

## COMMENTO alle LETTURE

di

Don Antonio Di Lorenzo



Corpo e Sangue del Signore A - 2008

Dt. 8,2-3.14b-16a; Salmo 147; 1 Cor. 10,16-17; Gv. 6,51-58

### Traccia biblica

**La festa della Santissima Trinità** ci ha ricordato che l'unica strada da percorrere per conoscere e sperimentare il mistero di Dio è quella che passa attraverso la Parola divenuta carne in Gesù di Nazaret. La festa del *Corpus Domini*, che celebriamo oggi, esplicita tutto questo mostrandoci anche il modo provvidenziale con cui la parola fatta carne in Gesù di Nazaret si è resa disponibile per tutti gli uomini, per tutti i tempi, perché nessuno fosse privato della possibilità di fare l'esperienza del mistero di Dio e di raggiungere la pienezza della vita.

**Che questa sia un'opportunità da cogliere a volo**, ci viene ripetutamente detto da Gesù nei pochi versetti del *Vangelo* di oggi: *"In verità, in verità io vi dico: se non mangiate la carne del Figlio dell'uomo e non bevete il suo sangue, non avete in voi la vita"*. Nutrirsi del suo pane è l'unico modo per garantirci la vita, ma anche il modo più reale e più sicuro per entrare in comunione con Lui: *"Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue rimane in me ed io in lui"*. Gesù si presenta come il dono perfetto del Padre. Nutre il corpo con il la moltiplicazione dei pani, nutre lo spirito con la sua parola che ne spiega il senso, mostrando così l'amore misericordioso di Dio agli uomini, ma con il suo discorso radicalizza il fraintendimento e la tentazione: il popolo mangia, si sazia, approfitta dei suoi miracoli, ma si rifiuta di riconoscere in Lui l'inviato del Padre. La questione è di fondo: Gesù, con il suo pane, relativizza ogni altro pane: *"Io sono il pane vivo, disceso dal cielo... Perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda... Questo è il pane disceso dal cielo; non è come quello che mangiarono i padri e morirono. Chi mangia questo pane vivrà in eterno"*. Occorre scegliere tra il benessere che

offrono i doni della terra e la vita eterna che dona il pane vivo disceso dal cielo; se credere o non credere all'affidabilità di Gesù.

**La questione si era posta già nell'AT.** Ce ne parla il brano della prima lettura, tratta dal *Libro del Deuteronomio*, dove Dio va incontro alle attese del popolo con il dono della *manna*; un dono di cui Israele e i Padri si saziavano, ma di cui non comprendono il significato. Essi, infatti, si mostrano incapaci di andare oltre la sua materialità e, quindi, di ringraziare e benedire il Signore che glie lo ha dato. La questione è la stessa: accontentarsi di saziarsi dei doni terreni o ritenere che *“non di solo pane vive l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio”*; salvarsi da soli o accettare la salvezza dall'alto; dubitare della presenza e dell'assistenza di Dio o fidarsi di Lui e credere che Egli si prende cura dell'uomo. Israele e i padri non furono capaci di interpretare quel segno *sconosciuto* (il testo lo dice due volte) e di cogliervi la promessa di un cibo diverso e più efficace per avere non solo il necessario per tirare avanti ogni giorno ma la pienezza stessa della vita. Ecco, perché Gesù, nel Vangelo, richiama questo episodio ed invita i suoi interlocutori a fare un vero e proprio salto di qualità.

**Ed ecco perché** il *Salmo* invita gli uomini a benedire Dio per il dono della sua Parola e del suo cibo, donati da Lui a sostegno del loro cammino spirituale. Interpretato alla luce della solennità di oggi, esso è una provocazione per la comunità cristiana a riconoscere, mentre celebra il dono sublime dell'Eucaristia, il dono della sua presenza viva e a lodarlo con gratitudine e riconoscenza.

**Nella seconda lettura**, tratta dalla *Prima Lettera ai Corinzi*, Paolo ci fornisce una sintesi di ciò che significa per i cristiani il mistero eucaristico, indicandoci anche le conseguenze per la vita delle nostre comunità. L'apostolo richiama, in primo luogo, il realismo e la concretezza della comunione che l'Eucaristia realizza tra Gesù e i credenti: *“Il calice della benedizione che noi benediciamo, non è forse comunione con il sangue di Cristo? E il pane che noi spezziamo, non è forse comunione con il corpo di Cristo”*. Tirando poi le conseguenze, ricorda, in secondo luogo, che *“bere al calice e spezzare il pane”* non solo realizza la comunione reale con il *“sangue e il corpo di Cristo”*, ma rende possibile anche una vera comunione d'amore fra tutti gli uomini. Infatti, continua Paolo, *“benché molti”*, la partecipazione all' *“unico pane”* fa di tutti i battezzati un *“solo corpo”*. Di qui, la grande responsabilità di dare un'autentica testimonianza di *unità* per consentire a Cristo di rendersi presente nel mondo, nel succedersi del tempo fino alla fine dei tempi.

**L'insegnamento del brano** si colora così di altri aspetti molto interessanti. Primo: l'unità della comunità non è generata da uno sforzo volontaristico dei suoi membri, ma scaturisce dalla crescita della comunione di ciascuno con Gesù; più ogni cristiano vive in intimità con Lui e più crescono il senso di appartenenza ad una comunità e l'impegno a farne un luogo di fraternità. Secondo: vivere il mistero eucaristico trasforma gradualmente le relazioni tra le persone, rendendole strumento efficace della valorizzazione della diversità di ogni fratello, dentro e fuori della comunità. Terzo: una comunità che vive così affascina e diviene punto di riferimento per tutti, un segno posto da Dio nella storia per ricordare che Egli è sempre con noi.

### Approfondimento esegetico

*Il brano evangelico è tratto dal cap. 6 di Gv, in cui l'evangelista raccoglie la sintesi teologica dell'insegnamento di Gesù sul sacramento del suo Corpo e del suo Sangue, giacché poi nel seguito del suo Vangelo non racconta l'istituzione dell'Eucaristia durante l'Ultima Cena, come invece fanno i Vangeli Sinottici. La prima parte racconta la moltiplicazione dei pani (cf. vv. 1-15) e l'episodio di Gesù che cammina sulle acque (cf. vv. 16-21). Dopo viene il lungo discorso dell'interpretazione (cf. vv. 22-70), di cui fa parte il brano proposto dalla liturgia di oggi (cf. vv. 51-58). Gesù riconduce la folla alla "memoria" dell'esperienza del deserto per dire che quanto Dio ha operato nella storia dei padri, ora si appresta Lui stesso a compierlo.*

- *“In quel tempo, Gesù disse alla folla: “Io sono il pane vivo, disceso dal cielo. Se uno mangia di questo pane vivrà in eterno e il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo”*”.

**A)** Gesù si proclama, come aveva già fatto al v. 48, *“pane disceso dal cielo”*. Chiarendo di nuovo la sua provenienza, Egli lascia intendere che la sua missione è finalizzata a far comprendere agli uomini che la vita non consiste nel semplice soddisfacimento dei bisogni materiali. Il fraintendimento del segno della moltiplicazione dei pani da parte della gente porta Gesù a rivelarsi come *vero pane di vita*. Si tratta, dunque, di credere e di affidarsi a Lui. **B)** L'identificazione del pane con la *“carne”* invece che con il *“corpo”* richiama il mistero dell'Incarnazione, tema molto caro a Gv. Inoltre, la preposizione *“ypér”* (= *“per”*), rilevando il carattere *sacrificale* della carne, richiama il mistero della Passione e Morte. **C)** Va notato pure il tema dell'*universalismo* della salvezza annunciata (*“la mia carne per la vita del mondo”*).

- “Allora i Giudei si misero a discutere aspramente fra loro: “Come può costui darci la sua carne da mangiare?””. Anche la spiegazione del segno viene fraintesa e rifiutata. Gli interlocutori di Gesù, incapaci di superare l’aspetto fisico della questione, non riescono a seguirlo nell’*oltre* a cui Egli intende condurli. La loro obiezione mette in discussione la sua qualifica di *Salvatore*, ossia la sua possibilità concreta di divenire pane di vita per tutti.

- “Gesù disse loro: “In verità, in verità io vi dico: se non mangiate la carne del Figlio dell’uomo e non bevete il suo sangue, non avete in voi la vita. Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna e io lo risusciterò nell’ultimo giorno. Perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda. Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue rimane in me ed io in lui...””. **A)** La risposta di Gesù, secondo lo stile proprio dell’evangelista, è a ondate successive, che solo apparentemente si ripetono, ma in realtà ogni volta spostano in avanti il confine. Dopo una prima affermazione negativa, seguono due formulazioni in positivo, introdotte entrambe da “chi mangia la mia carne e beve il mio sangue...”. **B)** Gesù non solo non modifica il linguaggio per attenuare lo *scandalo* delle sue parole, ma caparbiamente lo amplifica, parlando per ben tre volte – prima con la formulazione negativa e poi con quella positiva – della necessità non solo di “mangiare la carne”, ma anche di “bere il sangue”. **C)** L’assimilazione della carne e del sangue del Figlio dell’uomo è posta costantemente in rapporto con la *vita eterna*, la quale è intimamente associata a sua volta alla *resurrezione*. **D)** Le promesse sono intervallate da un’assicurazione: Gesù insiste che la sua carne e il suo sangue sono “vero cibo” e “vera bevanda”. Le due espressioni ribadiscono, da una parte, che questo cibo e questa bevanda sono diversi da quelli che soddisfano solo la fame e la sete materiale e, dall’altra, intendono sottolineare l’*affidabilità* del dono: la promessa di vita che Gesù fa è, cioè, degna di fede, verrà realizzata. **E)** L’ultima ondata delle parole di Gesù si colora di una eccezionale sfumatura *relazionale*: i gesti del mangiare la carne e bere il sangue operano una *reale comunione* con Gesù. Dopo la sua morte e resurrezione, il contatto reale con Lui, non più accessibile con la stessa concreta presenza con cui era percepibile durante la vita terrena, avviene attraverso il cibo e la bevanda eucaristica, che attua una *vera, reciproca inabitazione*, espressa dalla formula di unione: “rimane in me, e io in lui”.

- “... Come il Padre, che ha la vita, ha mandato me e io vivo per il Padre, così anche colui che mangia me vivrà per me. Questo è il pane disceso dal cielo; non è come quello che mangiarono i padri e morirono. Chi mangia questo pane vivrà in eterno””. **A)** La comunione profonda di Cristo con il credente è ulteriormente tratteggiata in parallelismo all’unione di Cristo con il Padre, che lo ha inviato, e che continuamente lo sostiene nel dono di comunicare la vita. Allo stesso modo, il credente ha una vita propria, ma è chiamato a vivere la stessa vita di Cristo. Il Padre, dunque, che è sorgente della vita, la dona al Figlio e il Figlio, attraverso l’Eucaristia, la dona ai fedeli. **B)** Tornando ai vv. 30-33, Gesù tesse un rapporto tra il pane mangiato da Israele e il vero “pane disceso dal cielo”: tutti i doni precedenti, ma anche quelli attuali, sono nulla di fronte al dono della “carne del Figlio dell’uomo”. Mentre il segno prodigioso della manna ebbe soltanto l’effetto di prolungare la vita fisica dei padri di Israele, il pane vero, il Figlio, donerà la vita eterna a coloro che si cibano di Lui.

#### **Attualizzazione**

“Io sarò con voi tutti i giorni, fino alla fine del mondo”: questo aveva promesso Gesù. La solennità del *Corpus Domini* ha, dunque, al suo centro il mistero della comunione tra Dio e l’uomo, sperimentabile in primo luogo – dopo l’ascensione di Gesù al cielo – attraverso il sacramento dell’Eucaristia. Celebriamo oggi il mistero di una presenza che non viene mai meno, di una compagnia continua e sempre disponibile, di cui siamo chiamati ad essere autentici testimoni attraverso l’impegno a costruire relazioni di comunione e di fraternità, dentro e fuori dalla comunità.

I testi biblici ruotano attorno ad alcuni verbi di fondamentale importanza per comprendere il senso della festa di oggi: “non dimenticare/ricordare, mangiare/bere, vivere”. L’Eucaristia è, in primo luogo, una terapia contro la *dimenticanza*, dal lat. “*de-mente*”, cioè “*far uscire dalla mente*” (sinonimo di “*ex-corde*”, cioè, “*scordarsi*”, “*far uscire dal cuore*”). E’ veramente deprimente e vergognoso vedere come molti di noi preti celebrano l’eucaristia in modo frettoloso, distratto, freddo; d’altra parte, si capisce il dramma personale e l’imbarazzo di altri fra loro che si forzano in tutti i modi di scuotere comunità chiuse e impermeabili, che partecipano all’Eucaristia per abitudine, in un clima di generale depressione, stanchezza e distacco. Non meno grave è l’atteggiamento di preti e fedeli che concentrano la loro attenzione sulla solennità esteriore della funzione, sul fascino della ritualità del latino, sulla bravura dell’omileta, sul luogo della celebrazione. Senza parlare poi di coloro che ritengono di poter *bay-passare* l’Eucaristia, sostenendo che se ne possa fare tranquillamente a meno per incontrare il Signore. Tutti questi atteggiamenti sono da attribuire ad un virus terribile che si insedia silenziosamente un po’ alla volta nella mente e nel cuore: la *dimenticanza*!

Ecco allora l'accurato appello della liturgia di oggi a *ri-cordare*, a *far memoria* di quello che l'Eucaristia realmente è. Nella Bibbia, far memoria non è semplicemente ricordare, ma è un tornare indietro per riportare nel cuore e nella mente tutto ciò che è legato a un determinato evento per poter rivivere le sensazioni, i sentimenti, i valori legati a quella particolare esperienza. La memoria è, dunque, la capacità di richiamare un pezzo del passato, con l'impegno a renderlo presente oggi e con la speranza di potersene servirsi anche per il futuro. L'Eucaristia, privata della memoria, verrebbe svuotata del suo senso. Essa, infatti, è celebrazione di un Dio che si è concesso, si concede e si concederà sempre al suo popolo; è dono ineguagliabile della sua presenza in mezzo a noi; è grazia di una comunione senza limiti e senza fine che Egli da sempre e per sempre ha voluto liberamente stabilire con gli uomini. La domenica noi ci raduniamo non in forza di una tradizione o di una precettazione della Chiesa che ci obbliga a partecipare alla Messa, ma in obbedienza al comando del Signore, pronunciato nell'Ultima Cena "*Fate questo in memoria di me*". Mediante quel pane e quel vino avviene un incontro intimo, uno scambio misterioso ma reale tra la nostra povertà e l'immensa grandezza di Dio. Se, dunque, avviene quello che avviene nelle nostre assemblee eucaristiche è perché manca la fede; non ci sono santi: se io credessi veramente che Dio stesso è presente in mezzo a noi, che viene a parlarci e a sedersi a mensa con noi per nutrirci e rigenerarci, per sostenerci ed aprirci alla speranza, non riuscirei a mancare, per nessun motivo!

La memoria ritrovata del vero senso dell'Eucaristia *genera vita*, ma non una vita qualunque. I padri nel deserto mangiarono la manna, ma poi continuarono ad aver fame e morirono. L'uomo di oggi ha tante cose da sembrare d'esser sazio e di non aver più bisogno di nulla; ma poi fa di tutto per possedere il più possibile, butta via cose nuove ma superate e si lascia sedurre dall'ultima pubblicità che promette cose sempre più nuove. Il suo io più profondo rimane affamato, perché il mondo e le cose del mondo saziano, ma purtroppo solo il... corpo! Lui ha invece fame anche di una vita diversa, fame di senso, di valori, di amore vero, di giustizia, di libertà... Il Signore, nell'Eucaristia, gli fa una proposta che, umanamente parlando, è una pretesa sconcertante e scandalosa: basta mangiare un po' di "*pane vivo disceso dal cielo*" e starà bene, vivrà, vivrà della vita eterna, la vita stessa di Dio!

La memoria ritrovata del vero senso dell'Eucaristia *genera l'impegno*. Nel pane e nel vino eucaristici, infatti, Gesù ci consegna la sua storia, affida alla nostra responsabilità tutto quello che Egli ha detto ed insegnato. Mangiare e bere non significa soltanto inghiottire la particola dell'ostia e un po' di vino, ma prendere coscienza di ciò che – o meglio di Chi – si è ricevuto, per cambiare vita e leggere le vicende di ogni giorno in una prospettiva evangelica. In primo luogo, le relazioni con gli altri. La partecipazione all'unico pane, dice Paolo ai litigiosi Corinzi, fa tutti noi un solo corpo, una sola famiglia, ed esige che noi viviamo una vita eucaristica, cioè una vita capace di donarsi, di farsi pane e pane... spezzato. Colui che incontriamo nell'Eucaristia ha, infatti, vissuto l'amore fino alle estreme conseguenze, donandosi a noi non come un Dio dalla potenza dirompente ma come un Dio fragile e vulnerabile, pronto a pagare di persona e a portare le cicatrici dell'amore disatteso e deluso, pur di riconciliare gli uomini fra loro e di fare unità. Dalla partecipazione all'Eucaristia scaturisce, dunque, la convinzione – per alcuni sconcertante! – che dà più vita l'amore che l'egoismo, il donare più che l'accumulare, il servire più che l'essere serviti!

#### ***Briciole di sapienza evangelica...***

- *La memoria*. Tra i problemi emersi nella storia di Israele, uno dei principali è la "*dimenticanza di Dio*", e quindi la mancanza di gratitudine e di riconoscenza per tutto il bene continuamente ricevuto da Lui. Dio ha comunque continuato ad educarlo e a stargli vicino anche nei momenti di infedeltà. Così, rielaborare il passato, coltivare la memoria, ravvivarne i complessi meccanismi è diventato imperativo primario per questo popolo e, un po' alla volta, il suo grande patrimonio spirituale. Una prima provocazione che ne deriva per tutti, anche per gli adulti è l'impegno a "*non dimenticare*" mai o, meglio ancora, a "*mantenere viva la memoria*" della nostra identità, della nostra fede, del nostro progetto di vita, delle responsabilità che ci siamo assunte, delle relazioni che abbiamo intrecciato... Custodire gelosamente tutto nella memoria è compito delicato, ma prezioso per non gettare all'aria le grandi opportunità che la vita (Dio) continuamente ci offre. Qualcosa, però, si perde sempre per strada, nonostante gli sforzi. Una seconda provocazione, allora, è l'impegno a "*recuperare la memoria*" o ad essere attenti a quando essa improvvisamente fa riemergere ricordi, esperienze, eventi, persone particolari. Al momento opportuno, infatti, la memoria si rivela una riserva energetica che tira fuori risorse utili a rileggere la nostra vita in modo diverso, a cogliere dei significati che in precedenza ci erano sfuggiti, a ripensare tutto e a... riaprire i giochi. La memoria è garanzia di un futuro nuovo! E' un'esaltante esperienza che sto facendo ora che l'età avanza, e noto come anche i miei coetanei la stiano facendo con grossi risultati. La *memoria ritrovata*, oltre a farmi scoprire come Dio abbia tessuto con amore paziente e misericordioso la mia vita, mi sta aiutando a riconciliarmi con le grandi figure che hanno segnato il mio percorso educativo (soprattutto genitori, insegnanti, educatori del seminario). Una terza provocazione è l'impegno a "*credere nella forza della memoria*". Quello che sta accadendo a me e ad altri miei cari amici – ne sono certo! – un giorno accadrà anche ai ragazzi che ci sono stati affidati. A volte, essi danno l'impressione di non aver memoria, di non apprezzare abbastanza quanto facciamo per loro, di non afferrare il senso e la validità di insegnamenti che dovrebbero essere scontati. E questo ci sfianca fino ad indurci talvolta nella tentazione di non educare più. E, invece,

dobbiamo – come Dio con il suo popolo – rimanere pazientemente e fiduciosamente fedeli al nostro compito, perché la memoria è un contenitore dove rimane misteriosamente vivo tutto quello che di buono o di brutto vi si deposita.

- *Il valore educativo della prova.* Il tempo del deserto è per Israele un tempo di dure prove e di pesanti umiliazioni. E' proprio in questo tempo però che *"nasce come popolo"*: Dio gli si manifesta come Padre provvidente e come educatore sapiente che lo aiuta a conoscersi e a chiedersi cosa ha rincorso finora e quali sono invece i suoi reali bisogni. Inizialmente, però, aveva reagito mormorando con impazienza. Scavando nella memoria, anche noi – come Israele – ritroviamo episodi che ci hanno fatto soffrire. La fame di cui parla il Dt corrisponde a progetti incompiuti, fallimenti e sconfitte in ogni campo del vivere. Dobbiamo aiutare i ragazzi a vivere il tempo della prova come un tempo di *"grazia"*, a ritenerlo un... *luogo educativo*. La prova-tentazione va interpretata come occasione per conoscersi, misurarsi, far emergere le proprie risorse. Essa aiuta a capire cosa c'è *"nel cuore"*, cioè i valori in cui si crede e la capacità di custodirli, reagendo con spirito positivo alle difficoltà della vita; ma aiuta anche a purificarsi, a relativizzare e a selezionare certi valori ai quali diamo eccessiva importanza fino a giungere all'affanno. E' questo il tempo favorevole per aiutare i giovani a riflettere e a porsi la domanda decisiva della vita: *"Ma di che cosa vive realmente l'uomo? Solo di pane?"*. Lo sperimentiamo tutti: talvolta, sopraggiungono problemi talmente pressanti che la sazietà materiale ci è indifferente, tutto quello abbiamo diventa addirittura un peso e un motivo in più di insoddisfazione. Sono questi i momenti in cui vengono smascherati i falsi bisogni della persona ed emergono invece quelli più vere e più reali.

- *L'autosufficienza.* Il peccato di Israele, e poi dei Giudei nel Vangelo, è sostanzialmente un peccato di *"autosufficienza"*. Il tema è oggi di grande attualità: non si vuole vivere *"grazie ad un altro"*, ma *"contare sulle proprie forze"*. Sappiamo come questo bisogno sia particolarmente sentito dagli adolescenti, che ad un certo punto sembrano mostrare durezza di cuore e un'assoluta impermeabilità ad ogni richiamo, consiglio, suggerimento. Autonomia e dipendenza non sono realtà contrapposte, ma complementari: la persona è l'una e l'altra cosa; ogni sbilanciamento rischia di compromettere i suoi delicati equilibri interiori. Non è facile comunicarlo a parole, ma se nella vita di ogni giorno sappiamo personalmente essere umili, accettare i doni degli altri, mostrare con molta naturalezza che confidarsi, chiedere aiuto, dipendere, permettere agli altri di entrare nella nostra vita non è affatto segno di infantilismo né motivo di umiliazione, ma di maturità, allora tutto diventa più facile anche nel dialogo educativo con i nostri giovani.

- *La comunione stabile e a 360 gradi.* Abbiamo già parlato domenica scorsa della reciprocità infinita e senza limiti tra il Padre, il Figlio e lo Spirito Santo. Nel Vangelo di oggi, Gesù parla di reciproca immanenza del Padre nel Figlio e del Figlio nel Padre, di Gesù nei credenti e dei credenti in Gesù (soprattutto attraverso l'Eucaristia). Sia nel Vangelo di oggi che in quello di domenica scorsa trapela, poi, il mistero della *"generazione o paternità e filiazione eterna"*. Ci troviamo, dunque, dinanzi alla proposta una comunione non episodica, ma *"continua"* e *"a tutto campo"*. Sono tanti i modi con cui gli uomini esprimono la loro volontà di entrare in relazione gli uni con gli altri: intrattenersi a parlare, frequentare gli stessi luoghi, condividere lo stesso tetto, sedersi attorno alla stessa tavola, darsi la mano, scambiarsi un bacio, avere dei rapporti intimi... Il tema della reciprocità infinita e della mutua immanenza delle tre Persone della Trinità è una grossa provocazione a raggiungere la *"pienezza"* dell'amore, attraverso questa grande varietà di gesti. A che cosa si ridurrebbe la relazione tra le persone se l'esperienza della *koinonia* fosse espressa miseramente solo attraverso alcuni di essi o relegata solo ad alcuni frammenti di tempo. Che senso avrebbe, per esempio, l'atto coniugale se non tendesse e non fosse l'espressione di una *vita di comunione*? Esso, sganciato dal resto della gestualità relazionale e isolato dal resto della vita di tutti i giorni, si ridurrebbe a ben poca cosa, anzi potrebbe addirittura rivoltarsi contro. Per fare un'esperienza di piena comunione, non basta entrare l'uno nell'altro, ma occorre essere sempre presenti, *"stare"* già prima e *"rimanere"* dopo l'uno nell'altro (nei pensieri, nelle scelte, nei desideri, nei progetti).