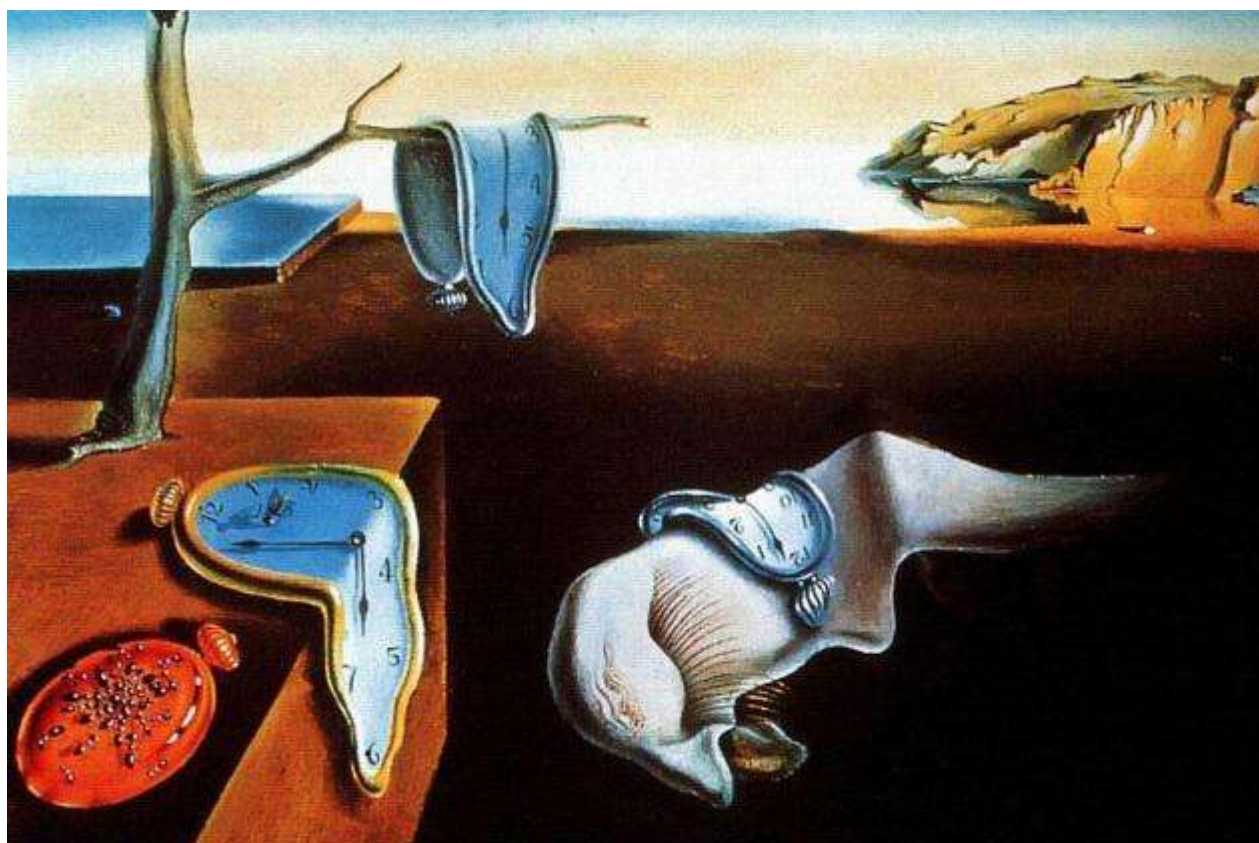


Tempo inesorabile e tempo opportuno: come viverlo con senso

scritto da Lavinia Furlani | 31 Marzo 2020



Quante volte permettiamo al tempo di impadronirsi delle nostre vite, al punto da sentirci spossessati e totalmente dipendenti da una forza impersonale estranea a noi.

Offerte da mandare, viaggi da programmare, mail a cui rispondere, etichette da sistemare, scheda tecniche da aggiornare, fiera da organizzare, social da gestire, comunicazione del nostro vino da impostare...

Gli antichi Greci indicavano il tempo con due termini diversi: *chronos* e *kairos*.

Chronos è il tempo nelle sue dimensioni di passato, presente e futuro, il tempo oggettivo, misurato, che scorre in modo uguale ed inesorabile per tutti.

Kairos invece è il tempo opportuno, la buona occasione, il

momento propizio, il tempo debito.

Il tempo debito è l'occasione che dobbiamo essere capaci di cogliere, esercitando la nostra attenzione e la nostra sensibilità alle circostanze. Se ci lasciamo sfuggire il momento propizio, difficilmente si ripresenterà esattamente lo stesso scenario.

In queste settimane è come se ci fosse stato regalato un bel po' di Kairos, per chi lo saprà cogliere.

Vivere nel presente con consapevolezza è dunque non lasciarsi travolgere dal ritmo inesorabile del tempo misurato, ma riuscire ad opporsi al suo incedere incalzante per crearsi una dimensione temporale a propria misura: **un tempo nel quale innanzitutto ci prendiamo cura di noi stessi.**

Ci siamo mai chiesti se tutto quello che facciamo in una giornata sia realmente necessario?

Vivere esclusivamente il tempo oggettivo vuol dire rinunciare a vivere la propria vita, rinunciare alle proprie scelte, delegare la propria esistenza, facendo magari tantissime cose, ma senza chiedersi il senso di quello che si fa.

Saper governare il nostro tempo in modo opportuno allarga il nostro spazio di esistenza, inserendoci positivamente nel contesto delle relazioni.

E forse è proprio in ciò che il tempo debito si manifesta come il più autentico tempo umano.

E questo governare il nostro tempo non è inteso come saperlo "controllare", ma saperlo "creare". **E riuscire a creare il tempo, il kairòs, si collega intimamente con la chiarezza, con la nostra consapevolezza, con la nostra decisione.** Quando "manca il tempo", manca la decisione. Spesso infatti quella che chiamiamo mancanza di tempo nasconde, in realtà, tanti istanti privi di una vera direzione.

Perché il tempo assume il suo pieno significato per la nostra

vita in funzione a due fattori fortemente collegati tra loro:

- la decisione**
- la condizione vitale**

Se abbiamo una decisione ferma, una direzione appunto, allora il tempo sarà nostro alleato, servirà "solo" a scandire le tappe e i risultati.

La decisione ci porta a "scegliere" e "usare" i mezzi migliori per andare verso la nostra "meta" con una grande ottimizzazione del nostro tempo, che non è cambiato nella sua disponibilità ma nella sua intensità, diversamente sarà come essere "un criceto su una ruota", che corre e si affanna ma rimane sempre nello stesso punto perché ha "deciso semplicemente" che vuole correre.

Possiamo avere dei periodi in cui vogliamo correre, senza meta, questo può anche andare bene in alcuni momenti, ma a quel punto dobbiamo essere consapevoli che quando ci chiederemo come mai non siamo arrivati a concludere nulla, questo non è dovuto alla mancanza di tempo ma ad una mancanza di determinazione.

Altro fattore collegato al tempo, è la condizione vitale. Quanto dura il tempo di un bacio con una persona amata? E quanto dura il tempo a sorseggiare il nostro amato vino con gli amici?

Quanto scorre il tempo quando siamo in una situazione di difficoltà, come magari rispondere a domande incalzanti a cui non sappiamo cosa rispondere?

Il tempo ha un suo grande valore e sicuramente è la persona che può renderlo pieno di significato, lo rende pieno di significato in base anche alla sua condizione vitale. Quando siamo felici il tempo scorre senza che noi lo consideriamo, quando siamo preoccupati il tempo si presenta davanti a noi come pesante macigno.

La condizione vitale è spesso influenzata dalle circostanze che viviamo, ma in realtà è sempre e solo legata a come noi decidiamo di vivere, a come stiamo in quella situazione e cosa

decidiamo di fare.

Decisione e una buona condizione vitale sono fondamentali, perché non averli può portarci a vivere il tempo con confusione, come veloce nel suo non portarci da nessuna parte, ci sembra di non concludere molto, dall'altra come molto lento perché "non vissuto bene".

La dimostrazione che non è "il tempo" in sé a fare la differenza, ma come noi reagiamo, lo vediamo in questa difficile situazione che siamo vivendo. Abbiamo tempo, ma per esempio non abbiamo "la libertà" di incontrare le persone. Ma è importante come decidiamo di vivere questo tempo e reagire a questa "mancata" libertà. Come decidiamo di gestire il nostro tempo?

Vivere pienamente la situazione, darle una direzione, volgere lo sguardo in avanti e concederci il modo di esprimere i nostri valori, di ascoltarci, di prenderci cura di noi stessi e di fare nel nostro "nuovo" spazio quello che ci piace, sono solo alcuni dei modi che ci sentiamo di consigliarvi per dare "senso" a questo tempo.