

Rallenta, riprenditi il tuo tempo

Pubblicato: Mercoledì 9 Marzo 2016



*Approfittando delle prime anticipazioni sugli eventi in programma in occasione della Giornata mondiale della Lentezza, rilanciamo questo augurio (in realtà si tratta di una lettera per le festività di Natale, ma il contenuto è sempre attuale) che **Luigi Rutigliani**, docente dell'**Istituto Gadda Rosselli di Gallarate** ci ha segnalato e ha voluto condividere con tutti i lettori:*

Stavo impazzendo per trovare un'ispirazione per gli auguri di questo anno, quando ho rimesso mano ai miei vecchi dischi 45 giri che mia mamma e mio papà mi compravano durante la mia infanzia. Ho iniziato a metterli nel giradischi e mi sono dedicato un po' di tempo per ascoltarli mentre affioravano in me, insieme alle difficoltà di quegli anni, i miei cari ricordi, il tutto, non nego, accompagnato da qualche lacrima.

Ho ripercorso i 40 anni della mia vita e non ho potuto fare a meno di guardare e pensare ai miei figli, Lorenzo e Simone, ormai adolescenti.

Mi son chiesto: "Ho dedicato loro il tempo necessario? Si ricorderanno di aver avuto accanto, in tanti momenti della vita, il loro papà?"

Mi sono sentito un nodo alla gola perché ho realizzato che il tempo corre inesorabilmente ma, peggio, noi oggi lo acceleriamo ancora di più.

Seneca diceva: "La vita non è breve ma lunga. Siamo noi che la bruciamo"

La peggior parolaccia che noi adulti diciamo è proprio "non ho tempo".

Allora mi permetto di prender spunto dal Comandamento "Ricordati di santificare le feste" e dalle parole di Roberto Benigni, nel farne una sua personale esegesi "il riposo fa parte del lavoro e il rombo della creazione sfocia nel silenzio del sabato. Il senso del tutto è nel silenzio. Pensate oggi quanto ce ne sarebbe bisogno: siamo tutti sempre connessi con tutto il mondo, ma disconnessi con noi stessi. Nessuno ha più il coraggio di rimanere da solo con se stesso. Ma i comandamenti ci dicono di fermarci: siamo andati talmente di corsa con il corpo, che la nostra anima è rimasta indietro. Fermiamoci altrimenti l'anima ce la perdiamo per sempre!".

Occorre combattere contro il dominio della velocità, colpevole di tanti mali diffusi, di stress, di insoddisfazione, di infelicità e di tensioni.

Andare di fretta, mangiare di fretta, vivere di fretta... una frenesia che ci porta a non saper più godere e gustare la vita, le esperienze e le persone ma solo consumare senza trarne felicità.

Ti dico allora: "**RALLENTA e FERMATI**" dedicati "all'otium".

"In effetti se c'è una cosa di cui avrebbero bisogno i ragazzi di oggi, strizzati tra mille impegni come dei manager in carriera, sarebbe un momento della giornata destinato al dolce far nulla" (Gramellini, La Stampa 25/11/2015)

Evviva!! starai pensando. Ora potrò dire ai miei, che il prof ci dice di non far nulla!

Freno subito il tuo entusiasmo perché, se è vero che l'otium può essere inteso come "non far nulla", in realtà esso invita, esorta a smettere di fare le cose che ci chiedono gli altri, la vita, il mondo, il lavoro, la scuola gli insegnanti, i genitori, per far qualcosa, finalmente, per noi stessi, ciò che ci piace, che desideriamo oppure anche solo per sognare, pensare, valutare la vita che stiamo vivendo e come la stiamo costruendo.

Ecco, questo è il momento storico perfetto per recuperare calma: per non fare altri errori, per scegliere cosa ci piace di più, per andare in "profondità" nella vita.

Trovare uno spazio di solitudine, di tranquillità. Non per isolarsi dagli altri ma per permettere che essi,

con le loro vite, entrino a far parte di noi.

Le relazioni profonde richiedono tempo.. riprendi, riappropriati del tempo.

Dedica tempo, trascorri del tempo con i tuoi genitori, i tuoi fratelli, i tuoi nonni, i tuoi amici, i tuoi libri, i tuoi luoghi, i tuoi film, la tua musica, la tua poesia, la tua arte, le tue passioni, la tua preghiera... chiama o vè a trovare persone care a cui "non hai avuto tempo" di pensare durante l'anno.

Dedichiamo anche un po' di tempo agli altri: a chi è più sfortunato, a chi sappiamo esser solo o in difficoltà di ogni sorta.

Non è ipocrisia o opportunismo ma ricreare le condizioni perché le relazioni umane ritornino a prender vita e magari anche la fede e la speranza.

Dunque il mio augurio di questo anno è proprio di rallentare, di fermarti.

Così come la tartaruga, anche tu devi saper far tesoro della sofferenza e accorgerti che è la fretta che ti impedisce di godere della bellezza del mondo e della vita e tornare a riscoprire il suo valore, quello che veramente conta in essa e riprendere così a vivere felice, circondato dai tuoi più cari affetti.

i miei migliori auguri con un grosso ABBRACCIO per un Santo Natale

ed un "lento" anno nuovo

*La tartaruga, un tempo fu, un animale che correva a testa in giù
come un siluro, filava via, che ti sembrava un treno sulla ferrovia
Ma avvenne un incidente, un muro la fermò
si ruppe qualche dente e allora rallentò.*

*La Tartaruga, da allora in poi, lascia che a correre pensiamo solo noi
perchè quel giorno, poco più in là, andando piano lei trovò la FELICITA'
(Bruno Lauzi, La Tartaruga, 1975)*

Luigi Rutigliani

di [m.c.c.](#)