

Se vuoi stare bene, impegnati nel donarti. **Una grande verità esistenziale rivelataci dal mistero del Natale.**

Mi fa sempre molto pensare le testimonianze di persone, anche molti giovani, che dopo aver fatto un'esperienza di dono mediante iniziative di assistenza, di accompagnamento e di liberazione degli altri, soprattutto nei confronti dei più fragili e poveri, affermano quanto benessere hanno percepito dentro di sé e quanto bene hanno ricevuto. Possiamo affermare che nel dare la propria mano, il proprio aiuto e soprattutto la propria vicinanza e solidarietà c'è il segreto dello stare bene. **Un movimento invisibile ma importante per dare senso, gusto e felicità alla propria vita.**

Incredibile! Per stare bene e per essere felici bisogna dare, donarsi, offrirsi agli altri. Non tanto dando cose e aiuti, ma soprattutto donando se stessi: quello che ciascuno ha dentro e non tanto quello che possiede.

È come dare campo alla propria vita, soprattutto quando non c'è campo e sembra di non esistere perché si è disconnessi. È una vena che irrori sangue nell'organo del senso della vita, facendolo pulsare e generando gusto e felicità.

Questa verità nascosta va contro le pseudo-verità diffuse massicciamente dalla cultura contemporanea basata su un individualismo sfrenato che conduce fino al comportamento "me me frego degli altri". Facendo concentrare tutta l'attenzione delle persone su se stesse, in una forma di mero narcisismo che dà importanza solamente all'immagine, all'apparenza e all'estetica come *lifting*; e conducendole ad una attenziosa, come pure costosa, cura dell'esteriorità mentre nella propria interiorità sta avanzando un cancro di dimensioni molto preoccupanti che presto porterà alla morte tutta la propria vita.

Dobbiamo postarlo sui social network, dobbiamo twittarlo a tutti: **è il verbo "donare" la parola chiave per dare senso e gusto alla vita, è il verbo "dare" che fa campo per far stare meglio se stessi.** *I care* è il comportamento che genera felicità. Realtà invisibile che non si vende nei centri commerciali, ma che è il segreto della felicità umana. Ne sono convinto da molto tempo, facendola diventare una degli assi fondamentali della mia missione per i nuovi stili di vita.

Sono rimasto molto entusiasta nel trovare fondamenti esistenziali e biblici nel libro del biblista p. Ermes Ronchi¹: *"I sentieri del senso passano per il dono, asse portante della storia di Dio. L'uomo per stare bene deve donare. Non ho più dimenticato il dialogo con una grande psichiatra, alcuni anni fa, a proposito di un amico: «se vuole che il suo amico stia bene, deve aiutarlo a "dare". Ciò che ha e ciò che può. Perché l'uomo per stare bene deve dare». «Perché», obietta, «per stare bene è necessario dare?». Mi rispose con queste parole: «Non lo so, so soltanto che questa è la legge della vita». Nel Vangelo infatti il verbo «amare» si traduce sempre con un altro verbo: «dare». Umile, concreto, semplice. «Dio ha tanto amato il mondo da dare il Figlio unigenito» (Gv 3,16). Non c'è amore più grande che dare la vita (cfr. Gv 15,13). Il senso dell'esistenza è essere nella vita datori di vita! A uno, ad alcuni, a molti. Vivi se dai vita".*

La risposta antropologica a questo perché ce l'ha data il noto teologo della liberazione, Leonardo Boff, quando approfondisce l'importanza vitale del prendersi cura dell'altro non come atto di generosità ma come verità antropologica: *"Questo significa che la cura la troviamo nella radice primaria dell'essere umano, prima ancora che egli faccia qualsiasi cosa. Ogni azione viene sempre accompagnata ed è impregnata di cura. Questo significa riconoscere la cura come un modo di essere essenziale, sempre presente e irriducibile ad altra realtà anteriore. È una dimensione fontale, originaria, ontologica che è impossibile alterare completamente. Un modo-di-essere non è un nuovo essere. È un modo dell'essere stesso di strutturarsi e di farsi conoscere. La cura fa parte della natura e della costituzione dell'essere umano. Il modo-di-essere caratterizzato dalla cura manifesta in modo concreto com'è l'essere umano. Senza la cura cesserebbe di essere umano. Se non riceve una cura premurosa dalla sua nascita fino alla morte, si destruttura, viene meno, perde il senso e muore. Se nel corso della sua esistenza non facesse con cura tutto ciò a cui mette mano, finirebbe per pregiudicare se stesso e distruggerebbe tutto ciò che gli sta attorno. Per questo la cura deve essere intesa come parte dell'essenza umana (che risponde alla domanda: cos'è l'essere umano?). La cura deve essere presente in tutto. Secondo Martin Heidegger: «L'espressione cura sta a indicare un fenomeno ontologico-esistenziale fondamentale». In altre parole: un fenomeno che è la base che rende possibile l'esistenza umana in quanto umana"*².

Prendersi cura degli altri, donando se stessi nel dare soprattutto amore, solidarietà e vicinanza, significa realizzare noi stessi e generare dal profondo del nostro cuore benessere, felicità e senso della vita. Non dobbiamo però scambiare questo "dare" nell'offrire solo e appena aiuti materiali e cose, ma soprattutto noi stessi come l'espressione di amore più bella e desiderata dagli altri. È la verità che ci è stata rivelata dal mistero del Natale: un Dio incarnato per amore come dono all'umanità, raggiungendo così la pienezza del suo essere il *Dio-con-noi*.

Allora, se vuoi davvero stare bene impegnati nel dare amore agli altri, soprattutto ai più fragili e poveri. Donarsi è voce del verbo stare bene.

Adriano Sella

missionario laico del creato e dei nuovi stili di vita
e-mail: adrianosella80@gmail.com

¹ Ronchi E., *Al Mercato della Speranza*, edizione Paoline, Milano 2009, p. 39.

² Boff L., *Il Creato in una carezza, verso un'etica universale prendersi cura della Terra*, Cittadella 2006, p. 28.