



di Don Maurizio Caliendo

Ogni sguardo rivolto
solo a sé stessi è uno
sguardo che rischia
di perdersi.

Aprirsi all'altro significa
scegliere **la relazione,**
la condivisione, il bene comune.

È nel **dare** che la vita
trova senso: nella cura,
nel dialogo, nell'aprire
spazi di fiducia.

Non è questione di diritti.
È questione di amore.

#Pensieri**IN**Movimento

by Ugo Maria Ilardo





Ci sono persone che hanno imparato molto presto a essere **forti**. Hanno imparato a non chiedere, a non mostrare la propria stanchezza. Sono diventate quelle che accolgono tutti, risolvono tutto. Quelle che, anche quando stanno male, continuano a camminare in silenzio, perché hanno paura di essere un peso.



Ma esiste una stanchezza che non nasce dallo sforzo del fare, ma dallo sforzo silenzioso dell'essere. Vivere sentendosi sempre disponibili, comprensivi, e allo stesso tempo **invisibili**, è una **fatica profonda**.



A volte ci feriamo perché abbiamo paura che, mettendo dei limiti agli altri, perderemo il loro amore. E così diciamo sempre **di sì**, anche quando **dentro sentiamo un no**. Rimaniamo in relazioni che ci consumano. Giustificiamo comportamenti che ci umiliano. Ci convinciamo che essere capiti significhi, in fondo, dover sopportare tutto.



Prendere le distanze non significa allontanare qualcuno. Qualche volta significa **smettere di abbandonare noi stessi**.





Dire “**basta**” non è sempre **egoismo**:
può essere il momento in cui
finalmente comprendiamo che anche
la nostra **dignità** merita protezione.
Non dobbiamo essere eroi. Non possiamo
riempire ogni vuoto, risolvere ogni problema.

E poi dobbiamo smettere di pensare di essere **troppo poco**.
L'**umanità** fa parte della vita, e confrontare ciò che siamo
con ciò che avremmo voluto essere ci allontana da noi stessi.
Continuiamo a guardare le occasioni perdute, e ci convinciamo
di non avere abbastanza da offrire. Ma nessuno di noi deve
presentarsi “**finito**” per poter cominciare.

La vita non ti domanda di **cambiare tutto**.
Ti domanda di **non disprezzare** ciò che sei.
Non sei troppo fragile. Non sei troppo poco.
Sei una persona che ha bisogno, come tutti,
di fermarsi, respirare e **ricominciare**.

Forse il **vero cambiamento** inizia nel momento in cui
smetti di rincorrere ciò che manca, e cominci a dirti:

“ Questo è ciò che sono.
Non è tutto, ma è vero.
Non è perfetto, ma è mio.
È da qui che posso ricominciare. ”

