

## RACCONTARSI

Matteo Truffelli



1. Oggi tutti noi, i giovani in modo particolare, abbiamo una grande quantità di strumenti per raccontarci. E lo sappiamo, gli strumenti non sono mai neutri rispetto a ciò che raccontiamo e al modo con cui lo facciamo. I mezzi che utilizziamo cambiano il nostro modo di raccontare e di raccontarci, cambiano ciò che raccontiamo.

Siamo cambiati molto da questo punto di vista negli ultimi anni. Prima raccontarci era una cosa che chiedeva tempi e regole diverse da quelle di oggi. Non sto dicendo che per questo oggi sia più facile raccontarsi. Forse è addirittura più difficile, più complicato. Di certo, è cambiato il modo con cui lo facciamo, e perciò anche il nostro rapporto con il desiderio di raccontarci, il nostro rapporto con il racconto che facciamo di noi stessi.

Se pensiamo ai giovani, in particolare, possiamo dire che oggi molti di loro vivono e forse pensano la propria vita già come un racconto. Basta pensare alle storie di *instagram*: è come se ognuno avesse a disposizione un suo "canale televisivo" personale, in cui mettere in vetrina la sua giornata.

Vivere immersi nel mondo del "racconto social", insomma, non è privo di implicazioni. È qualcosa di affascinante, ma anche di difficile da

maneggiare. Chiede prudenza, consapevolezza, capacità di distacco critico. Certamente condividere il racconto di noi è bello, ma anche lo strumento tecnologico più affascinante e apparentemente più liberante è sempre uno strumento tiranno, che ci condiziona.

Alcune considerazioni molto interessanti, su questo, sono presenti anche nel documento predisposto per accompagnare la nostra Chiesa verso il Sinodo dedicato ai giovani: dalle riflessioni che vengono lì proposte, e che sono l'esito di un lungo esercizio di ascolto di tantissimi giovani, emerge infatti che, in realtà, ciascuno seleziona cosa condividere di sé. Ciascuno racconta solo una parte, solitamente quella che corrisponde all'immagine con cui si vorrebbe apparire agli occhi degli altri. Si rischia così di raccontare noi stessi attraverso un filtro distorcente, che in realtà non racconta chi siamo, ma cosa pensiamo che gli altri vorrebbero che fossimo. Rischiamo di immergerci così tanto nella "narrazione social" da creare una specie di "post-verità" di noi stessi. Non solo, rischiamo di spingerci a cercare di vivere quello che vorremmo raccontare di noi stessi, invece che raccontare quello che viviamo.

**2. La parte difficile del raccontarsi allora è prima di tutto la fatica di fare i conti con la verità di noi stessi, facendola nostra fino al punto di avere il coraggio di raccontarla a noi stessi e agli altri.**

Tutta la verità, comprese le fragilità, gli errori, i fallimenti. I dubbi, le paure. Il bisogno di sentirsi stimati e voluti bene dagli altri. Questi aspetti,

molto spesso, non passano nelle narrazioni in “stile social”, oppure vi compaiono sotto forma di enfasi e di retorica, che è un altro modo per mascherare l'autenticità, oppure sotto forma di cuoricini e di stati d'animo, che diventa un modo per semplificare ciò che è sempre complesso: la nostra vita, la nostra personalità.

**Raccontarci è allora anche imparare a fidarci dell'altro.** E anche questo è faticoso, difficile. Per raccontarsi è necessario avere persone di cui ci si fida, che si conosce. Non ci si racconta davvero a degli sconosciuti: si offre loro un'illusione di noi stessi, un'immagine che non ci rappresenta veramente, un fantasma.

Per raccontarci abbiamo bisogno di qualcuno che ci accompagna, che fa un pezzo di strada con noi. Consegnare nelle mani di qualcuno il proprio racconto è un atto di fede che non tutti sono disposti a fare. Proprio per questo è importante scegliere di raccontarci non solo a chi è uguale a noi, a chi sta facendo le stesse esperienze, con gli stessi sogni e gli stessi timori. Scegliere di affidarci anche a chi può essere un punto di riferimento e un sostegno, stabile e maturo: persone adulte, persone che ci vogliono bene, che hanno a cuore la nostra felicità, che sono disposte a camminare con noi nella vita come genitori, come educatori, come custodi della nostra vita spirituale.

Tutto questo mi porta allora a proporvi di fare a voi stessi alcune domande: ho delle persone che mi conoscono veramente, a cui posso affidare la verità di quello che sono? Ho scelto qualcuno in particolare davanti a cui mettere a nudo il mio cuore, o a volte rischio di spogliarmi mediaticamente in pubblico per cercare di nascondere ciò che si agita più

profondamente dentro di me? Ho il coraggio di affidarmi a una relazione di intimità autentica, di conoscenza sincera, di racconto vero di me?

3. Un punto decisivo per affrontare il tema del racconto, infatti, è quello dell'ascolto di noi stessi. Un esercizio che precede sempre, necessariamente, il racconto autentico, quello che fa verità con me stesso e fa verità con chi mi ascolta.

Perché fare questo è faticoso? Perché **imparare a conoscersi è faticoso. Occorre darsi tempo:** avere pazienza con noi stessi. Fermarci: non per mettere in *stand by* la nostra vita ma, al contrario, per prenderla in mano, per chiederci dove stiamo andando e dove vorremmo veramente andare: e chiederci se quello che raccontiamo a noi stessi e agli altri è ciò che veramente vorremmo raccontare.

Raccontarsi è faticoso perché significa andare nelle profondità di se stessi e scoprire cose che a volte vorremmo tenere nascoste. Ma significa anche scoprire che siamo più buoni, più belli, più generosi, più sognatori di quello che vogliamo far credere. Ci vuole coraggio nell'andare in profondità di se stessi.

Ecco perché il racconto di sé richiede pudore, rispetto. Senso del limite, delicatezza. Che è rispetto anche di chi ci ascolta. Il racconto di noi stessi non può essere esibito o imposto agli altri come una rivendicazione di spazio. Ciò che io sono davvero non posso spiegarlo urlando, ma solo sottovoce. Non si tratta di metterci in vetrina, sotto luci artificiali, ma di esporci alla luce naturale, quella che consente le sfumature.

**4. Il racconto però non è fatto solo di parole, ma molte volte anche di silenzi, di sguardi, di gesti.** Quando non viviamo un'autentica confidenza, un'intimità relazionale rispettosa e liberante, può sembrare pericoloso affidarci a sguardi e gesti per comunicare ciò che proviamo, ciò che desideriamo, ciò che temiamo, perché c'è il rischio che i gesti e gli sguardi possano risultare equivoci, che possano essere fraintesi. Preferiamo fidarci solo della parola, che però a volte, se non è sostanziata da scelte e gesti concreti, rischia di diventare retorica: a volte stucchevole, altre semplicemente dissimulatrice.

Abbiamo allora bisogno di coltivare quell'intimità, quella confidenza e quella sincerità che sola ci consente di raccontare e dimostrare ciò che abita il nostro cuore anche attraverso gli occhi, le mani, il silenzio.

Chiediamoci però anche come sappiamo leggere i silenzi e i gesti di chi vive accanto a noi. **Siamo capaci di intercettare il racconto degli altri**, e in modo particolare degli altri giovani, dei nostri coetanei? In che modo ci poniamo nei loro confronti? Abbiamo la forza di ascoltare i loro silenzi? Di non fermarci davanti agli aspetti più irritanti del loro modo di comunicare? Di non lasciarci scandalizzare facilmente, anzi di non lasciarci scandalizzare da nulla di ciò che è umano?

Come giovani credenti, in particolare, vi è chiesto di fare vostro e vivere in autenticità quell'atteggiamento di fondo che la Chiesa tutta ha proclamato e si sforza di sperimentare nei confronti della vita di tutta l'umanità, della vita del mondo: *«Le gioie e le speranze, le tristezze e le angosce degli uomini d'oggi, dei poveri soprattutto e di tutti coloro che soffrono, sono pure le gioie e le speranze, le tristezze e le angosce dei*

*discepoli di Cristo, e nulla Vi è di genuinamente umano che non trovi eco nel loro cuore».*

È l'incipit della *Gaudium et Spes*, il documento con cui il Concilio Vaticano II ha voluto descrivere il legame inscindibile che lega la Chiesa del Signore alla vita del mondo, nella quale e per la quale è chiamata a essere Chiesa, ad annunciare e testimoniare la Buona notizia dell'amore del Signore. Una missione a cui siamo chiamati tutti e di cui tutti, come «discepoli-missionari» (*Evangelii gaudium* 120), ci dobbiamo sentire responsabili. Una missione che inizia con un esercizio difficile e profondo: lasciar risuonare dentro il nostro cuore la voce della vita delle persone e della società del nostro tempo. Lasciarci cambiare il cuore da questo ascolto.

5. Perché allora raccontarci? **Perché avvertiamo questa urgenza di raccontarci?** E perché l'avvertite particolarmente forte voi giovani, tanto da rischiare a volte di mettere in scena una rappresentazione solo parzialmente vera di voi stessi, offrendola a un pubblico potenzialmente anonimo e incontrollabile?

Perché **raccontarci** è una cosa bella, buona, sana. Che **ci fa crescere**, diventare più adulti. Che **ci aiuta a prendere in mano la nostra vita. Senza lasciarla scorrere così come viene.** Forse perché raccontarci ci offre la possibilità di sapere che non siamo i soli a vivere certe esperienze, a nutrire dei dubbi, a soffrire per le nostre insicurezze, a desiderare di essere amati, a sperare di saper amare.

Raccontarci ci consente di condividere. Ci consente di abbracciarci, di sostenerci gli uni con gli altri. E ci consente sempre di ripartire. Di trovare

la spinta per superare le difficoltà che possiamo guardare in faccia solo se impariamo a chiamarle per nome, a spiegarle a noi e agli altri.

Ci consente di rendere più grandi le gioie che sperimentiamo mettendole in comune con altre persone. Ci aiuta a capire più a fondo il significato di ciò che ci capita e delle scelte che prendiamo, lasciandoci interrogare dalle domande degli altri.

Ci aiuta a entrare in intimità con noi stessi.

**Per questo raccontarsi è, sì, un esercizio che si declina al passato, con lo sguardo rivolto a ciò che è stato, ma nello stesso tempo è mezzo per crescere, per affacciarsi sul futuro. Su ciò che desideriamo essere, su ciò che sentiamo che sia bene per noi.**

6. Raccontarci è allora anche una strada per scoprire la presenza del Signore nella nostra vita. Perché raccontarci è fare memoria di ciò che viviamo. È riprendere in mano ciò che ci succede, ciò che accade attorno a noi, per rileggerlo in profondità. E fare memoria di ciò che viviamo **ci aiuta a scorgere** nei fatti della vita **la presenza del Signore**, del suo amore per noi. Ci aiuta ad aprire gli occhi, e accorgerci che accanto a noi c'è un compagno di strada che concorre a dare forma e significato del nostro racconto.

Allora buon racconto a ciascuno di voi.

