

# Il respiro presente

Non vale il passato “ho amato”, perché non c’è più; non vale il futuro “amerò”, perché non c’è ancora. Vale solo il presente “amo”, perché ho solo il presente.

A Dio offrendo il passato ed affidando il futuro tu puoi respirare il presente. Con la forza del respiro presente dai sempre nuove bracciate: ti offro il passato, ti affido il futuro. È così che riesci a continuare la corsa.

C’è un esercizio da fare per liberarsi dal peso del passato e dalle preoccupazioni del futuro. Passato e futuro come minacce incombono e come piovre tendono ad intaccare e disturbare la preziosità del presente. Ecco perché in ogni momento bisogna far l’esercizio di staccarsene, offrendoli, perdendoli.

Guarda come l’aquila vola: con continui colpi d’ala – destra e sinistra – si divincola contemporaneamente dal passato e dal futuro per possedere il cielo del presente. Il volo è proprio un liberarsi dal passato e dal futuro; il volo è il tuo presente pieno di forza, leggerezza e libertà.

Tornando a casa abbiamo assistito ad una lezione di nuoto. Guarda, mi diceva l’amico, come fa quel ragazzo per nuotare: una bracciata a destra e poi una a sinistra; con la sinistra sembra donare il passato e poi con la destra il futuro.

Prova ripetere a Dio ad ogni bracciata: ti offro il passato, ti affido il futuro; ti offro il passato, ti affido il futuro: respirerai e nuoterai agilmente sul mare salato del presente.