

(Allegato 5)

Raccontarsi per vivere di Enzo Biemmi

Chi si racconta vuol riprendere in mano il tempo e coniugare passato, presente e futuro. La fede cristiana è l'intreccio fra due racconti: quello della nostra esistenza quotidiana con la storia del Signore Gesù.

Prima o poi ci sorprendiamo tutti a «raccontare». Può essere una sera con gli amici davanti a un bicchiere di birra o di vino, nel corso di un incontro formativo, con una persona con la quale abbiamo confidenza. L'istinto narrativo ci abita e fa parte di noi, come l'aria che respiriamo e il cibo che mangiamo. Molti personaggi della politica, dello sport o dello spettacolo sentono un giorno il bisogno di scrivere la loro autobiografia. Che cosa c'è dietro questa esigenza tanto diffusa? Non è semplice desiderio di mettersi in mostra, né una sorta di «autocompiacimento narcisistico». E' che, con il racconto di sé a sé o di sé ad altri, noi ricuperiamo il gusto di vivere. Riprendiamo in mano il tempo e ne intuiamo il senso.

Tessitori di se stessi

Il narrare è proprio di una donna e di un uomo che stabiliscono con il tempo un rapporto sapienziale. Per chi racconta, il tempo non è un capriccioso procedere in balia del caso; né il rigido ripetersi dei cicli della storia («Non c'è nulla di nuovo sotto la luce del sole»); né il fluire della vita che obbedisce alla logica ascesa/declino, dentro un orizzonte di progressiva ed ineluttabile spoliazione di tutte le possibilità. Chi racconta sa coniugare uno sguardo al passato fatto di gratitudine, uno al futuro carico di speranza e uno al *presente* percepito come ricco di significato e come appello di responsabilità.

L'oggi di ciascuno recupera senso e serenità (pur non eliminando la fatica del vivere) se attinge a un passato reinterpretato e si staglia su un futuro immaginato. Sta qui l'unità di una persona.

Raccontare aiuta dunque ad amare la propria vita. Certo, la nostra storia avrebbe potuto essere migliore, con qualche spreco di meno e forse con una dose maggiore di responsabilità. Ma raccontare aiuta a fare pace, a godere della propria vita così come è stata, semplicemente perché è la propria, nei suoi risvolti più nobili e in quelli meno gloriosi, nelle sue conquiste e nelle sue fragilità. Raccontando così, noi impariamo a diventare «tessitori di noi stessi»(1).

Apprendere dai propri racconti

A quali condizioni i racconti ci danno vita, facendoci nascere a noi stessi? L'identità personale sta all'incrocio di due elementi: gli *avvenimenti* che ciascuno vive e l'*interpretazione* che dà alla sua storia. Ciò che fa l'unità di una vita non sono gli avvenimenti bruti (la serie dei fatti che succedono, banali o importanti che siano), ma l'interpretazione e il «senso» che diamo loro. E' a questi tre livelli che un uomo mette in gioco se stesso: il vissuto, il suo significato, il senso globale che la vita poco per volta lascia intravedere.

Il miglior modo per trovare il «senso» (come significato e come direzione) della propria esistenza è dunque di raccontarla. E` proprio del racconto far rivisitare i vissuti, ricuperarli come esperienza, far accedere al senso profondo di un'esistenza.

Un'esistenza, tre livelli

Presentiamo, ad uno ad uno, i tre livelli:

- *I vissuti*. La nostra vita è fatta di una serie di avvenimenti, di fatti. Ho risolto un problema; mi sono arrabbiata con mio marito; sto seguendo un corso; sono preoccupata per un esame; domenica faremo una passeggiata nei boschi. E` un primo livello, che possiamo chiamare fattuale. Consiste nel deposito del proprio vissuto, del quale gran parte passa inosservato, non coscientizzato.

- *L'esperienza*. Sotto i vissuti si nasconde un livello più profondo: il sollievo per aver risolto un problema, l'amarezza di una relazione che appare difficile, l'ansia per un impegno per il quale sembra di non essere all'altezza, il benessere che nasce da un tempo dedicato al riposo e alla natura. Essere contenti di sé, la gioia, la libertà e il benessere sono le sfaccettature del vivere; il malessere, la fatica, la tensione e il senso di una relazione minacciata sono le sfaccettature del morire. Noi siamo implicati a questo livello: il vivere e il morire, insiti in ogni aspetto del quotidiano. In ogni azione, anche la più banale, si nasconde il nostro bisogno di vita e la nostra paura di morire. Questo è appunto il livello dell'esperienza. Diventa esperienza quel vissuto che viene coscientizzato, lasciando emergere le domande di senso, legate al nostro bisogno di vita e misurate alla minaccia del morire.

- *Il senso*. E` qui che si affaccia l'esperienza religiosa, come apertura dell'uomo, come breccia che è allo stesso tempo invocazione e riconoscimento. Dentro le nostre esperienze di disagio, c'è sempre un appello, un grido, più o meno forte, lanciato a un interlocutore perché venga in soccorso. Dentro ogni esperienza di gioia, di libertà, di vita, dentro ogni relazione riuscita, c'è l'accento del riconoscimento di una Presenza che è a nostro favore. Grido e grazie, appello e riconoscimento, si nascondono nel cuore di ogni vissuto esplorato e costituiscono l'esperienza religiosa. Tale esperienza diventa cristiana quando, grazie alla testimonianza delle Scritture e di una comunità di fede, io do un volto a questa Presenza, riconosco un interlocutore a questo mio bisogno di vita: il Signore Gesù morto e risorto. Per dono, io riconosco che Colui che abita la mia esistenza e che tramite il dono del suo Spirito la conduce dalla morte alla vita, è il Signore Gesù.

Raccontando, dunque, l'uomo recupera se stesso, avvalora i suoi vissuti, si arricchisce di esperienza, ritrova senso e significato.

La fede cristiana: un intreccio di racconti

Ascoltare racconti, meditarli e regalarli ad altri è proprio della fede cristiana. Essa infatti non è un sistema religioso, né un codice morale di comportamenti, ma l'ininterrotto racconto (che fiorisce in canto di lode e in passione per la vita) per le meraviglie di Dio operate nella storia e compiute in Gesù di Nazaret, il figlio di Dio fatto uomo, morto e risorto perché la vita di ognuno sia portata a compimento. La memoria viva di questo evento è contenuta nelle Sacre Scritture, nelle quali le memorie di Dio raccontate e meditate nella fede si trasformano in inni di gioia, in canti di lode, in sapienza di vita, in orientamento del cammino.

Il credente mette pazientemente in rapporto la sua esperienza (i suoi vissuti meditati e coscientizzati) con le esperienze fondanti cristiane, contenute nelle Sacre Scritture e tramandate nella tradizione scritta e vivente della Chiesa.

Questa abitudine a correlare ogni giorno la propria vita con la parola di Dio permette di scoprire progressivamente dei legami, di stabilire ponti che aprono significati e, poco per volta, di aiutare a cogliere una linea, un disegno nella propria vita, una chiamata.

Così, dalla fede come correlazione di esperienze, si approda alla fede come intreccio di trame: individuamo un senso, una direzione alla nostra vita, percepiamo questa direzione come una chiamata, vediamo che la nostra storia si costruisce intrecciandosi su quella di Gesù e che in lui essa ricupera speranza.

La fede cristiana è un intreccio di racconti, il dialogo tra la trama di vita di un popolo e di singole persone con quella umanissima di Gesù di Nazaret.

Prenderci cura raccontandoci

Raccontarsi è un modo prezioso di prendersi cura di sé, è atto eminentemente formativo. È la modalità più umana di «darsi forma» e di «mantenersi in forma», disegnando e ridisegnando incessantemente i lineamenti di quel volto personale di cui siamo artefici e responsabili. In questa incessante opera del far nascere se stessi, il racconto ha un effetto energetico dalle differenti connotazioni:

- Fa crescere la propria identità, rafforzandola. Tramite i racconti, noi veniamo in qualche modo alla luce, prendiamo atto del nucleo che ci costituisce, assumiamo i nostri lineamenti personali. Quante volte, raccontandoci ad amici, ci siamo sentiti meglio, come se l'immagine di noi stessi dai contorni sfuocati avesse ritrovato maggiore nitidezza?
- Ha funzione ermeneutica, interpretativa. Fa luce sul nostro passato, avvalorare il presente e dà passione per il futuro. Parlando di noi a una guida spirituale, ad esempio, noi raccogliamo i dati frammentati del nostro vissuto e, dove c'era opacità o disordine, cominciamo a intravedere senso e direzione.
- Ha funzione terapeutica, un effetto di guarigione particolarmente importante quando attraversiamo momenti difficili, di crisi. Il fatto di poter raccontare le nostre traversate è tonificante: ci aiuta a farle evolvere. Percepiamo una solidarietà di fronte a noi e avvertiamo che quanto sembrava difficile o impossibile ora può essere affrontato.
- Ha funzione comunicativa e costitutiva di un gruppo, di una comunità. Il convivere diventa comunione nella misura in cui ci si racconta, in cui si affida una parte della propria identità agli altri. Questa abitudine al raccontare (da quello che si fa, a quello che si vive, a quello che preoccupa, a quello che si è) crea il tessuto comunitario. Il livello di comunione di una coppia, di una famiglia e di una comunità si affievolisce se si abbassa la quantità e la qualità dei racconti.
- Ha funzione di iniziazione. Impariamo, raccontando, a fare la nostra storia, a tessere la trama, dando alla vita un titolo, con dei capitoli, come se fosse un romanzo. Questo esercizio ci aiuta a vivere continue transizioni, ad abbandonare senza paura alcune certezze per lanciarsi su spazi nuovi ed inesplorati, a congedare l'accessorio per concentrarci sull'essenziale, a vivere i lutti per nuove nascite.

Raccontarsi è uno dei più alti atti formativi. E` l'aiuto reciprocamente dato a dare volto alle nostre «identità narrative» (Paul Ricoeur). Diventa scoperta della propria storia di salvezza quando i nostri racconti si mettono in ascolto del Racconto che tutti li sostiene e li garantisce conferendo ad essi, anche ai più tormentati, il loro esito positivo.

Raccontare aiuta a vivere e insegna a morire. Buon racconto!

(1) DEMETRIO Duccio, *Raccontarsi. L'autobiografia come cura di sé*, Raffaello Cortina Editore, Milano 1995.