riprendete il largo e gettate le reti:
barche cariche di pesci, vita dalle mani di Dio.

Lo seguimmo fidandoci degli occhi, gli
credemmo amando le parole:
Lui voce e Lui notizia, Lui strada e Lui la meta,
Lui gioia imprevedibile e sincera di amare
questa vita!

Erano uomini senza paura di solcare il mare
pensando alla riva
Anche quella sera, senza dire parole,
misero le barche in mare:
vita dalle mani di Dio.
Misero le barche in mare:
vita dalle mani di Dio.

Il Pantha rhei di Eraclito

La frase "panta rhei" attribuita a Eraclito, che significa "tutto scorre" o "tutto fluisce", esprime il concetto centrale della sua filosofia sul cambiamento e sul tempo presente. Eraclito credeva che il mondo fosse costantemente in uno stato di flusso e trasformazione, e che il cambiamento fosse l'unico aspetto permanente della realtà.

Per Eraclito, il tempo presente era fondamentale perché rappresentava il punto in cui avveniva il cambiamento. Egli invitava le persone a comprendere e accettare il carattere transitorio e dinamico della realtà anziché cercare un'illusoria stabilità. Questo concetto suggerisce che non possiamo afferrare fermamente il presente perché è in costante movimento, e quindi dobbiamo adattarci e fluire con esso.

Il tema del tempo presente nel pensiero di Eraclito riflette il suo profondo apprezzamento per la natura ciclica e inesorabile del cambiamento, e ci invita a vivere consapevolmente nel momento presente, accettando e adattandoci al flusso continuo della vita.

Quanto il tuo stile di vita rispecchia il concetto di pantha rei? Ti capita, invece, di sentirti incastrato nel presente?

.....

.....

.....

.....

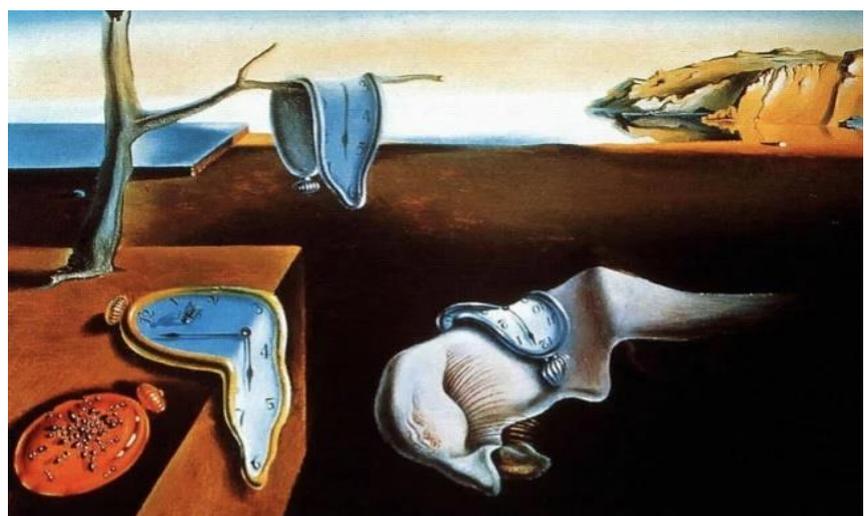
.....

.....

La persistenza della memoria, Salvador Dali

Un arco temporale di due ore può rivelarsi fugace o interminabile a seconda della percezione del tempo avvertita dal singolo soggetto; ciò avviene sia nella veglia ma soprattutto nei sogni, regolati dai meccanismi dell'inconscio. In questo modo, l'immagine degli orologi molli assurge a simbolo della plasticità e della soggettività del tempo, dimensione sfuggente ed enigmatica che non è affatto uguale e oggettiva per tutti.

La discontinuità e l'ambiguità del tempo si ritrovano anche nell'elemento faunistico presente ne La persistenza della memoria. La mosca adagiata sul primo orologio suggerisce che l'oggetto della memoria è una qualche specie di carogna, che si imputridisce nella stessa maniera in cui si liquefà; analogamente, le formiche che brulicano



sull'orologio arancio simboleggiano l'annullamento dell'oggettività del tempo, un elemento che, essendo inafferrabile, non può essere imprigionato in un oggetto fisico.

Canto: VOI SIETE DI DIO

Tutte le stelle della notte,
le nebulose, le comete,
il sole su una ragnatela,
è Tutto vostro e voi siete di Dio.

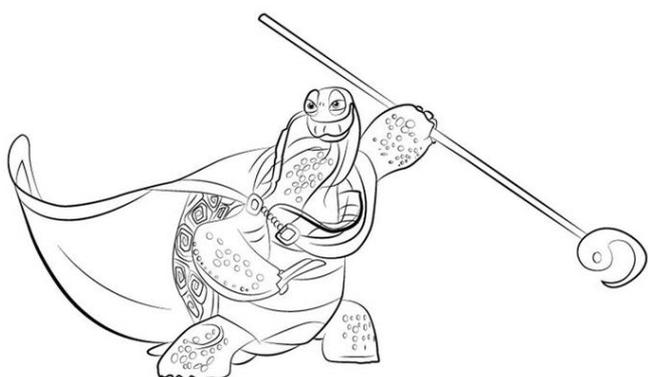
Tutte le rose della vita,
il grano, i prati, i fili d'erba,
il mare, i fiumi, le montagne,
è Tutto vostro e voi siete di Dio.

Tutte le musiche e le danze,
i grattacieli, le astronavi,
i quadri, i libri, le culture,
è Tutto vostro e voi siete di Dio.

Tutte le volte che perdono,
quando sorrido e quando piango,
quando mi accorgo di chi sono,
è Tutto vostro e voi siete di Dio.....
è Tutto nostro e noi siamo di Dio.

Attività - Il Tronco

Il fusto, detto anche tronco, è la struttura portante delle piante. È un organo caratterizzato dall'alternanza di nodi e internodi. Collega radici e foglie mediante tessuti conduttori che hanno la funzione di trasportare sostanze nutritive dalle radici alla chioma. All'interno del tessuto conduttore, gli elementi che lo compongono, lavorano per trasportare le sostanze nutritive dalle radici fino alla chioma, ponendo così il tronco in parte attiva del processo di crescita.



*C'è un detto:
Ieri è storia,
Domani è un mistero,
Ma oggi è un dono...
per questo si chiama presente.*

Futuro:

Il Futuro non ha mai parlato, Emily Dickinson

Il Futuro non ha mai parlato –
Né come un Muto
Riferirà con Segni una Circostanza
Del suo Opaco Avvenire –

Ma quando la Notizia è matura
La presenta al Momento –

Impedendo Preparazione –
Fuga – o Alternativa –

Indifferente per lui –
Il Dono – come la Condanna –
Il suo Compito soltanto eseguire
Il Telegramma – del Fato – a Lui

Pensi di poter controllare il tuo futuro oppure credi che esso sia parte di qualcosa di già scritto?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Black Square, Sean Scully

“È difficile in questo momento vedere la strada che percorreremo. Non abbiamo certezze, non ne abbiamo mai avute. Ripenso spesso alle parole di Ernest Hemingway “il mondo è qualcosa per cui vale la pena battersi”. Ed è proprio così. Ciò che abbiamo è la lotta con noi stessi.”

Sean Scully

Ti è mai capitato di sentirti smarrito perché non riuscivi a vedere la strada che avevi davanti?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Canto: Vieni e seguimi

Lascia che il mondo vada per la sua strada.
Lascia che l'uomo ritorni alla sua casa.
Lascia che la gente accumuli la sua fortuna.
Ma Tu, Tu vieni e seguimi, Tu vieni e seguimi.

Lascia che la barca in mare spieghi la vela.
Lascia che trovi affetto chi segue il cuore.
Lascia che dall'albero cadano i frutti maturi.
Ma Tu, Tu vieni e seguimi, Tu vieni e seguimi.

E sarai luce per gli uomini, e sarai sale della terra
e nel mondo deserto aprirai, una strada nuova.
E per questa strada va', va' e non voltarti indietro, va'.



Estratto dal discorso "I have a Dream" di Martin Luther King jr

E perciò, amici miei, vi dico che, anche se dovrete affrontare le asperità di oggi e di domani, io ho sempre davanti a me un sogno. È un sogno profondamente radicato nel sogno americano, che un giorno questa nazione si leverà in piedi e vivrà fino in fondo il senso delle sue convinzioni: noi riteniamo ovvia questa verità, che tutti gli uomini sono creati uguali.

Io ho davanti a me un sogno, che un giorno sulle rosse coline della Georgia i figli di coloro che un tempo furono schiavi e i figli di coloro che un tempo possedettero schiavi, sapranno sedere insieme al tavolo della fratellanza.

Io ho davanti a me un sogno, che un giorno perfino lo stato del Mississippi, uno stato colmo dell'arroganza dell'ingiustizia, colmo dell'arroganza dell'oppressione, si trasformerà in un'oasi di libertà e giustizia.

Io ho davanti a me un sogno, che i miei quattro figli piccoli vivranno un giorno in una nazione nella quale non saranno giudicati per il colore della loro pelle, ma per le qualità del loro carattere.

[...]

Con questa fede saremo in grado di strappare alla montagna della disperazione una pietra di speranza. Con questa fede saremo in grado di trasformare le stridenti discordie della nostra nazione in una bellissima sinfonia di fratellanza.

Quale è uno dei tuoi più grandi sogni nel cassetto? Per cosa pensi che valga la pena lottare?

.....
.....
.....
.....
.....
.....

Canto: STAI CON ME

Stai con me, proteggimi,
Coprimi con le Tue ali, o Dio
Quando la tempesta arriverà
Volerò più in alto insieme a te
Nelle avversità sarai con me
Ed io saprò che Tu sei il mio Re

Il cuore mio riposa in te,
Io vivrò in pace e verità
Quando la tempesta arriverà
Volerò più in alto insieme a te
Nelle avversità sarai con me
Ed io saprò che Tu sei il mio Re

Attività – La Chioma e i Fiori

Il fiore, tipicamente situato nella parte della chioma, è l'organo riproduttivo della pianta, e rappresenta il risultato visibile di un processo di maturazione e crescita che parte dal contributo delle radici, solitamente nascoste sotto terra, e dal tronco. I fiori, che daranno poi origine ai frutti, raffigurano la possibilità di creazione di una nuova vita da parte della pianta.



*C'è un detto:
Ieri è storia,
Domani è un mistero,
Ma oggi è un dono...
per questo si chiama presente.*

Canto: RESTA QUI CON NOI

Le ombre si distendono scende ormai la sera
e si allontanano dietro i monti
i riflessi di un giorno che non finirà,
di un giorno che ora correrà sempre
perché sappiamo che una nuova vita
da qui è partita e mai più si fermerà.

Resta qui con noi il sole scende già,
resta qui con noi Signore è sera ormai.
Resta qui con noi il sole scende già,
se Tu sei fra noi la notte non verrà.

S'allarga verso il mare il Tuo cerchio d'onda
che il vento spingerà fino a quando
giungerà ai confini di ogni cuore,
alle porte dell'amore vero;
come una fiamma che dove passa brucia,
così il Tuo amore Tutto il mondo invaderà.

Resta qui con noi il sole scende già,
resta qui con noi Signore è sera ormai.
Resta qui con noi il sole scende già,
se Tu sei fra noi la notte non verrà.

PER CONTINUARE A RIFLETTERE

Il tempo se ne va

Quel vestito da dov'è sbucato?
Che impressione vederlo indossato
Se ti vede tua madre, lo sai
Questa sera finiamo nei guai
È strano, ma sei proprio tu
Quattordici anni o un po' di più
La tua Barbie è da un po' che non l'hai
E il tuo passo è da donna ormai
Al telefono è sempre un segreto
Quante cose in un filo di fiato
E vorrei domandarti chi è
Ma lo so che hai vergogna di me
La porta chiusa male e tu
Lo specchio, il trucco e il seno in su
E tra poco la sera uscirai
Quelle sere non dormirò mai
E intanto il tempo se ne va
E non ti senti più bambina
Si cresce in fretta alla tua età
Non me ne sono accorto prima

E intanto il tempo se ne va
Tra i sogni e le preoccupazioni
Le calze a rete han preso già
Il posto dei calzettoni
Farsi donna è più che normale
Ma una figlia è una cosa speciale
Il ragazzo magari ce l'hai
Qualche volta hai già pianto per lui
La gonna un po' più corta e poi
Malizia in certi gesti tuoi
E tra poco la sera uscirai
Quelle sere non dormirò mai
E intanto il tempo se ne va
E non ti senti più bambina
Si cresce in fretta alla tua età
Non me ne sono accorto prima
E intanto il tempo se ne va
Tra i sogni e le preoccupazioni
Le calze a rete han preso già
Il posto dei calzettoni

Alcune citazioni

“Nostalgia, il ricordo delle cose passate”

- William Shakespeare

“Questo solo è negato a Dio: disfare il passato”

- Aristotele

“Non esiste separazione definitiva finché esiste il ricordo”

- Isabel Allende

“Tutti coloro che dimenticano il loro passato, sono condannati a riviverlo”

- Primo Levi

Orme sulla sabbia

Questa notte ho fatto un sogno, ho sognato che camminavo sulla sabbia accompagnato dal Signore, e sullo schermo della notte erano proiettati tutti i giorni della mia vita.

Ho guardato indietro e ho visto che per ogni giorno della mia vita, apparivano orme sulla sabbia: una mia e una del Signore. Così sono andato avanti, finché tutti i miei giorni si esaurirono.

Allora mi fermai guardando indietro, notando che in certi posti c'era solo un'orma...

Questi posti coincidevano con i giorni più difficili della mia vita; i giorni di maggior angoscia, maggiore paura e maggior dolore...

Ho domandato allora: "Signore, Tu avevi detto che saresti stato con me in tutti i giorni della mia vita, ed io ho accettato di vivere con te, ma perché mi hai lasciato solo proprio nei momenti peggiori della mia vita?" Ed il Signore rispose: "Figlio mio, lo ti amo e ti dissi che sarei stato con te durante tutta il tuo cammino e che non ti avrei lasciato solo neppure un attimo, e non ti ho lasciato... i giorni in cui tu hai visto solo un'orma sulla sabbia, sono stati i giorni in cui ti ho portato in braccio".

Il Maestro di spade

Tanto, tanto tempo fa, in una terra lontana, viveva un fabbro di spade, conosciuto in tutto il mondo per la sua sublime capacità di forgiare il ferro e trasformarlo in spade eleganti e letali.

Un giorno, il racconto dell'incredibile abilità del fabbro di spade giunse a corte, ed il Re, affascinato da questa storia, volle incontrare quanto prima un suddito tanto dotato. I cavalieri del Re iniziarono a cercare il fabbro di spade in lungo ed in largo, setacciando l'intero regno, finché non lo trovarono in un piccolo villaggio vicino alle montagne. Di fronte all'invito del Re, il fabbro di spade non poté fare altro che accettare e, salutata la propria famiglia, seguì i cavalieri a corte.

Durante il loro primo incontro, il Re fu subito affascinato dall'umiltà e dalla gentilezza del fabbro di spade e decise di ricambiarla con altrettanta cortesia. Dopo una breve chiacchierata, il Re fece al fabbro di spade la domanda che poneva a tutti i grandi maestri ed esperti della sua corte: "Fabbro di spade, dimmi, qual è il tuo segreto? Come riesci a forgiare spade tanto belle?"

Il fabbro di spade, per nulla intimorito, rispose al proprio Re con reverenza, ma fermezza: "Sire, non esiste alcun segreto". Il Re sembrava perplesso, ma lasciò continuare il suo ospite. "Fin da quando ero bambino ho avuto l'opportunità di osservare ed apprendere l'arte del lavorare il ferro, prima da mio nonno e poi da mio padre."

Come catturato dall'estasi dei ricordi il fabbro di spade continuò il suo racconto. "Ben presto mi innamorai di questa arte che forgia elementi tanto potenti della natura: il ferro, il fuoco e l'acqua. Vedere nascere spade così eleganti dal ferro grezzo non solo affascinò la mia mente, ma catturò anche il mio cuore. Fu allora che, ancora bambino, decisi che sarei diventato il più grande fabbro di spade del mondo."

Il Re e tutta la corte continuarono ad ascoltare in silenzio l'umile artigiano. "Crescendo, lessi tutti i libri che furono scritti sull'arte della fabbricazione della spada ed imparai ogni tecnica sulla lavorazione del ferro, con passione ed entusiasmo. Credo che sia questo il segreto della mia eccellenza, Maestà."

Cos'è la Memoria?

La *memoria* non è semplice te un deposito di ricordi ma è la capacità dell'individuo di conservare informazioni passate e di servirsene per riuscire ad affrontare situazioni di vita presente e futura.

In psicologia la memoria viene definita come il processo di *codifica*, *immagazzinamento*, *consolidamento* e *recupero* di informazioni ed esperienze ottenute dall'ambiente e dall'attività di pensiero. Questa definizione implica che il contenuto recuperato non è una rievocazione sempre fedele ed accurata ma piuttosto una ricostruzione.

1. La *codifica* : è il processo con cui le informazioni vengono acquisite nella loro forma base. Il processo di codifica viene influenzato da diversi fattori come le caratteristiche dello stimolo, i fattori emotivi, cognitivi, motivazionali, etc. Nella codifica si converte uno stimolo in una traccia di memoria.
2. L'*immagazzinamento*: la mente immagazzina le informazioni secondo specifici codici che possono essere di tipo visivo, acustico, verbale, tattile, semantico, etc.
3. La *ritenzione* : in questa fase il ricordo viene consolidato e stabilizzato in una condizione stabile.
4. Il *recupero*: consiste nel recuperare l'informazione e il ricordo dalla *memoria a lungo termine* alla *memoria di lavoro* affinché venga utilizzata.

L'intero processo di elaborazione e non solo la codifica può essere influenzato da diversi fattori motivazionali, dalla profondità di elaborazione dello stimolo e dall'impatto emotivo dello stesso stimolo.

Valorizzare le nostre radici per ritrovarci

Ognuno di noi intraprende percorsi diversi nel corso della propria vita. Qualunque sia la strada che decideremo di imboccare, si parte sempre dalle nostre radici, le quali determineranno la direzione e gli obiettivi che punteremo a raggiungere. Con il passare del tempo, valorizzare le nostre radici può essere di grande aiuto, perché favorisce la conoscenza di sé e la crescita personale.

Ma cosa significa valorizzare le nostre radici? Significa approfondire la conoscenza dei luoghi e delle persone con cui siamo cresciuti e che ci hanno formato; vuol dire scavare nei valori e nei principi alla base della nostra cultura.

- Convinzioni.
- Valori e consapevolezza.
- Comportamenti e atteggiamenti.

Poco per volta, questi aspetti prendono forma dentro di noi e determinano parte del nostro modo di essere a mano a mano che cresciamo. Ora, dal nostro passato non ereditiamo esattamente tutto, anche se è da esso che proveniamo, ma attribuirgli un valore significa riconoscere apertamente quali sono le nostre origini e chi siamo adesso. Le persone che fanno parte del nostro contesto formano anche le nostre radici. Ci educano con i loro comportamenti e con le loro parole. Ci mostrano il mondo e come affrontarlo, semplicemente lasciano in noi una traccia.

Ebbene, è importante tenere conto del fatto che non tutto ciò che ci insegnano le nostre radici è necessariamente importante o positivo. Ognuno di noi è capace di assimilare gli insegnamenti positivi e utili per scartare quelli negativi e dannosi. Valorizzare le nostre radici è un percorso grazie al quale possiamo scoprire molto di su di noi e su chi siamo. Significa intraprendere una ricerca personale. Ovvero: le nostre origini fanno parte di noi, dunque conoscerle ci può portare a capire chi siamo oggi.

Estratto: Nostalgia delle Radici, Papa Francesco.

Mettersi «in cammino per ritrovare le proprie radici» e in esse trovare «la forza di andare avanti». È questo l'itinerario umano e spirituale suggerito da Papa Francesco nell'omelia della messa celebrata a Santa Marta giovedì 5 ottobre. Un percorso importante, ineludibile, perché, ha detto, «un popolo senza radici è ammalato» e «una persona senza radici è ammalata».

[...]

Fu così, ha continuato Francesco riprendendo il racconto dell'Antico testamento, che Neemia si adoperò per riportare il popolo «alla sua città». E «cominciò il viaggio». Un viaggio che sarà «per ritrovare la città e per ri-costruire la città». Non era semplice, ha detto il Papa: «doveva convincere tanta gente, portare le cose per costruire la città, le mura, il tempio, ma soprattutto era un viaggio per ri-trovare le radici del popolo».

Il popolo infatti, dopo tanti anni, «non aveva perso le radici, ma si erano indebolite». Occorreva «riprendere le radici», cioè «l'appartenenza a un popolo». Del resto, ha spiegato il Pontefice, «senza le radici non si può vivere: un popolo senza radici o che lascia perdere le radici, è un popolo ammalato». Allo stesso modo «una persona senza radici, che ha dimenticato le proprie radici, è ammalata». Bisogna quindi «riscoprire le proprie radici e prendere la forza per andare avanti, la forza per dare frutto e, come dice il poeta, “la forza per fiorire perché quello che l'albero ha di fiorito viene da quello che ha di sotterrato”».

[...]

Ammazzare il tempo.

E. Montale.

Il problema più grave del nostro tempo non è tra quelli che si vedono denunciati a caratteri di scatola nelle prime pagine dei giornali; e non ha nulla in comune, per esempio, col futuro status di Berlino o con l'eventualità di una guerra atomica distruggitrice di una metà del mondo. Problemi simili sono d'ordine storico e prima o poi giungono a una soluzione, sia pure con risultati spaventosi. Nessuna guerra impedirà all'umanità futura di vantare ulteriori magnifiche sorti nel quadro di una sempre più perfetta ed ecumenica civiltà industriale. Un mondo semidistrutto, che risorgesse domani dalle ceneri, in pochi decenni assumerebbe un volto non troppo diverso dal nostro mondo d'oggi. Anzi, oggi è lo spirito di conservazione che rallenta il progresso. Qualora non ci fosse più nulla da conservare il progresso tecnico si farebbe molto più veloce. Anche l'uccisione su larga scala di uomini e di cose può rappresentare, a lunga scadenza, un buon investimento del capitale umano.

Fin qui si resta nella storia. Ma c'è un'uccisione, quella del tempo, che non sembra possa dare frutto. Ammazzare il tempo è il problema sempre più preoccupante che si presenta all'uomo d'oggi e di domani.

Non penso all'automazione, che ridurrà sempre più le ore dedicate al lavoro. Può darsi che quando la settimana lavorativa sarà scesa da cinque a quattro o a tre si finisca per dare il bando alle macchine attualmente impiegate per sostituire l'uomo. Può darsi che allora si inventino nuovi tipi di lavoro inutile per non lasciare sul lastrico milioni o miliardi di disoccupati; ma si tratterà pur sempre di un lavoro che lascerà un ampio margine di ore libere, di ore in cui non si potrà eludere lo spettro del tempo.

Perché si lavora? Certo per produrre cose e servizi utili alla società umana, ma anche, e soprattutto, per accrescere i bisogni dell'uomo, cioè per ridurre al minimo le ore in cui è più facile che si presenti a noi questo odiato fantasma del tempo. Accrescendo i bisogni inutili, si tiene l'uomo occupato anche quando egli suppone di essere libero. "Passare il tempo" dinanzi al video o assistendo a una partita di calcio non è veramente un ozio, è uno svago, ossia un modo di divagare dal pericoloso mostro, di allontanarsene. Ammazzare il tempo non si può senza riempirlo di occupazioni che colmino quel vuoto. E poiché pochi sono gli uomini capaci di guardare con fermo ciglio in quel vuoto, ecco la necessità sociale di fare qualcosa, anche se questo qualcosa serve appena ad anestetizzare la vaga apprensione che quel vuoto si ripresenti in noi.

Secondo te, qual è il significato che il poeta attribuisce all'espressione "ammazzare il tempo"?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Vivere il presente

Recentemente ho vissuto un momento delicato legato a delle ragioni di salute. La grande ansia che ho provato fino a che non ho potuto avere in mano la biopsia (negativa) mi ha fatto riflettere su un qualcosa: molta della sofferenza che ci infliggiamo è legata al fatto che non vogliamo vivere il momento presente. Preferiamo tormentarci nel passato oppure avere timore per il futuro, ma sfuggiamo in questo modo l'unico momento vero che ci è dato vivere, legato al nostro oggi, al qui ed ora. Ieri non esiste più, è passato e non torna; domani, chi lo può prevedere veramente? Certo dobbiamo fare tesoro del passato ed essere previdenti per il futuro, per quello che è possibile: ma angosciarci per essi?

Il libro del Qoelet (3, 1-9) ci mette in una giusta prospettiva: “Per ogni cosa c'è il suo momento, il suo tempo per ogni faccenda sotto il cielo. C'è un tempo per nascere e un tempo per morire, un tempo per piantare e un tempo per sradicare le piante. Un tempo per uccidere e un tempo per guarire, un tempo per demolire e un tempo per costruire. Un tempo per piangere e un tempo per ridere, un tempo per gemere e un tempo per ballare. Un tempo per gettare sassi e un tempo per raccogliarli, un tempo per abbracciare e un tempo per astenersi dagli abbracci. Un tempo per cercare e un tempo per perdere, un tempo per serbare e un tempo per buttar via. Un tempo per stracciare e un tempo per cucire, un tempo per tacere e un tempo per parlare. Un tempo per amare e un tempo per odiare, un tempo per la guerra e un tempo per la pace. Che vantaggio ha chi si dà da fare con fatica?”.

“Carpe diem” di Orazio

Difficile non aver mai sentito dire "Carpe diem", ma qual è il suo significato e soprattutto chi l'ha detto per la prima volta?

La famosa espressione è tratta dalle Odi di Orazio. Tutta la sua poesia non fece altro che dare maggior enfasi ad una vera e propria orazione latina, una cosiddetta filosofia di vita che in molti hanno sposato e che, interpretata in diversi modi, ha dato vita anche a numerosi fraintendimenti.

La potenza lirica di Orazio consacrò al successo la locuzione Carpe diem, ancora oggi in gran voga e destinata ad essere impressa nella storia per sempre, con l'obiettivo di ricordare l'importanza di "cogliere l'attimo" per valorizzare e vivere a pieno ciò che la vita ci offre, senza sprecare e perdere alcuna possibilità e occasione.

“Lettere a Lucilio”, Seneca

“Comportati così, Lucilio mio, rivendica il tuo diritto su te stesso e il tempo che fino ad oggi ti veniva portato via o carpito o andava perduto raccoglilo e fanne tesoro. Convinciti che è proprio così, come ti scrivo: certi momenti ci vengono portati via, altri sottratti e altri ancora si perdono nel vento. Ma la cosa più vergognosa è perdere tempo per negligenza. Pensaci bene: della nostra esistenza buona parte si dilegua nel fare il male, la maggior parte nel non far niente e tutto quanto nell'agire diversamente dal dovuto.

Puoi indicarmi qualcuno che dia un giusto valore al suo tempo, e alla sua giornata, che capisce di morire ogni giorno? Ecco il nostro errore: vediamo la morte di fronte a noi e invece gran parte di essa è alle nostre spalle; appartiene alla morte la vita passata. Dunque, Lucilio caro, fai quel che mi scrivi: metti a frutto ogni minuto; sarai meno schiavo del futuro, se ti impadronirai del presente.”

In queste lettere, Seneca offre saggi e consigli sulla vita quotidiana basati sulla filosofia stoica. Discute l'importanza di accettare il presente, affrontando le sfide con equanimità e vivendo in accordo con la ragione.

Il tempo non torna più - Fiorella Mannoia

Spesso le nostre giornate si complicano
mentre le perplessità rimangono qui

E ci si sposta lontano

in un orizzonte più strano

E i conti già fatti non tornano mai

No il tempo non torna più

e ieri non eri tu

oggi chi sei?

Cos'è che cambia la vita in noi?

E quello che adesso hai

domani non lo vorrai

Spesso le nostre coscienze ci mormorano

frasi che poi nascondiamo dentro di noi

e ci sentiamo colpiti

per come veniamo cambiati

parole nascoste non escono mai

No il tempo non torna più

e forse rimani tu con quello che hai

cos'è che grida nascosto in noi?

stanotte non dormirai

ma non capirai

No il tempo non torna più

e ieri non eri tu

oggi chi sei?

Vedi il tempo non torna più

No il tempo non torna più

vedi il tempo non torna più

No il tempo non torna più

Iscrizione sul muro della casa dei bambini - Calcutta

Trova il tempo di pensare

Trova il tempo di pregare

Trova il tempo di ridere

È la fonte del potere

È il più grande potere sulla Terra

È la musica dell'anima.

Trova il tempo per giocare

Trova il tempo per amare ed essere amato

Trova il tempo di dare

È il segreto dell'eterna giovinezza

È il privilegio dato da Dio

La giornata è troppo corta per essere egoisti.

Trova il tempo di leggere

Trova il tempo di essere amico

Trova il tempo di lavorare

È la fonte della saggezza

È la strada della felicità

È il prezzo del successo.

Trova il tempo di fare la carità

È la chiave del Paradiso.

Quanto pensi che il tuo passato impatti sul tuo presente?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Vivi il momento presente

C'era una volta un re che aveva passato tutta la vita a far guerre e ad ingrandire il suo regno. A sessant'anni si rese conto che non aveva imparato molto sulla vita e sul senso dell'esistenza. Convocò tutti i suoi ministri e consiglieri ed ordinò loro: "Prendete tutto il denaro dei miei forzieri e andate ai quattro angoli del mondo alla ricerca dei libri di sapienza; vorrei finalmente conoscere la vera saggezza della vita." I consiglieri presero diversi sacchi d'oro e si spostarono verso tutte le direzioni della terra. Tornarono dopo sette anni spingendo quaranta cammelli carichi di ogni sorta di libri grandi e piccoli. Una vera montagna di libri rari.

Vedendoli, il re esclamò:

"Ho sessantasette anni, non avrò mai il tempo di leggere tutti questi libri. Fatemi un riassunto di tutto!" Furono convocati i più abili letterati del mondo che si misero al lavoro e dopo sette anni consegnarono un ottimo riassunto di tutto quel tesoro di sapienza. Ma il riassunto equivaleva ancora al carico di sette cammelli. "Ho già settantaquattro anni!" disse il re, "Non ho il tempo di leggere tutto. Riassumete ancora!"

Si fece il riassunto del riassunto. Ci vollero altri sette anni, al termine dei quali i saggi si ritrovarono con il carico di un solo cammello. "Ho passato gli ottanta anni!" disse il re, sempre più debole, "I miei occhi sono molto stanchi. Non riuscirei mai a leggere questi libri. Riassumete ancora!" I saggi si rimisero a lavoro e per sette anni ancora lavorarono giorno e notte. Il risultato fu un solo libro. Un libro che conteneva tutta la saggezza della terra.

In quel momento, un valletto si precipitò dai saggi: "Presto, portate il libro al re. Sta morendo!" Il re aveva ormai ottantotto anni e agonizzava nel suo letto. Il più dotto dei saggi avvicinò il suo volto a quello del re che in un debole soffio gli mormorò: "Per favore, riassumi in una sola frase tutto il sapere, tutta la saggezza del mondo..." Eccola, sire: "Vivi il momento presente."

Genesi 15, 1-6

¹ Dopo questi fatti, la parola del SIGNORE fu rivolta in visione ad Abramo, dicendo: «Non temere, Abramo, io sono il tuo scudo, e la tua ricompensa sarà grandissima». ² Abramo disse: «Dio, SIGNORE, che mi darai? Poiché io me ne vado senza figli e l'erede della mia casa è Eliezer di Damasco». ³ E Abramo soggiunse: «Tu non mi hai dato discendenza; ecco, uno schiavo nato in casa mia sarà mio erede». ⁴ Allora la parola del SIGNORE gli fu rivolta, dicendo: «Questi non sarà tuo erede; ma colui che nascerà da te sarà tuo erede». ⁵ Poi lo condusse fuori e gli disse: «Guarda il cielo e conta le stelle se le puoi contare». E soggiunse: «Tale sarà la tua discendenza». ⁶ Egli credette al SIGNORE, che gli contò questo come giustizia.

*Benedirò il Signore in ogni tempo,
sulla mia bocca sempre la sua lode.*

(Salmo 34: 2)