

Perché la gentilezza?



Momenti come questo in cui ciò che accade spiazza completamente le certezze di una volta, svela le debolezze di istituzioni in cui un tempo era facile credere, mette sotto pressione tutte le organizzazioni e chi ne fa parte... generano la necessità di porsi tanti "perché".

In fondo quando si scivola sulla via del non ritorno del perdere la fiducia nell'umanità, la facoltà cognitiva umana interviene (o almeno dovrebbe intervenire) prima che sia troppo tardi. Siamo stimolati a mettere un po' di ordine nella nostra vita sforzandoci di ritrovarne il senso che ne è venuto a mancare, ci chiediamo che cos'è importante, quali sono i miei valori più profondi, per che cosa vale davvero la pena battersi?

Io onestamente sono ancora confusa su tante cose, ma c'è una piccola *buzzword* che, in particolare nel periodo tra la pandemia e il pandemonio, aveva cominciato a prendere piede anche negli ambienti organizzativi e di lavoro: **la gentilezza**.

È ancora il momento di parlarne?

La gentilezza per me evidenzia ciò che c'è di più umano al mondo, richiama ad un **confronto pacifico**, alla **comprensione reciproca** e dice: " chiunque tu sia, qualunque sia la tua opinione e il tuo modo di vedere il mondo io lo rispetto". In qualche modo il fallimento della diplomazia deriva anche dal fallimento di applicarla e renderla un principio ineluttabile.

Certo, è difficile, è molto complicato rimanere fermi sul proprio essere gentili quando ci si sente (o si viene) attaccati. Ma è comunque e sempre la risposta più disarmante.

Non è da confondere col lasciare spazio all'essere calpestati, si possono comunque prendere decisioni ferme, adottare misure dure, rispondere in modo deciso, ma con gentilezza. Invece, quando viene a mancare e ci si lascia prendere dalla foga di arroganza per arroganza, potere per più potere, come diceva Gandhi "occhio per occhio rende il mondo cieco".

E ancora un'altra grande mente e anima ci ha dimostrato che "i problemi non possono essere risolti allo stesso livello di pensiero che li ha generati" (A. Einstein). Non è un caso che la gentilezza come concetto si diffonda in particolare grazie anche alla diffusione della **mindfulness** come adattamento del pensiero meditativo di origini Buddhiste antichissime. Per millenni la meditazione viene adottata dai monaci Buddhisti per ampliare la mente e lo spirito e **unire l'esistenza umana a qualcosa di più grande** che racchiude tutto il mistero della creazione. Infatti la "gentilezza amorevole" verso il mondo è una pratica Buddhista fondamentale e che Thich Nhat Hanh (monaco Buddhista e maestro spirituale di fama mondiale) trasmetteva regolarmente.

Quando siamo pervasi dalla paura ci sono diversi modi per affrontarla. Uno di questi è attingere a tutte le risorse che abbiamo dentro di noi adatte alla situazione e **accendere il nostro coraggio per metterle in atto**. Nell'etimologia di "coraggio" aleggia il significato di "azione dal cuore", e quanto la paura è più grande tanto più forte deve battere il cuore per trovare la forza di spingerci oltre ciò che abbiamo sempre conosciuto, ciò che è sempre stato ma che non è più, e ricreare un nuovo modo di rispondere e di essere che ci permetta non solo di sopravvivere ma di vivere, sognare ed evolversi. Aprire il cuore in qualche modo è come risvegliarsi dall'assopimento della paura che invece vuole mantenere lo status quo, vuole farci aggrappare alle poche illusorie certezze rimaste, vuole che si risponda come si è sempre fatto. **Per me, il coraggio di essere gentili, di contribuire a creare un mondo più umano, è l'unico coraggio per il quale vale la pena risvegliarsi.** E tu?

Francesca Morgante, marzo 2022