

Lezione di nuoto

Life is now

Eravamo appena usciti da una luminosa lezione sul come vivere il presente. Ci hanno detto che sa vivere chi ama nel presente; solo nell'attimo presente è possibile amare. 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.

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 a 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 della vita.

A Dio offrendo il passato e 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. Vivendo così hai in ogni attimo presente la vita al massimo grado.