

Le virtù minori

La pazienza

Roberto Roveran

In base ad una recente ricerca inglese è stato calcolato che - sia si tratti di aspettare il proprio turno in posta o al ristorante - in media si perde la pazienza dopo 8 minuti e 22 secondi. Un tempo di attesa che - per ben 7 persone su 10 - scende drasticamente a poco più di un minuto per il download delle pagine Internet o per la partenza in ritardo dell'auto davanti alla nostra al semaforo.

Altrettanto dicasi della scarsa capacità di tolleranza reciproca: nelle riunioni di condominio, alle partite di calcio, nei talk-show televisivi...

Ma soprattutto ci scopriamo assai deboli in fatto di pazienza davanti alle contrarietà della vita e nelle relazioni intime. In ultima analisi: insofferenti al dolore e all'amore. È esperienza comune, per chi lavora con le coppie e famiglie, notare un'impennata di richieste d'aiuto proprio subito dopo la fine delle ferie: un tempo di prolungata vicinanza non diluita dal ritmo del lavoro fa emergere più un fretta l'intolleranza fra i coniugi e con i figli.

Ad ogni livello relazionale, pazienza significa apertura alle abitudini e anche ai difetti dell'altro, sia esso il partner o il figlio, il vicino di casa o il collega di lavoro.

Il dialogo in famiglia si fonda sull'amore ma anche sulla pazienza. L'amore dà il via al dialogo ma a tenerlo vivo nel tempo è anche la pazienza, non intesa come sopportazione rassegnata ma come capacità di andare al di là del proprio ruolo per cercare di capire i sentimenti di chi ci sta di fronte. Non si può pretendere di riscoprire, ogni mattina, il volto dell'altro come se fosse il primo giorno: con il tempo ci facciamo una immagine interiore dell'altro e quella rimane invariata anche se, nel frattempo, l'altro cambia. Perché la relazione si sviluppi, ognuno dei partners deve permettere alla novità e al mistero dell'altro di rimettere in causa le immagini interiori che nel tempo si sono cristallizzate.

Signori del tempo

Il tempo: ecco il primo ostacolo alla pazienza. «Non ho tempo», «non c'è il tempo», «ci vediamo così poco»... è una delle lamentele più frequenti dei genitori. Salvo, poi, accorgersi, che dietro a tanto assillo non c'è la costanza richiesta dalle responsabilità per gli impegni da onorare ma la furia, vissuta però come segno

opposto, di responsabilità, appunto. Andare in fretta ci dà il senso di responsabilità e di competenza anziché di alienazione, tanto è vero che quando sulla nostra strada incontriamo un vecchio o un bambino che vanno lenti, li sentiamo un intralcio e fuori dal circuito della vita.

Si racconta di un gruppo di trasportatori messicani che portavano a spalla varie apparecchiature per alcuni studiosi che dovevano fare ricerche in luoghi poco accessibili. Ad un certo punto si fermarono tutti assieme, senza dire nulla. Gli scienziati si stupirono, poi si irritarono, quindi si infuriarono: bisognava andare avanti, non perdere tempo! I messicani, invece, sembravano in attesa di qualcosa. Poi, d'un tratto, si rimisero di nuovo in cammino. Uno di loro spiegò agli scienziati che cos'era successo: «Eravamo andati troppo veloci e ci eravamo lasciati indietro l'anima. Ci siamo fermati per aspettarla». Chi di loro è il signore del tempo? Lasciando indietro l'anima, trasportare le cose diventa più gravoso.

Riprendersi l'anima

L'eccessiva accelerazione toglie il diritto di avere un'anima.

I bambini devono crescere in fretta: devono imparare a camminare e a parlare in fretta, socializzarsi alla svelta, apprendere subito, arrangiarsi in fretta. Se uno di loro si attarda nel mondo della fantasia o anziché interagire (cioè dominare) con gli altri bambini dell'asilo se ne sta per conto proprio, i genitori - allarmati - lo portano dallo psicologo per sospetto di depressione o disadattamento. Viene tolto il diritto alla fantasia e alla solitudine. Anche lui, da adulto, dovrà prendere il treno ad alta velocità e sarà strano se prendesse l'accelerato per gustarsi il paesaggio dal finestrino. Così per i computer: sempre più veloci; per gli acquisti (in Internet trovi quasi tutti i libri che vuoi in un attimo ed entro due giorni te li portano a casa perdendo così il piacere di visitare una libreria); per gli oggetti di consumo prodotti in nuove versioni a ritmi sempre più rapidi per aumentare i profitti (persino alle medicine le ditte farmaceutiche cambiano faccia, cioè colore della scatola così che la gente le prende per nuove), Conta più la serialità delle proposte che la loro serietà. Attività inutili come chiacchierare, trovarsi in piazza, perdere tempo in compagnia sono scoraggiate. Oggi non possiamo permetterci di sbagliare i primi cinque minuti di un incontro. Si bruciano i preliminari, e quindi va in crisi (oltre che la tenerezza) la pazienza di trovare il modo giusto di stare in un mondo percepito come buono e come giusto.

Non è, tutto questo, il regno della aggressività? La fretta calpesta alcuni nostri diritti fondamentali.

La patologia del tempo

«Mia madre è quel tipo di donna che appena rientra a casa sviene sul divano e prima di riprendersi resta collassata per un'ora». Riflettiamo un attimo. C'è modo e modo di vivere l'attimo presente: come collasso o come punto di congiunzione (non a caso l' «oggi» e l' «ecco» sono categorie evangeliche molto ricche dal punto di vista cristiano). Viviamo fra passato, presente e futuro e garantire la continuità fra

i tre tempi é essenziale alla stima di noi stessi (dover tagliare con qualcosa che fu nostro e ora da rinnegare é un lutto piuttosto doloroso). Il momento presente, intermedio fra ciò che é stato e ciò che sarà, è l'elemento di congiunzione. Riceve informazioni dal passato e le sviluppa, rielabora, arricchisce in vista di un progetto che sarà. In questa continuità, il presente del divano é un momento di ricerca di senso in ciò che fu (mi guardo indietro) e anticipazione di ciò che sarà (guardo in avanti). È come il crepuscolo che riassume la giornata appena trascorsa e anticipa il domani. Ci si distende sul divano, come momento di sospensione, ricco di memoria e di attesa. Per quella madre, invece, il momento presente è l'esito di un terremoto appena passato e buio della notte che avanza.

La pazienza rallenta il tempo («dà tempo al tempo») e ricongiunge le sue tre fasi, ridando il controllo della vita. È un espediente molto utile, soprattutto per padroneggiare quegli eventi che ci capitano indipendentemente dalla nostra volontà, quelli che ci sembrano impossibili da superare ma sono anche impossibili da rifiutare. Esattamente l'opposto della «rimozione forzata» di tutto ciò che procura sofferenza.

Tre baffi di pazienza

In Etiopia due vedovi ancora giovani si incontrano, si vogliono bene e decidono di sposarsi. L'uomo però ha un figlio piccolo, ancora molto triste per la morte della mamma. Questo bambino è ostile verso la sposa del babbo, non la accetta come nuova mamma. Lei gli prepara pietanze squisite, gli cuce vestiti speciali, cerca di essere sempre gentile, ma lui la rifiuta. Allora lei va dallo stregone e gli chiede cosa può fare per essere accettata come madre. Lo stregone le dice: «Ritorna da me e portami tre baffi di leone». La donna è incredula perché non sa come fare per prendere i tre baffi senza essere divorata. Comunque cerca un leone e dopo un po' di tempo lo trova. All'inizio si tiene lontana per paura. Lo osserva a lungo da una certa distanza. Il leone un po' c'è e un po' non c'è. Ci vogliono lunghe attese e appostamenti. Poi la donna decide di portargli della carne da mangiare. Sempre ad una certa distanza, ma meno di prima, gli lascia il cibo e si allontana. Ogni giorno fa la stessa cosa. A poco a poco la belva si abitua finché la donna entra a far parte della sua vita. Alla fine il leone si mostra tranquillo, ormai sa che da lei può aspettarsi solo cose buone. E lei ha meno paura. Un giorno, quando il felino è addormentato, gli toglie i tre baffi senza che neanche lui se ne accorga. La donna non ha più bisogno di ritornare dallo stregone. In questi mesi è cambiata. Ha capito che ci vuole una pazienza infinita. Con il bambino fa come con il leone. Aspetta con fiducia e si avvicina a lui a poco a poco, rispetta i suoi tempi e i suoi spazi, senza invaderlo, ma anche senza trascurarlo. Alla fine arriva al suo cuore e il bambino finalmente l'accetta come mamma.

La pazienza non è una virtù passiva come la rassegnazione e l'apatia, ma un atteggiamento saggio e costruttivo che diventa sorriso benevolo, accoglienza positiva, sguardo amorevole, porta che si apre all'incontro e alla comprensione, ponte per mettere in collegamento anime turbate, strategia semplice per avvicinarsi al disagio di chi ci sta di fronte e stemperarlo in quell'abbraccio interiore che scioglie i reciproci sospetti e rende possibile proseguire il dialogo. È Dio che ci insegna l'arte della pazienza attraverso alcune pagine evangeliche mirabili come la parabola del padre che attende con fiducia il ritorno del figlio o del padrone che lascia crescere grano e zizzania. Tutti possiamo imparare la pazienza da Dio che fa sorgere il suo sole sopra i giusti e gli ingiusti e fa piovere sui cattivi e sui buoni.

Di qui alcuni accorgimenti pratici:

- *Non fare sforzi inutili*: di fronte alle difficoltà non intestardirti, ma fermati e attendi con calma l'occasione giusta.
- *Non fissarti su un unico obiettivo*: avere una meta è giusto, ma il percorso può essere diversificato.
- *Non angosciarti nello scegliere*: se non sei ancora pronto per il domani, impegnati in quello che stai facendo oggi.
- *Rinuncia a voler cambiare le persone*: accetta che l'altro sia diverso da te e che non diventerà mai come tu lo vuoi; non esasperarlo con obiettivi irrealistici.
- *Riscopri i lati inediti di te*: il fallimento è una spinta a darti una seconda possibilità riscoprendo capacità e talenti nascosti.
- *Concediti del tempo*: puoi cominciare a dedicarti alla cucina più a lungo, evitando i cibi congelati, cotti al volo al microonde; poi proseguire spegnendo la televisione per ricominciare ad ascoltarsi e a parlare, a tavola; dedicare una giornata alla settimana ai nonni, tollerando il rallentamento naturale delle loro abitudini o ai più piccoli...
- *Racconta a qualcuno quello che hai dentro*, di bello o di dolore, invece che nascondere dentro di te sperando che scompaia.
- *Prova ad aspettare con calma* tuo figlio che fra poco ritorna a casa, dimenticando quello che hai da chiedergli ma proponendoti di chiedergli come è andata la *sua* giornata.
- Con i tuoi figli più piccoli *prova a restare fermo nei tuoi no*, e se loro rispondono con dei no, resta fermo nel contenuto e simpatico nella forma.