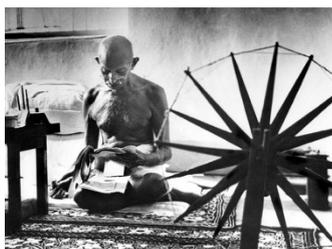


Arcolaio (charkha)



Il messaggio del charkha è molto più ampio della sua circonferenza. Il suo è un messaggio di semplicità, di servizio all'umanità: vivere in modo da non ferire gli altri, creando un indissolubile legame fra il ricco e il povero, fra capitale e lavoro. Poiché ogni giro della ruota fila pace, buona volontà e amore."

Diventare pacifici per chiedere pace (don Lino d'Onofrio - presbitero della diocesi di Nola)

La pace non può essere semplicemente una questione intorno a noi, né la si ottiene attraverso una attenta strategia di alleanze da far funzionare al meglio, c'è invece la necessità di diventare pacifici per poter vedere segni di pace e poterla vivere. Vivere in pace significa vivere in armonia: con se stessi, con la propria esistenza, con gli altri, con tutte le realtà con cui ci si relaziona. Si tratta di avviare un processo su due versanti, uno interno e l'altro esterno.

Esternamente, vivere in pace ci permette di rispettarci e di amarci a vicenda sapendo coniugare le nostre differenze culturali, religiose e politiche. Internamente dobbiamo prendere contatto con la paura che ci portiamo dentro e capire che è da quella paura che nascono molti dei nostri atteggiamenti e impulsi violenti. Non è salutare continuare a non dirci la rabbia che proviamo, dobbiamo piuttosto prenderne coscienza così da far placare quegli atteggiamenti violenti che talvolta danno buio ai nostri giorni e alle nostre relazioni, dobbiamo educarci ad un'esistenza pacifica per vivere nel quotidiano un'esperienza di pace.

Come fare per attuare questa pacificazione, da dove partire? Certamente è essenziale capire che noi siamo gli unici responsabili dei nostri cambiamenti, i soli che possono decidere di cambiare stili di vita e intraprendere cammini in cui tolleranza e moderazione, amore alla vita e non violenza diventino i quattro punti cardinali per un'esistenza pacifica e pacificante. La proposta è riflettere su otto passaggi della nostra vita che appartengono al mondo del sentire e del comunicare.

L'ascolto

Il primo atteggiamento da coltivare è l'ascolto. Quando ascoltiamo gli altri lo facciamo pensando che siano alla ricerca di consigli, mentre - il più delle volte - sono alla ricerca di chi impegni il proprio tempo ed il proprio cuore ad ascoltarli. Frequentemente commettiamo l'errore di partire dal presupposto di avere una totale comprensione dei problemi che qualcuno sta affrontando, ma in genere non è così, questo accade perché spesso filtriamo le loro difficoltà attraverso la nostra esperienza. È bello piuttosto rispettare l'intelligenza dell'altra persona ed essere lì per lei, invece di provare a imporre la nostra esperienza come se fosse la risposta giusta per chiunque.

Questo è un primo gesto di pace, dove non viene coltivato il risentimento, dove è messo in luce il rispetto, la non banalizzazione del punto di vista dell'altro, si pone fiducia nell'intelligenza di chi ci sta di fronte che a sua volta si sente rispettato e accolto. Mettiamo da parte quel senso di controllo che vogliamo avere sulle situazioni e sugli altri. Nelle relazioni, l'approccio manipolatore ci mette in conflitto con loro. Dobbiamo educarci a sostituire la voglia di controllare con un approccio ampio, fondato sull'amore nei confronti degli altri, che accoglie le loro mancanze e differenze, piuttosto che marcarle, ed è questa la strada per una vita pacifica.

Bisogna che ci rieduchiamo al colloquio, la chiarezza del messaggio è sempre vitale per assicurare la pace, giacché il conflitto sorge dalle incomprensioni. Quando comunichiamo, cerchiamo di evitare

di dare ordini, fare del moralismo, esigere, minacciare o punzecchiare eccessivamente la gente con le domande volte a strappare troppe informazioni. Ognuna di queste forme di comunicazione farà innalzare la soglia del conflitto con chi sente che stiamo cercando di controllare invece di parlare sentendoci sullo stesso livello.

Cerchiamo l'amore gratuito, non di controllare gli altri. Praticiamo l'ascolto riflessivo. La lingua parlata è imprecisa e le persone sotto stress dicono spesso cose che non corrispondono a quello che vorrebbero dire. Ascoltare è andare oltre le parole, è vedere, attraverso le parole, quello che la persona veramente è. Smettiamo di analizzare le persone soltanto dalla nostra prospettiva ed iniziamo a provare a scavare in quello che l'interlocutore sta dicendo e vuole davvero dire.

La moderazione

È bello nella vita avere convinzioni, ma questa forza non deve necessariamente diventare una 'forza d'urto'. Accettiamo il fatto che i principi, la fede, le passioni e le opinioni proprie si trovano tra altri principi, fedi, passioni e opinioni nel mondo. Seguiamo un'etica di moderazione che dia valore alla dignità e ai valori umani; seguiamo quella che viene definita 'la regola d'oro', ossia tratta gli altri come vorresti che trattassero te.

Moderiamo le nostre convinzioni assolute, cercando di essere sempre pronti a metterci in discussione e a riflettere, questo ci permetterà di radicarle di più ma anche di non farle diventare idoli per la nostra stessa esistenza. Coltiviamo sano senso dell'umorismo. Lo humor regala un fascino disarmante a colui che ama la pace; alcuni fanatici non scherzano mai perché sono eccessivamente occupati dal prendere se stessi e la loro causa troppo sul serio, diventano rigidi e scostanti. L'umorismo ci consente di rilassare la tensione e di smascherare le tendenze repressive del pensiero non educato all'incontro.

La tolleranza

Siamo tolleranti. La tolleranza in tutto quello che pensiamo e facciamo segnerà una grande differenza nella nostra vita e nelle vite di coloro che ci circondano. Partiamo col considerare gli altri come esseri umani interessanti, speciali e affettuosi, c'è qualcosa di più oltre la loro spavalderia, la loro rabbia e il loro tormento; iniziare a pensarli così può apportare un grande cambiamento in meglio e incoraggerà gli altri a mettere in luce il meglio di sé e a coltivare le parti positive della loro esperienza, se tu cambi la tua prospettiva anche gli altri lo faranno.

La tolleranza nei confronti degli altri comporta l'apprezzamento della diversità, della pluralità, se non riusciamo a tollerare finiamo per entrare nel territorio della discriminazione, della repressione, della disumanizzazione e, in ultima istanza, della violenza. Praticare la tolleranza è il fulcro di una vita trascorsa in pace.

La pacificazione

Sii pacifico. Gandhi disse: «Ci sono molte cause per le quali sono disposto a morire ma nessuna causa per la quale sono disposto a uccidere». Una persona pacifica non usa la violenza contro un'altra. Per quanto il mondo sia pieno di violenza, dipende da noi la scelta di non lasciare che la morte e gli omicidi siano parte della nostra filosofia di vita.

Essere pacifici significa essere in grado di agire con compassione verso coloro che sono violenti. Persino i criminali meritano di sapere come funziona la compassione, anche se, quando una società incarcera, tortura e consente la violenza nelle prigioni e nei cuori, noi, che vi apparteniamo, siamo assimilati e subiamo la negatività di chi professa questa logica e attua questa pratica. Non esistono conflitti 'per una ragione giusta', la violenza non è voluta neanche da coloro che ne restano coinvolti. Cerchiamo di dimostrare (non solo di esprimere a voce) i principi di una società giusta e leale e, da qui, diamo il buon esempio. Scegliamo di circondarci di immagini, musica e persone pacifiche.

La riflessione

Riflettere è importante: vengono date molte risposte affrettate e sgradevoli perché non si dedica del tempo a pensare a tutte le questioni e a tutte le possibili angolazioni. Se qualcuno ci ferisce fisicamente o emotivamente, non reagiamo con rabbia o violenza. Fermiamoci e pensiamo. Decidiamo di rispondere pacificamente. Allontanati dalla situazione che ci ha portato alla confusione e all'incapacità di riflettere, se ci diamo gli spazi giusti, avremo tempo per superare i sentimenti iniziali di rabbia e rimpiazzarli con delle soluzioni ponderate. Talvolta dovremmo prendere in considerazione il fatto che anche la 'non risposta' entra nel linguaggio della comunicazione e che i silenzi o le assenze, di persone o di reazioni, parlano.

La misericordia

Cerchiamo il perdono, non la vendetta, superiamo la giustizia con la misericordia per trovare una vita pacifica. Quando sentiamo l'obbligo di ferire un'altra persona per un'offesa percepita alla nostra reputazione o perché avvertiamo che le sue azioni si meritano una reazione equamente ripugnante, perpetuiamo la rabbia, la violenza e il dolore. Tutto questo non ci porterà che a vivere nel passato, in ciò che in quella dimensione ci è stato tolto, quello che poteva essere il futuro se non ci fosse stata quella mancanza. Resteremo bloccati per sempre in quella dinamica. Viviamo nel presente, non nel passato. Il perdono ci permette di vivere nel presente, per guardare al futuro, e di lasciare un poco alla volta il passato alle spalle. Il perdono è la vittoria definitiva, perché ci consente di godere di nuovo della vita facendo pace con il passato. Il perdono ci solleva e ci libera dal risentimento. Seppure sentissimo che non è possibile perdonare, non ci sono scuse per la violenza. Piuttosto, prendiamo le distanze e siamo migliori di questa persona.

La felicità

Viviamo provando felicità. La gioia porta pace nell'esistenza perché si è sempre preparati a vedere cosa gli altri e il mondo hanno di buono, e ad essere grati per le sorprese della vita. Non pensiamo di non meritare la felicità: preoccuparsi di come si viene percepiti dagli altri, quando si è felici, e temere la possibile tristezza che può sopravvenire, quando la felicità finisce, rappresentano degli schemi di pensiero negativi che possono minare la ricerca della felicità nella propria vita. Facciamo quello che amiamo. La vita non è solo lavoro. Scegliamo di vivere una vita pacifica e sostenibile.

Il cambiamento

Ciascuno dovrebbe avvertire con urgenza di confrontarsi con queste suggestioni: sii parte del cambio che vuoi vedere nel mondo; cambia te stesso. È dentro di te che devi fermare la violenza e diventare pacifico. Facendo in modo di non ferire gli esseri viventi e di vivere pacificamente, prima cambia te stesso, e poi cambia il mondo; sentiti parte della soluzione.

Sii una persona che ama ogni essere umano per quello che è davvero; fai sentire la gente a suo agio intorno a te, consenti a tutti di essere se stessi quando sono insieme a te; assumi un impegno, discuti con le altre persone di come vedono la pace. Condividi delle idee su come creare un mondo più pacifico e sui modi per abbracciare le differenze senza causare conflitti; fai dei sacrifici per aiutare gli altri. La causa nobile più grande è mostrare il tuo desiderio di portare la pace nel mondo facendo dei sacrifici, non usando quelli di coloro che si oppongono alle tue opinioni. Conquista i cuori degli altri mettendo in rilievo il fatto di essere disposto a servire per cause più grandi di te. Almeno, considera il volontariato; porta l'armonia nel mondo promuovendo l'amore e la pace per tutto e per tutti. Il tuo input individuale conta.

Infine... Amplia la tua comprensione della pace. Sei libero di scegliere il tuo cammino. Procedi con la pace. Continua a imparare. Condividi quello che hai imparato con gli altri e diffondi la conoscenza pacifica ovunque andrai nella tua vita. Dovendo fare i conti con la realtà, accettiamo il fatto che di fronte a questo modello di vita alcune persone non ci appianeranno la strada perché non riescono a facilitare nemmeno la propria vita. Esse vanno guardate con compassione, non temute o odiate, ma, comunque, non dobbiamo ballare al ritmo della loro musica o frequentarle.

Educazione, fermezza e gentilezza con loro, questo rende credibile ciò in cui crediamo.



**Figura di riferimento:
MAHATMA GANDHI (1869-1948)**

Mohandas Karamchand Gandhi viene ampiamente riconosciuto come uno dei maggiori leader politici e spirituali del ventesimo secolo. Onorato in India come il padre della nazione, fu pioniere e praticante del principio del Satyagraha, ossia la resistenza alla tirannia tramite la disobbedienza civile non violenta delle masse. Mentre guidava campagne a livello nazionale per ridurre la povertà, garantire maggiori diritti alle donne, costruire l'armonia tra le religioni e le razze ed eliminare le ingiustizie del sistema delle caste, Gandhi applicò al sommo livello i principi della disobbedienza civile non violenta al fine di liberare l'India dalla dominazione straniera. Fu spesso incarcerato per le sue azioni, a volte per anni, ma ottenne il suo scopo nel 1947, quando l'India conquistò l'indipendenza dalla Gran Bretagna. A causa della sua levatura, ci si riferì a lui col nome di Mahatma, che significa "grande anima".

Lasciamoci interpellare dall'arte

*Vi proponiamo la visione di uno spezzone del film "Un sogno per domani".
Lo potrete trovare sul canale Youtube dell'Azione Cattolica di Bologna – Playlist "Schede Adulti"*

Preghiera (S. Francesco)

Oh! Signore, fa di me uno strumento della tua pace:

dove è odio, fa ch'io porti amore,
dove è offesa, ch'io porti il perdono,
dov'è discordia ch'io porti l'Unione,

dov'è dubbio fa' ch'io porti la Fede,
dove è l'errore, ch'io porti la Verità,
dove è la disperazione, ch'io porti la speranza.

Dove è tristezza, ch'io porti la gioia,
dove sono le tenebre, ch'io porti la luce.

Oh! Maestro, fa che io non cerchi tanto.
Ad essere compreso, quanto a comprendere.
Ad essere amato, quanto ad amare
Poiché:

Se è Dando, che si riceve.
Perdonando che si è perdonati;
Morendo che si risuscita a Vita Eterna.

Amen.