

Estate, tempo di relazioni autentiche



fra **Massimiliano Patassini**
direttore

Nella nostra vita, uno degli aspetti che spesso trascuriamo, ma che è di fondamentale importanza, è il riposo. Il tempo estivo è occasione per questo: spesso le ferie più lunghe sono proprio in questo periodo. Eppure sempre, durante tutto il corso dell'anno, c'è bisogno di fermarsi per recuperare le forze fisiche, mentali e spirituali. Anche nella Bibbia il riposo è prezioso, persino Gesù invita a viverlo: si vede, ad esempio, quando accoglie i suoi apostoli di ritorno da una predicazione che li aveva molto impegnati e appassionati, al punto che raccontano quanto è accaduto loro e non hanno nemmeno tempo di mangiare. In quell'occasione, Gesù dice loro: «Venite in disparte, voi soli, in un luogo deserto, e riposatevi un po'» (cfr. Mc 6,30-32). Prendere del tempo per sé toglie dalla frenesia alla quale spesso siamo costretti dalle attività in cui siamo coinvolti: è un lasciare momentaneamente la folla, l'intreccio di tante relazioni in cui siamo immersi, per stare un po' in disparte.

È la solitudine, quindi, la chiave del riposo? Dipende da com'è vissuta. Spesso la solitudine fa emergere i nostri «fantasmi», quei pensieri che ci assillano e non ci fanno stare bene; e così, per riparare, cerchiamo di riempire quel tempo con altro. Tante volte, il nostro modo di riposare o di rilassarci consiste nel metterci davanti a uno schermo e guardare un programma televisivo o controllare i nuovi contenuti nel nostro social preferito. Se una volta quest'attività era limitata (solo un certo numero di canali, internet lento e non disponibile ovunque), oggi le possibilità sono infinite, i contenuti a disposizione inesauribili. Il risultato è che tutto questo ha l'effetto di distrarci o, ancor di più, di riempirci senza mai soddisfarci appieno. Ad esempio, un'abitudine che sempre più si sta diffondendo è quella di guardare lo smartphone prima di andare a dormire: solo qualche minuto, ci diciamo, ma poi passa un sacco di tempo. Eravamo magari partiti dall'idea: «Ora mi rilasso un po'», ma abbiamo davvero ottenuto ciò che volevamo? In realtà, spesso succede che

Siamo fatti per vivere in relazione, il nostro cuore è inquieto finché non riposa in un altro cuore. Il tempo di vacanza ci aiuti a sperimentarlo.

con questa abitudine riempiamo il nostro tempo facendoci un po' ingannare dalle false promesse che i social, silenziosamente, ci fanno: qui trovi tutto ciò che cerchi in termini di relazione con gli altri, di notizie, di curiosità... Alla fine, però, siamo più soli di prima, e le promesse fatte vengono rinviate a un futuro che non sappiamo quando mai si realizzerà; ciononostante, questo basta per farci tornare di nuovo, anche la sera dopo, alla stessa abitudine. È riposante tutto questo? No, in realtà stanca ancora di più e ci impoverisce relazionalmente. Dove, allora, trovare riposo? Forse ritornando a delle abitudini più semplici, come possono essere gustare la bellezza della natura o la compagnia di una persona amica. Certo, queste azioni ci chiedono l'impegno di uscire dal nostro comfort, forse di faticare anche un po' fisicamente, ma ci rigenerano, ci fanno trovare un riposo di cui abbiamo bisogno: un luogo, una persona con cui posso stare semplicemente, senza dover provare chissà cosa.

In realtà, riposo fisico e riposo spirituale sono strettamente collegati, dal momento che la persona umana è unità di corpo e anima. Eppure la Bibbia è perentoria per quanto riguarda il riposo dell'anima: «Solo in Dio riposa l'anima mia» dice il Salmo 62, e anche sant'Agostino, in una celeberrima frase delle *Confessioni*, ribadisce il concetto: «Ci hai fatti per te, o Signore e il nostro cuore è inquieto finché non riposa in te». In conclusione, noi siamo fatti per la relazione concreta, viva, e il nostro cuore è sempre inquieto, desidera riposarsi in un altro cuore. Il tempo di vacanza possa essere occasione per sperimentare questo! **M**