

“Vegliate in ogni momento pregando”. La medicina conosce oggi decine di malattie del sonno, tanto che esiste una specializzazione chiamata proprio “medicina del sonno”, dedicata ad un’ampia gamma di patologie: dall’insonnia, la difficoltà di addormentarsi, alla sonnolenza, che al contrario è la fatica di restare svegli. Quando Gesù dice “vegliate in ogni momento”, come fa nel Vangelo di oggi, non invita certo all’insonnia fisica. Esiste una specie di “insonnia dell’anima”, che va tenuta lontano il più possibile. Ansie, insoddisfazioni, sofferenze, problemi, ritmi di vita incalzanti, possono rendere difficile anche all’anima, e non solo al corpo, prendere il giusto riposo. Quando non dormo abbastanza, il corpo è stanco e la mente annebbiata; quando non trovo gli spazi del riposo interiore, per l’ascolto della parola di Dio e la preghiera, l’anima diventa pesante e tutto quello che vivo appare più affannoso. Gesù infatti aggiunge, all’invito a vegliare, l’invito a pregare: “vegliate in ogni momento pregando”. La preghiera è per l’anima come un sonno rigenerante per il corpo: è un recupero delle forze interiori. Gesù vuole combattere quella sonnolenza che ci porta a chiudere gli occhi del cuore e diventare insensibili a Dio e agli altri. La sonnolenza fisica diurna può essere provocata dall’insonnia notturna, ma anche dall’assunzione di sostanze che alterano lo stato di coscienza, come la droga e l’alcool: per non affrontare i problemi di ogni giorno, a volte molto duri, c’è chi si stordisce e imbecca queste scorciatoie che danno un sollievo momentaneo ma poi si dimostrano vicoli ciechi. Anche l’anima può cadere nella sonnolenza, lasciarsi prendere – come afferma Gesù – da “dissipazioni, ubriachezze e affanni della vita”; l’uomo cioè può cadere in quel torpore nel quale pensa solo a se stesso, si ripiega sui propri istinti e bisogni, chiude le palpebre sulla situazione degli altri, sonnecchia nel proprio egoismo. Uno dei segnali di questa sonnolenza è l’incapacità di mettersi nei panni degli altri, parlando sempre di sé, disinteressandosi dei problemi della società. È di fronte a questa sonnolenza che Gesù dice: “Vegliate!”; non chiudete gli occhi alla realtà, non abituatevi a pensare solo a voi stessi, mantenete lo sguardo aperto alle tante ingiustizie e violenze presenti nel mondo, anche vicino a voi.

L’invito a non lasciarsi prendere dalla sonnolenza vale per noi non solo come singoli, ma anche come comunità cristiana e civile. Può accadere che siamo talmente presi dai nostri problemi interni da chiudere gli occhi alle necessità degli altri; può accadere, nelle parrocchie come nei quartieri, che sonnecchiamo nelle nostre questioni interne al punto da trascurare tutto quello che si muove al di fuori del nostro orizzonte. I messicani usano fare la siesta pomeridiana mettendosi il sombrero – il largo cappello per difendersi dal sole – seduti nel cortile, con la testa leggermente abbassata in avanti. Il sombrero ha un raggio visivo molto limitato, che non permette di vedere più in là delle proprie ginocchia. Il sombrero è utile nei paesi caldi per riposarsi, ma non dovrebbe essere usato tra di noi: non dovremmo ripiegarci su noi stessi e trascurare tutto quello che si muove al di fuori del nostro piccolo orizzonte.

Se sapremo alternare le fasi di sonno sano e rigeneratore, ritmate dalla preghiera, con quelle di veglia, scandite dalle opere di carità e giustizia, saremo pronti all’arrivo del Signore, di cui non conosciamo l’ora. Gesù non ci ha rivelato il momento della fine proprio perché fossimo sempre pronti all’incontro con lui: ci chiede non di vivere nel terrore della fine, ma di stare svegli; ci chiede di vincere i colpi di sonno dell’egoismo e farci trovare operosi al suo arrivo.