

Edi.S.I.

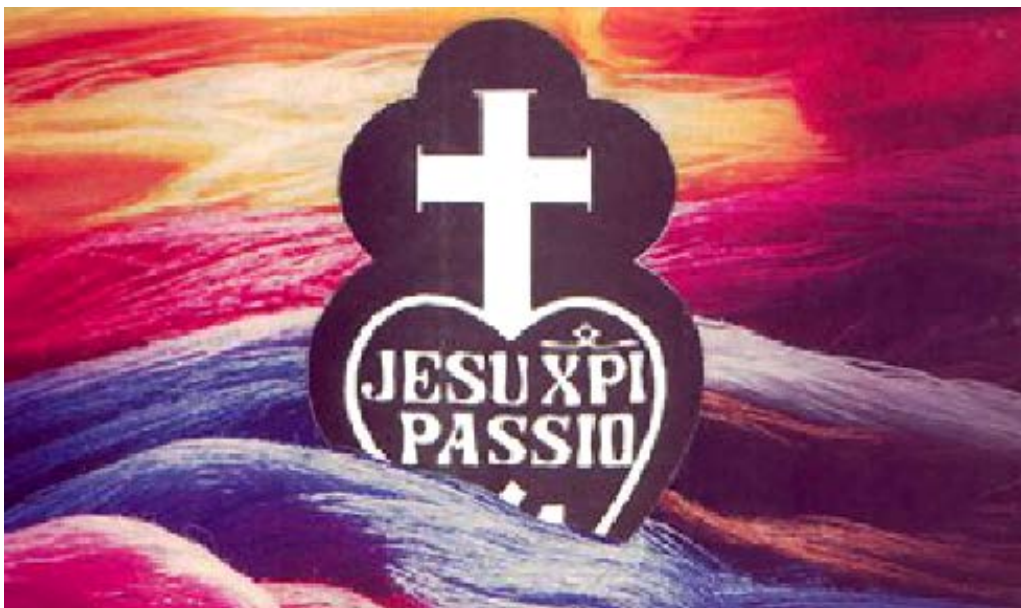
Istituto Edith Stein
Associazione privata di fedeli
per Formazione
in Scienze umane
nella Vita Consacrata e
Comunità Educative Ecclesiali

Sede Centrale
Via Curtatone 2 int. 5 – 16122 Genova
tel. 010.81.11.56 (ore 9.00 – 12.00 e 15.00 – 17.00)
cell. 338.280.76.23 e 338.50.75.610
e-mail istedisi@tin.it
edisi.segreteria@gmail.com
sito www.edisi.eu

**Convegno di Formazione Permanente
Formatori Passionisti
Roma
25 – 26 ottobre 2016**

**Dinamiche antropologiche e spirituali
nella vita fraterna in Comunità**

Relatore **dr. Grazia Maria Costa** – Medico chirurgo Igienista, Pneumologo e Dr. in Psicologia della Comunicazione – Dipl. di Esperto in Teologia Pastorale (PUL) – Presidente dell'Istituto Edith Stein Edi.S.I. - Vice Presidente di Diaconia, Associazione Nazionale del Counseling di Ispirazione Cristiana - Animatore di Modulo Formativo nel Programma FSP (= Formazione permanente specifica) Edi.S.I. Raffael - Preside, Insegnante e Counselor Trainer nella Scuola Edi.S.I. per Consulenti di Formazione in Scienze umane nella Vita Consacrata e Comunità Educative Ecclesiali – Genova



Premessa

Pare molto positivo realizzare un Corso di Formazione Permanente per riflettere sulla propria realtà nel cammino Formativo, realtà che comporta il sostenere relazioni “positive” all’interno della Comunità, cioè per vivere la relazionalità nella propria Comunità.

Vedremo quindi le ombre che non aiutano a costruire relazioni “positive”, le luci che aiutano a costruirle, e le specifiche modalità di relazione che potrebbero essere proprie di una Comunità.

1 - “In principio era la relazione”
--

La relazione non è una tecnica, è un fatto esistenziale che abbraccia tutta la nostra vita. Si potrebbe interpretare il versetto di Giovanni *“In principio era il Verbo”* come **“In principio era la relazione”**, poiché il Verbo, la Parola, è lo strumento privilegiato per la relazione. Dio crea attraverso la relazione, entrando in relazione con ciò che crea. Nel libro della Genesi leggiamo: **“Non è bene che l’uomo sia solo”**. Quindi si afferma già nelle prime righe che l’uomo è fatto per la relazione, per la comunione, non solo orizzontale, cioè fra l’uomo e il suo simile, ma anche verticale, cioè, relazione con Dio; leggiamo infatti che Dio *“passeggia nel giardino dell’Eden”*, che si relaziona con la sua creatura.

Dentro di noi c’è un profondo desiderio. Il desiderio dell’incontro, della comunione. Il desiderio di ogni uomo, quello più profondo, è realizzare l’incontro, la comunione. La povertà più radicale quindi è la solitudine, il bisogno di comunione non corrisposto. Una cosa sola appaga questo bisogno: “vivere in relazione”, una relazione che è Comunione. Per arrivare a questa comunione è necessario iniziare a vivere una relazione vera con Dio, che poi diventa Amore verso tutti.

Buber afferma che **la relazione non è un fatto opzionale nella nostra esistenza, ma un bisogno esistenziale**. L’uomo che non è in relazione, non esiste come uomo. Questo bisogno è insito non solo nel matrimonio, ma anche nella vocazione alla Vita Consacrata.

La persona che possiede una buona conoscenza di sé e possiede se stessa, diventa capace di uscire incontro all’altro in quanto persona, nel rispetto della singolarità e delle sue esigenze. La relazione presuppone la creazione di rapporti interpersonali positivi, fondati sull’accettazione di se stessi, la fiducia e la stima verso l’altra persona.

La relazione interpersonale avvolge molta parte della nostra vita. Siamo fatti per comunicare, per la relazione e la nostra vita si svolge attraverso una molteplicità di relazioni con noi stessi, con gli altri, con Dio.

Il nostro essere inseriti nella vita apostolica ci porta a considerare che non è possibile una conoscenza e un amore “a distanza” verso le persone a cui siamo mandati o con cui siamo chiamati a camminare nella vita fraterna. E questo rimanere fra la gente è, prima che esteriore, una dimensione che ciascuno di noi riconosce e costruisce a livello interiore e spirituale.

Infatti **la vita apostolica con le sue fatiche e gli stimoli che vengono dalla quotidianità spesso è un’occasione per entrare in noi stessi e per incontrare la nostra capacità di relazione**; talvolta l’ordinario ci aiuta a prendere atto di una diversità tra un’immagine che ci siamo fatti di noi e l’impatto con la realtà quotidiana che spesso esce dai nostri schemi e dalle nostre sicurezze come se, da un lato, la quotidianità ci stimolasse ad un’apertura verso l’esterno e verso le relazioni, e dall’altro, in quest’impatto, vivessimo il disagio di non riuscire a vivere con profondità le relazioni che ci si presentano e le occasioni di incontro a livello vero e maturo.

I rapporti intersoggettivi si nutrono di frequenti comunicazioni personali: Nel rinnovamento di questi ultimi anni, appare come la comunicazione sia uno dei fattori umani che acquistano crescente rilevanza per la vita della comunità religiosa. La più sentita esigenza di incrementare la vita fraterna di una comunità porta con sé la corrispondente domanda di una più ampia e più intensa comunicazione... Per diventare fratelli e sorelle è necessario conoscersi. Per conoscersi appare assai importante comunicare in forma più ampia e profonda (VFC 29).

E tale comunicazione ampia e sollecitata ai vari livelli, nel rispetto della fisionomia propria dell’istituto, crea normalmente relazioni più strette, alimenta lo spirito di famiglia e la partecipazione alle vicende dell’intero Istituto, sensibilizza ai problemi generali, stringe le persone consacrate attorno alla comune missione (VFC 30).

Certamente la relazione ha bisogno di un ambiente adeguato. Se domina un clima di accoglienza reciproca, di cooperazione e, meglio ancora, di amicizia e di fiducia, si aprono le porte per un autentico scambio di idee e di servizi in funzione della crescita di tutta la Comunità. Se, al contrario, regna l'individualismo essa viene bloccata e neutralizzata. Ciò dimostra che la coesione di una Comunità dipende non poco dal modo in cui le relazioni e le comunicazioni si effettuano.

In tale situazione, secondo l'affermazione che «l'esperienza comunicata è il più grande dei beni umani», si può stabilire un'autentica relazione, la quale, per ben riuscire, solitamente cresce gradualmente secondo i seguenti quattro livelli:

- inizia con la *condivisione* più esterna sui **beni materiali**,
- continua con la *compartecipazione* sui **beni apostolici, professionali e lavorativi**,
- si completa con lo *scambio* sui **beni affettivo-familiari**,
- per pervenire ai beni più elevati delle **esperienze spirituali**.

Rimane purtroppo valida l'affermazione del documento: «*In alcune Comunità si lamenta la scarsa qualità della fondamentale comunicazione dei beni spirituali: si comunica su temi e problemi marginali, ma raramente si condivide ciò che è vitale e centrale nel cammino di consacrazione*». «*Le conseguenze possono essere dolorose, perché l'esperienza spirituale acquista insensibilmente connotazioni individualiste*» (VFC 32).

Per approfondire questo concetto ci si può rifare a quanto il Vescovo Tonino Bello richiama, come «venti di rinnovamento per la vita consacrata». Egli dice :

Quando diciamo 'insieme', non lo facciamo perché se stiamo insieme le cose vanno meglio, nel senso che se ci mettiamo tutti quanti insieme si realizza di più. Questa sarebbe mentalità aziendale. Gli operatori del marketing mettono insieme gli operai; i sindacati dicono: "State uniti"; i tifosi, gli sportivi si sistemano tutti insieme nella stessa curva dello stadio per gridare più forte: la voce diventa più corposa, l'incoraggiamento più robusto.

*Se noi diciamo 'insieme', non è per poter rendere di più, ma perché dobbiamo essere icona della SS. Trinità. **Dobbiamo cioè riprodurre nella nostra vita la vita che si fa in cielo; Padre, Figlio, Spirito Santo.** Tre persone uguali e distinte che vivono così profondamente unite da formare un solo Dio. Vivono l'uno per l'altro: il Padre per il Figlio, e questi per il Padre e per lo Spirito Santo.*

E dobbiamo vivere il mistero della SS. Trinità, non solo contemplarlo. Non è solo il mistero principale della nostra fede, è anche il punto fondamentale della nostra morale. Tutta la morale si riduce a questo: siamo persone uguali e distinte, non massificate, non livellate. Quando pensiamo che facciamo parte del Corpo Mistico di Cristo, allora cui sembra che il nostro corpo, la nostra intelligenza, la nostra particolarità, il nostro profondo, debbano quasi andare annullati. Invece, come nella SS. Trinità, anche noi siamo uguali e distinti; e così anche nel corpo mistico di Cristo l'io profondo non verrà mai azzerato, distrutto, annullato. Da qui deriva tutto.

Così dobbiamo chiederci: "Che Icona siamo della SS. Trinità?"

Facciamo falire 'la ditta' se non siamo agenzia periferica della SS. Trinità, se non siamo agenzia che fa gli interessi della Trinità, che sono interessi di comunione.

Io sono convinto che dal mistero della Trinità partono i venti del rinnovamento. Noi invece abbiamo relegata la Trinità nei libri di teologia, nelle accademie degli studiosi: non è entrata nella nostra vita pratica.

*Il discordo su questo mistero non deve riguardare solo gli addetti ai lavori: non c'è nessuna verità, come questa, così vicina ad ognuno. **La nostra prima preoccupazione dovrebbe essere di vivere la comunione all'interno di noi stessi e delle nostre case.** Il nucleo fondamentale è proprio questo: dobbiamo essere quadro d'autore della SS. Trinità. Dobbiamo vivere nel mistero, che è mistero di comunione. Ciascuno è persona, è "specie eucaristica", specie consacrata, una scintilla partita da Dio.*

Questi sono segni forti! Non pensate che "segno forte" sia solo l'andar di notte tra la gente avvilita che sta sui marciapiedi.

Noi oggi non abbiamo più i "segni del potere", ma il "potere dei segni". La gente deve vedere il segno.

Io non posso risolvere i problemi della povertà, dell'emarginazione, della sofferenza: devono risolverli le strutture sociali. Noi dobbiamo però provarle a farlo. Non possiamo risolvere il problema di tutti gli sfrattati. Se potessi porre riparo del tutto a questo problema, sarei un principe

che mette a disposizione altrui tanti appartamenti. Allora disporrei dei “segni del potere”, cioè della ricchezza. Invece non ho i “segni del potere”, ma il “potere dei segni”: il potere cioè di collocare un segno.

La gente scorge il segno della disponibilità e pensa.

Parlo a tutti della SS. Trinità perché ciò che mi spinge è il bisogno di poter realizzare questo grande progetto di Dio che è il progetto della vita trinitaria,

Come si fa ad ammazzare la gente, ad essere violenti? Non si può essere violenti, neanche se ti attaccano. Gesù ha detto: “Rimetti la spada nel fodero”, e “Se uno ti percuote la guancia destra, porgi anche la sinistra”, proprio come ha fatto Lui rivolgendosi al soldato che lo percuote, cui ha osservato: “Così rispondi al Sommo Sacerdote?”. Non restituisce lo schiaffo, ma replica: “Se ho parlato male, dimmelo; se ho parlato bene, perché mi percuoti?”. Si sarà sentito incenerire quel soldato!

Da qui parte tutto: la fame, la disperazione, la sofferenza, l’ingiustizia, la disparità operata sull’uomo. Quanto siamo lontani da questo progetto trinitario!

Il Signore ci ha messo come fermento, come lievito nella pasta del mondo, in quella determinata Comunità, nella parrocchia dove operiamo. Non possiamo proporre certi messaggi se non viviamo questo essere “insieme” come fatto teologico e non come formula efficientista. **Questa è la nostra esistenza teologica; vivere il mistero della SS. Trinità come accettazione di sé e dell’altro.** Il fatto che in ciascuno ci siano delle diversità e che l’altro sia diverso è un fatto che si innerva nella Trinità.

Il Padre non è il Figlio, ma mette tutto in comune col figlio e con lo Spirito Santo. Tutto mettono in comune. Il Padre mette in comune le sue ricchezze, tutto eccetto una cosa: l’essere Padre. Il Figlio l’essere Figlio. Lo Spirito essere Spirito. Il resto è tutto in comune.

Questo è un progetto rivoluzionario, che dovrebbe mettere il fuoco nelle vene. E’ a questo che siamo chiamati oggi. ¹

¹ cfr. Tonino Bello – Come vela s’inarca il grembo del mondo – Ed. Insieme 2002

Parte prima
Le ombre : alcune realtà interne alla persona
che possono frenare lo sviluppo della “positiva” relazione

Nella realtà apostolica è notevole lo sforzo, quasi costituzionale, della persona per entrare in relazione con gli altri, con i lontani, con i poveri, con persone di altre culture.

In questo sforzo può esservi il rischio che la persona canalizzi tutte le sue energie per “la gente”, dando per scontato che la relazione in Comunità è qualcosa di non strettamente necessario oppure di già acquisito e di automatico, oppure sintomo di debolezza, come se la persona non stesse stare in piedi da sola e con autonomia propria.

Tenendo quindi conto di questo, prima di percorrere dei percorsi di crescita in vista di relazioni mature, vediamo i potenziali freni.

1 – La tendenza all'autosufficienza

Il relazionarsi ha un suo aspetto di moderazione dell'autosufficienza a cui talvolta tendiamo.

Cogliere come pensa un altro, percepire delle diversità o dei divieti talvolta ha lo scopo di difenderci da atteggiamenti di onnipotenza, che ci può portare a sostituirci al Creatore, non assumendo la nostra **creaturalità**.

La relazione quindi aiuta ad assumere questa caratteristica umana : l'uomo è una potenza limitata, e quindi **relazionarsi in quanto moderare l'autosufficienza significa fundamentalmente imparare a sentirsi parte, e non il tutto.**

Talvolta però la persona, sentendosi creatura, percepisce di non valere abbastanza, si sente quasi un oggetto inferiore, e ciò può arrivare ad intaccare la stima di sé abbastanza profondamente.

Nei momenti in cui la persona non si sente capace prova un forte senso di tristezza interiore ed elabora dentro di sé una convinzione sempre più diffusa che non è degna, che non ha nulla da offrire, che non è capace. **Tende così a estendere il normale senso di inadeguatezza**, che la persona percepisce per es. di fronte a situazioni nuove o esperienze difficili o insuccessi temporanei, **a tutta la sua vita, andando verso una incertezza e una tristezza di fondo. In tale modo la persona si ripiega su di sé e quasi percepisce che non solo i Confratelli, ma quasi neanche Dio la possono aiutare a migliorare.**

Henri Nowen raccomanda, per chi vive tali momenti di incapacità e di insicurezza, di **evitare il rifiuto di se stessi.**

Devi evitare non soltanto di biasimare gli altri, ma anche di biasimare te stesso. Sei propenso a biasimarti per le difficoltà che incontri ; ma biasimare se stessi non è una forma di umiltà ; è una forma di rifiuto di se stessi in cui ignori o neghi la tua propria bontà e bellezza.

Ogni volta che rifiuti te stesso, rischi di idealizzare gli altri. Vuoi essere con coloro che consideri migliori, più forti, più intelligenti, più dotati di te. Ti rendi così psicologicamente dipendente, spingendo gli altri a sentirsi incapaci di soddisfare le tue aspettative e facendo sì che gli altri si ritraggano da te. Questo ti fa biasimare ancora di più te stesso, e tu entri in una pericolosa spirale del rifiuto di te stesso e del senso del bisogno.

Evita ogni forma di rifiuto di te stesso. Riconosci i tuoi limiti, ma rivendica i tuoi doni unici e vivi quindi come uguale tra uguali. ⁴²

² cfr. Nowen – La voce dell'amore – Ed. Queriniana

2 – Attenzione al fatalismo e alla passività

La tentazione del nostro tempo ci può indurre al fatalismo, alla convinzione che di fronte ai problemi del mondo – e quindi anche a quelli della Congregazione – non possiamo fare nulla.

Questa passività può contagiare anche la Vita Consacrata e la propria Congregazione.

Una conseguenza di tale fatalismo e passività può essere **la caduta del mondo dei desideri**, sia a livello personale che a livello istituzionale.

Cioè si riduce **la capacità di concentrare – canalizzare le proprie energie verso qualcosa di importante in sé e centrale per la propria vita (= desiderio)**³.

Tale caduta del mondo dei desideri si può manifestare nei seguenti modi.

A – tensione al **ripiegamento** su di sé

B – la solitudine e il deserto pesano : **ritorno alle “cipolle” d’Egitto**.

La tensione anche verso momenti di non castità può essere un ambito in cui la persona ritorna alle “cipolle” (sostegni e amicizie poco chiare ; masturbazione ; ecc).

C – rischio di **accontentarsi di obiettivi di poco conto** (es. un’amicizia che riempie la solitudine) e al di sotto della propria capacità di guardare in alto.

D – i desideri rispondono al **bisogno di autoconservazione e di omeostasi** (= conservare l’esistente, senza introdurre novità).

E – la capacità progettuale diventa mirata all’**autopreservarsi** da nuove fatiche (ci si concentra per salvare l’esistente e “l’osservanza”. Perché inserire nuove vocazioni se poi ci portano problemi ?)

F – se si indebolisce il desiderio, si indebolisce il **pensiero e diventa concentrato su di sé**

es. il ripiegamento su relazioni note, famiglia, alcune dell’Istituto) con paura del mondo, della società, del futuro (es. paura della malattia).

3 – Timore di ferirsi con le ferite dei Confratelli = dare la vita anche nella Comunità

Talvolta un atteggiamento che fa ancora più male al Confratello in Comunità, questo è il distacco. Persone che versano in grave bisogno, che cercano un orecchio attento, una parola di conforto, un abbraccio che perdona, una mano ferma, un sorriso gentile, o anche una balbettante confessione dell’incapacità di fare di più, si trovano spesso di fronte a persone distaccate, che non intendono scottarsi le mani. Il paradosso sta proprio nel fatto che **talvolta coloro che vogliono operare per “chiunque” si scoprono spesso incapaci di essere vicino ad un singolo, quando esso da “vicino” passa a “prossimo”**.

Sembra qui necessario ribadire il principio che **non si può stare accanto al Confratello in Comunità che sta male, senza correre il rischio di ferirsi o anche di essere parzialmente distrutti dal suo processo di sofferenza anche spirituale. Si tratta così di dare la vita per gli altri**. Forse il vero martirio significa una testimonianza che comincia con la volontà di piangere con quelli che piangono, di mettere a disposizione le proprie esperienze di dolore e di gioia come fonti di chiarificazione e di comprensione.

Chi può salvare un bambino da una casa in fiamme senza correre il rischio di essere investito dal fuoco ? Chi può prestare ascolto ad una storia di isolamento e disperazione senza correre il rischio di sperimentare nel cuore simili sofferenze, e di perdere anche la sua preziosa pace mentale ? In breve : chi può togliere il dolore senza parteciparvi ?

Fino a quando pensiamo che la relazione verso l’altro in Comunità è una assunzione di corresponsabilità verso un astratto bene generale, se pure della Congregazione, rischiamo di dimenticarci che nessun Dio può salvarci se non è un Dio che soffre e che nessun uomo può guidare il suo popolo se non è un uomo schiantato dai peccati di quel popolo. ⁴

³ v..Amedeo Cencini – Il mondo dei desideri – Ediz. Paoline 1998

⁴ cfr. + Domenico Cancian in Misericordia, volto di Dio e dell’umanità nuova. Ed. Paoline 1999

4 - Aggressività e grinta nella relazione

Molto semplicemente può accadere che nella relazione all'interno della Comunità, emergano palesemente o sott'acqua dei conflitti.

Teniamo conto che le relazioni autentiche non escludono il conflitto.

Allora può essere interessante individuare quali sono le situazioni in cui, particolarmente ci arrabbiamo:

- Quando non riusciamo a raggiungere un obiettivo prefissato
- Quando non ci sentiamo capiti o umiliati
- Quando ci sentiamo tarpate le ali
- Quando ci sentiamo contrariati
- Quando ci sentiamo feriti
- Quando un avvenimento presente ci rimanda ad un vissuto passato
- Quando ci sentiamo deprivati di qualcosa o di qualcuno (gelosia)
- Anche quando non ci sono fatti contingenti in cui ci sia la responsabilità di qualcuno (es: piove) e ce la prendiamo con qualcuno vicino...

Come esprimiamo la rabbia

MODALITA' AGITE sia in modo esplosivo come passivo

- Linguaggio verbale (risposte dure, scenate, urla...)
- Linguaggio non verbale (occhiate silenziose, gesti bruschi, porte sbattute, rumore,...)
- Atteggiamenti di superiorità
- Critica, svalutazione
- Piccole o grandi vendette attraverso ritiro di affetto (non saluto, non guardo la persona in faccia, arrivo in ritardo o boicotto qualche iniziativa in cui è importante la mia presenza...non mi presento...)
- Ritiri di servizi (il Confratello deve prendere la macchina e non faccio trovare le chiavi...)
- Proietto la colpa sull'altro ("è lui che mi ha fatto arrabbiare, è lui che è arrabbiato"...)

MODALITA' AGITE chiudendosi e rivolgendola contro se stessi

(quando inconsapevolmente ci si sente inadeguati alla reazione e ci si difende in modo passivo):

- richiudendosi in se stessi e rimuginando la propria sensazione di inadeguatezza o del proprio sentimento di essere stati feriti e, di conseguenza, autodistruggendosi
- continuando, dentro di sé a bisticciare con l'altro
- scappando (l'altro per me è una minaccia)
- somatizzando
- facendosi del male (non mangiando, non dormendo...punendosi – qualche volta anche la penitenza può diventare una forma di punizione di se stessi).

POSSIBILI GESTIONI EFFICACI DELL'AGGRESSIVITA'

- Riconoscere di essere arrabbiati (domandarsi: cosa sento?)
- Accettare di essere arrabbiati
- Riconoscere la rabbia e le proprie ferite come parte di noi stessi. Occorre non prendere le distanze dalle nostre ferite e dalle nostre debolezze (Cfr: il fratello maggiore che dice "tuo figlio" e il padre ribatte "tuo fratello"). Questa debolezza è mia, mi appartiene.
- Imparare a parlare del sentimento con la persona interessata (non è detto che questo si debba fare subito). Questo impedisce che l'emozione esca fuori in modo sproporzionato o verso la persona o situazione sbagliata

- Il sentimento forte può assumere, se non detto, dimensioni di sproporzione, divisione dentro e di generalizzazione per cui tutte le energie e gli interessi vanno a colpire lì
- Imparare a dirsi, almeno con una persona di confidenza
- Scrivere, provando ad esprimere i sentimenti
- Trovare alcune modalità semplici e personali per scaricare la tensione e la rabbia che altrimenti esprimerei in gruppo - Comunità.
- Confronto con i valori e accettazione di sé come persone amate e volute da Dio, anche con la propria rabbia. Saper consegnare se stessi a Dio, anche col male e la propria rabbia
- Rapporto e confronto tra umiltà ed autostima
- Il passaggio per passare dalla rabbia alla mitezza non è la repressione o avere sempre il sorriso stampato sulla faccia. Consiste nel riconoscersi realisticamente ed umilmente per come si è nella serenità. La mitezza non è una facciata ma una conquista che, come dicono i Padri del deserto, richiede continua purificazione del cuore e quindi riconoscimento di quanto lo abita.
- Imparare comunitariamente ad accettare con semplicità i nostri umori, le nostre rabbie, accogliersi, amarsi, accompagnarsi. Può essere utile, anche comunitariamente, abituarsi ad esprimere i propri stati d'animo con semplicità.
- Capacità di reazione
- “ di prendere posizione e rischiare
- “ di intervento
- “ di proposte alternative

Può essere particolarmente utile riflettere sul fatto che il Dio di Israele non solo è incline alla misericordia, ma ne è talmente ricco da doverla stendere in abbondanza di generazione in generazione. La sua collera quindi non dura per sempre, perché l'amore con il quale viene incontro al peccatore supera oltre misura il peccato, elargendo in abbondanza la sua grazia.

Ecco quindi che anche noi, a suo modello, **possiamo trasformare la nostra rabbia in grinta (= voglio riuscire) e in misericordia.**

**5 – Una difficoltà nel guardare se stessi e gli altri Confratelli in modo pacificato :
la modalità rigorista**

Talvolta la persona non si valuta positivamente e non si vuole bene perché va verso atteggiamenti rigoristi verso se stessa⁵.

Oggi il rigorismo è riscontrabile. Per esempio, i fondamentalisti islamici lasciano il mondo con il fiato sospeso. In molti movimenti sociali vi sono gruppi di rigoristi.

Nelle Comunità vi sono molti che hanno intrapreso un cammino spirituale ; persone che convivono pacificamente con gli altri e non muovono accuse a nessuno, ma che sono molto severe nei confronti di se stesse e praticano un tipo di asceti che fa quasi violenza alla persona.

■ Una causa della durezza nei confronti di se stessi e l'altro si trova spesso nella **percezione della propria storia personale**. Vi sono persone che da piccole sono state ferite. Se esse non riescono a guardare in faccia le offese ricevute, ad elaborarle e ad arrivare a un tipo di rassegnazione o di riconciliazione con esse, sono condannate a ferire continuamente se stesse e gli altri. Il dolore provato dal bambino quando è stato offeso è stato così grande da dovere essere soffocato per potere in qualche modo sopravvivere. Sembra quasi che il bambino faccia inconsciamente questo giuramento : “ Le sofferenze che ho dovuto provare e sopportare da piccolo sono state tali da coprire il mio fabbisogno di dolore per tutta la vita. Io non voglio più soffrire”.

⁵ cfr. Anselm Grun – Come essere in armonia con se stessi – Ed. Queriniana 1997

Il bambino viene ferito nel suo senso di identità se non viene amato per quello che è.

La frustrazione del desiderio del bambino di essere amato come persona rappresenta il trauma maggiore che egli possa sperimentare.

Avviene così che, in seguito ad una ferita, ci si chiude interiormente, che si pensi di non avere bisogno di amore. Ma è una reazione alla disperazione, che rende le persone sempre più dure e interiormente vuote. E così una persona si autoesclude da ogni esperienza di amore, dalla quale però in fondo all'anima ha un ardente desiderio.

Così, per potere sopportare il dolore, il bambino rinuncia alla sua identità e si identifica con l'aggressore. Una forma di ciò è l'autopunizione. Noi ci puniamo nel medesimo modo in cui siamo stati puniti da bambini. Rivolgiamo verso noi stessi quelle aggressioni del passato che non abbiamo elaborato. Spesso l'autopunizione si esprime attraverso forme di depressione o mediante sintomi psicosomatici come dolori di stomaco, mal di testa o mal di schiena. Un tipo di autopunizione è anche l'autoaccusa e l'autocolpevolizzazione.

Ci si umilia, ci si considera il peggiore degli esseri umani e si svaluta tutto ciò che si fa, si pensa e si sente. Come è ovvio, questo meccanismo non ha nulla in comune con l'umiltà, e perciò non giova alla propria sintesi armonica di vita.

■ Un'altra ragione del comportamento rigorista può trovarsi in ***un'educazione sbilanciata, nella quale si sono accentuate innanzi tutto le doti maschili, come la durezza e la lotta, mentre si sono svalutati i sentimenti.***

Se un bambino ha la sensazione che il suo vissuto e i suoi sentimenti non sono importanti, che non si può piangere, che si deve stringere i denti per tirare avanti nella vita, questo bambino sarà indotto a soffocare sempre di più i propri sentimenti per adeguarsi a questo comportamento duro.

■ Un'altra causa del rigorismo è ***la sfiducia.*** Può capitare che il bambino elabori poca fiducia in se stesso e negli altri. Non potendo costruire un rapporto solido e chiaro con i genitori, tende a non fidarsi di nessuno e a considerare tutte le persone inaffidabili e pericolose.

Allora si sforza di vincere la mancanza di fiducia in se stesso attenendosi a norme ben precise. Queste gli danno la certezza di potere comunque vivere in modo abbastanza accettabile, sebbene nel suo intimo il livello di aggressività e di emozionalità costituisca una miscela esplosiva che può scoppiare da un momento all'altro. Ma le norme proteggono, almeno parzialmente, da questa esplosività.

■ Un'ulteriore causa della durezza verso se stessi e verso l'altro è ***un falso rapporto col mondo degli ideali.*** La persona si sente bene solo se corrisponde a determinati ideali.

La sua autovalorizzazione dipende dalla misura in cui si sente all'altezza dei suoi ideali.

A tale punto si identifica con gli ideali che si è costruita, da cancellare quanto altro esiste in sé, che non corrisponda a questo ideale. Si inaspriscono gli imperativi, si pongono sempre più in alto le mete da conseguire, si diventa sempre più severi e duri con se stessi.

Ma non si tratta di Ideali secondo la Volontà di Dio, bensì dei propri ideali.

Anche nella spiritualità – e non solo nel mondo mitologico – esistono i "Titani".

Sono persone che si prefiggono degli ideali troppo alti, che esaltati dalle esperienze spirituali pensano di potere puntare sempre più in alto, di potersi avvicinare sempre di più a Dio e di fare esperienza solo di Dio. Tentano di cancellare la propria "ombra" e dalla stessa vengono immancabilmente ripresi. Alcune persone credono che, avendo optato per Gesù Cristo, non potrà succedere loro più niente, eviteranno qualsiasi crisi perché la fede verrà in loro aiuto. Questi "titani" oltrepassano la loro situazione reale e anzitutto non tengono in considerazione il loro corpo. Non tengono conto che essi non sono ancora creature celesti, ma creature terrestri.

Noi possiamo salire verso Dio solo se abbiamo il coraggio di calarci nella nostra realtà, nell'oscurità della nostra ombra.

6 – Attenzione all'esposizione troppo prolungata allo stress

Nonostante la persona possa avere elaborato una buona sintesi tra la propria armonia personale e l'accettazione dei Confratelli, occorre però fare attenzione che ***l'esposizione troppo prolungata allo stress può diventare un ostacolo per la capacità di essere accettazione.***

Per riflettere su alcuni aspetti di fragilità oggi, anche nella Vita Consacrata e nelle persone che appartengono alle Comunità parrocchiali dove viviamo la vita apostolica, si può dire che ***una delle fragilità più presenti è lo stress.***

15c) *Un terzo ambito è costituito dalle forme e dalle condizioni di esistenza in cui emerge la fragilità umana. La società tecnologica non la elimina; talvolta la mette ancor più alla prova, soprattutto tende a emarginarla o al più a risolverla come un problema cui applicare una tecnica appropriata. In tal modo viene nascosta la profondità di significato della debolezza e della vulnerabilità umane e se ne ignora sia il peso di sofferenza sia il valore e la dignità. La speranza cristiana mostra in modo particolare la sua verità proprio nei casi della fragilità: non ha bisogno di nascondersela, ma la sa accogliere con discrezione e tenerezza, restituendola, arricchita di senso, al cammino della vita.*

Solo una cultura che sa dar conto di tutti gli aspetti dell'esistenza è una cultura davvero a misura d'uomo. Insegnando e praticando l'accoglienza del nascituro e del bambino, la cura del malato, il soccorso al povero, l'ospitalità dell'abbandonato, dell'emarginato, dell'immigrato, la visita al carcerato, l'assistenza all'incurabile, la protezione dell'anziano, la Chiesa è davvero <<maestra d'umanità>>.

Ma l'accoglienza della fragilità non riguarda solo le situazioni estreme. Occorre far crescere uno stile di vita verso il proprio essere creatura e nei rapporti con ogni creatura: la propria esistenza è fragile e in ogni relazione umana si viene in contatto con altra fragilità, così come ogni ambiente umano o naturale è frutto di un fragile equilibrio.⁶

7 – La parola stress

Sempre più spesso ci troviamo ad utilizzare parole di cui non conosciamo l'effettivo significato.

Il termine stress, infatti, che a molti può sembrare un vocabolo di recente introduzione e/o di possibile origine anglosassone, in realtà ha radici più remote.

Stress deriva dalla parola latina ***strictus***, che indica stretto, compresso, serrato; in passato, in particolare nel XVII secolo gli anglosassoni gli davano significato di ***avversità, difficoltà***, mentre nel XVIII e nel XIX secolo indicava ***forza, pressione, sforzo***.

Recentemente, invece, secondo alcuni studi questa parola fu trovata nell'ambito della metallurgia, dove per ***provare la resistenza delle travi metalliche si mettevano "sotto stress"***.

Il termine è diventato poi, per convenzione, ricco di caratteristiche negative, che rimandavano ad un ***generico pericolo per la salute psicofisica o per la vita***. Meno frequentemente viene considerato come ***una condizione capace di migliorare le prestazioni di un individuo***.

Solo oggi si è riconosciuto lo stress come espressione di una condizione in cui l'organismo si trova esposto a fattori interni ed esterni che tendono ad alterarne l'equilibrio.

Si può considerare lo stress come una medaglia a due facce: la prima dà un tono all'organismo ed alla psiche, migliora la qualità della vita, e questo viene definito ***eustress*** (dal greco "eu" cioè bene) ***o stress benefico***.

L'altra faccia della medaglia è costituita dall'accumularsi di stimoli - stressori che obbligano l'organismo a sforzi esagerati ed innaturali; questo porta, all'inizio, ad un periodo di resistenza, e, più avanti, ad un periodo di esaurimento e logorio.

Quando lo stress diventa nocivo viene chiamato ***distress*** (dal greco dys, prefisso dal valore peggiorativo) e la sua causa maggiore è l'alto numero di eventi stressogeni.

⁶ da Testimoni di Gesù risorto, speranza del mondo – Traccia di riflessione in preparazione al Convegno Ecclesiale di Verona 16-20 ottobre 2006- CEI – Ediz Paoline

Naturalmente il distress non dipende solo dall'accumularsi degli eventi, ma anche da come li valutiamo e dal peso emotivo che hanno per ognuno.

Ci sono **tipi diversi di stress**: **quelli fisici** (uno shock elettrico, l'esposizione al freddo), **quelli metabolici** (alterazione della glicemia ecc), quelli psicologici (sostenere degli esami, un nuovo lavoro) e **quelli psico-sociali** (un lutto, un cambiamento di vita, una crisi vocazionale, ecc.).

Talvolta il distress può essere collegato al rapporto tra stress e risorse della persona, nel senso che può minacciare l'equilibrio psico-fisico della persona stessa nella misura in cui la sollecitazione eccede la capacità di risposta o quando risulta troppo povera rispetto ad essa, inibendo le normali esigenze di attivazione; in altri termini, è il rapporto tra la quantità di stress che il soggetto sperimenta e le competenze di cui dispone che rendono ragione dell'esito più o meno consapevole del momento di cambiamento (per esemplificare, l'insistenza nel fare studiare una persona che ha un quoziente intellettivo limitato, può condurla a una situazione di distress).

8 – Lo stress nelle sue manifestazioni fisiche e antropologiche

► **Aspetti fisici dello stress**

Il sentirsi sotto pressione tende a manifestarsi più fortemente nelle persone che hanno una forte predisposizione ad avere problemi di salute, disturbi psicologici e psicosomatici, perdita dell'autostima, crescente insoddisfazione nel lavoro o nel servizio.

La tensione che le persone colpite si trascinano dietro si manifesta con disturbi del sonno, insonnia, apatia, incapacità di rilassarsi, incubi.

Il sentirsi continuamente stanchi e tesi porta ad una maggiore tendenza ad ammalarsi; sono frequenti i mal di testa, i raffreddori; lo stress costante genera gastriti ed ulcere nelle persone che sviluppano sintomi psicosomatici, inoltre sono frequenti algie diffuse.

Sentirsi sotto pressione induce ad una cattiva alimentazione.

I sintomi fisici che colpiscono le persone vengono in qualche modo tamponati per riuscire ad andare avanti; così, diventa frequente l'uso di antidolorifici, sonniferi, tranquillanti, stimolanti dalla semplice caffeina all'uso costante di farmaci per affrontare la giornata.

Ciascuna di queste soluzioni per affrontare lo stress, se non somministrate con cautela, si presta ad essere una potenziale fonte di abuso.

L'organismo, con la continua somministrazione di farmaci, diventa tollerante, assuefatto, di conseguenza con il passare del tempo le dosi che si prendono non bastano più per alleviare dolori o per dormire.

► **Le tappe psichiche dello stress**

Lo stress non si manifesta all'improvviso, ma è il risultato di un percorso a tappe che sono state individuate e che seguono un certo ordine.

La prima fase è definita dell'**entusiasmo idealistico**, delle nobili e grandiose aspirazioni sia dal punto di vista del servizio che da quello vocazionale, perché caratterizzate dal desiderio di dare il massimo per una causa elevata, centrale per il tipo di vocazione e di vita che si è scelta. Entusiasmo e speranza di essere utili alla Chiesa e al mondo. L'integrazione con il gruppo di appartenenza (= Congregazione, Comunità) è totale, senza riserve ed anche se i comportamenti degli altri sono poco partecipativi, non c'è preoccupazione o paura. Il bisogno di imparare, di mettersi al servizio e di essere ben accolti dagli altri in Comunità dà luogo ad un atteggiamento di dedizione completa che può anche infastidire chi nel gruppo-Comunità è più "navigato" ed ha acquistato la capacità di distinguere il sogno dalla realtà, le illusioni dalle possibilità realisticamente valutate. Nel servizio apostolico si può notare un entrare in contatto con il bisogno del povero, senza sapere distinguere i propri sentimenti da quelli dell'altro e immaginare così che alcuni interventi effettuati debbano dare luogo a risposte che poi nella realtà non trovano riscontro.

La seconda fase è della **stagnazione**, durante la quale il soggetto si accorge che la realtà vocazionale scelta o il servizio non soddisfa del tutto i suoi bisogni. E' il risveglio dall'idealizzazione, perché i risultati non sono quelli attesi. L'efficacia della propria azione è

compromessa e si fa strada l'impressione della propria inutilità: nonostante tutto si è sempre al punto di partenza. Ci sarebbe bisogno di vedere risultati per rinforzare la stima di sé, ma questi non giungono. Una maggiore profusione di energie non produce risultati migliori, mentre aumenta la fatica e lo scoraggiamento. Si è lavorato molto, ci si è dati da fare per migliorare, ma poco cambia.

Nella stagnazione affiorano segni di una stanchezza precedentemente mai dichiarata, si manifestano segni di irritabilità verso i Superiori, un disagio verso quell'impegno che prima era totalizzante ed ora ha perso ogni fascino. In questa fase di primo disequilibrio diventa anche difficile chiedere aiuto a quelle persone che nel loro realismo avevano messo in guardia e che troppo avventatamente erano state definite "fredde".

La terza fase è della **frustrazione**, in cui il soggetto pensa di non riuscire a realizzare nulla di quanto progettato. Mancano le gratificazioni per un'azione che si credeva incisiva, capace di portare novità. Si vive una situazione di stallo: tutti i tentativi fatti per produrre dei miglioramenti nello stile di vita, nell'adesione ai propri ideali si dimostrano inutili: si osserva una grande distanza tra gli ideali e la realtà. Subentra la sensazione di fallimento e si riduce ulteriormente il livello di autostima.

Si fanno strada dubbi sulla propria vocazione, sulle proprie capacità di assolvere i compiti prefissati e prende consistenza il senso di vergogna e di colpa. Nascono facilmente confronti con altre persone (nel servizio e in Comunità) di fronte alle quali ci si sente inferiori e sconfitti. Il soggetto è demoralizzato, vive disturbi psicosomatici, insonnia, ansia e paura per il futuro, avendo ormai perso il controllo della situazione e rinunciando a prendere iniziative.

In questo contesto psicofisico c'è una tendenza a guardare non solo a sé, ma anche ad andare indietro con la memoria e cercare e magari arrivare a valutare insufficiente la formazione ricevuta, oppure riconsiderare la struttura e la Comunità entro la quale si opera e concludere che questa non corrisponde ai principi enunciati e non risponde ai bisogni di carità richiesti dai tempi. Le persone non si sentono aiutate, considerate in Comunità, dai Superiori, e nemmeno da coloro verso i quali si stanno impegnando. Tre sono gli aspetti più evidenti della frustrazione: le malattie psicosomatiche, l'esagerazione nel cibo o in altri beni voluttuari (caffé, internet, spesso alcool, ...) e alterazioni delle relazioni interpersonali e sociali.

Lo stress, in questa fase, è conclamato, evidente, centro della crisi. Proprio perché manifesto, può essere riconosciuto e affrontato per approdare ad un suo superamento, attraverso un'opera di ricomposizione armonica tra ideale e realtà.

Se tutto ciò non avviene, si va incontro alla quarta fase del processo rappresentata dall'**apatia**, che è oltre la noia, è distacco, disinteresse. La freddezza emotiva e l'impersonalità nelle relazioni è il vero stress. Gli altri sembrano dare fastidio e tutto quello che si fa, lo si fa automaticamente, lo si sente pesante e senza senso; così si cerca di fare il meno possibile in una rassegnazione che è trappola perché comporta una sofferenza da cui non si può fuggire. Si immagina di poter cambiare ambiente, servizio senza considerare che il frequente turnover, effetto dello stress, ne rappresenta anche una delle cause per chi cambia già stressato e trova nuove persone con cui collaborare.

In questo stadio si cercano facilmente compensazioni, affetti o si effettuano fughe di vario tipo, anche solo con la fantasia. Si tratta di costruirsi delle nicchie di sopravvivenza, rappresentate da piccole attività, hobby, o realizzazioni personali private, nelle quali non ci sia bisogno di confronto o non siano previsti risultati, o ancora, che rappresentino la realizzazione di un'altra vita, quella a cui si era rinunciato per intraprendere una strada che si intendeva luminosa e che nel tempo si è rivelata oscura, tortuosa, contraddittoria.

Lo stress, caratterizzato da tappe, presenta dei "sintomi" che possono essere così sintetizzati:

- Perdita di interesse per la Vita Consacrata, il servizio e per quanti la condividono.
- Un diffuso esaurimento energetico con tensione, ansia e affaticamento.
- Tendenza a trattare gli altri in modo distaccato, meccanico, non partecipe.
- Perdita di entusiasmo, interesse e senso di responsabilità che conduce ad un conformistico "lasciar fare".
- Un allontanamento affettivo dagli altri.

Le persone che non hanno esperienza di stress, spesso lo interpretano come una mancanza di personalità: “Sono diventato una persona cattiva”, “Sono incompetente in questo servizio”, “C’è qualcosa che non va in me”; ne risulta così un atteggiamento di **auto-condanna**.

La sensazione di fallimento è abbastanza tipica in chi sta attraversando e vivendo lo stress; colpisce soprattutto quelli che si trovano in un ambiente Formativo dove il coinvolgimento emozionale è elevato ed il rapporto prestazione - risultato è piuttosto scarso.

Le conseguenze di questo comportamento portano spesso le persone ad indossare una maschera, a fingere che tutto sia perfetto e di essere assolutamente felice.

Non si dà la colpa sempre e solo a se stessi; c’è anche la tendenza ad attribuire ad altri le responsabilità.

La colpa può essere riversata sulle altre persone nella relazione: il singolo Confratello se la prende con il Superiore, con un Confratello ecc.

Un segno caratteristico dello stress è il cambiamento del modo in cui l’individuo vede gli altri; il passaggio da un atteggiamento positivo ed interessato a negativo ed indifferente (v. fase di apatia).

Così la frustrazione è elevata, le motivazioni sono scarse, ed il risultato di una giornata non si può definire soddisfacente.

Le persone emotivamente esaurite si irritano con facilità e qualsiasi frustrazione, anche se minima, genera una reazione di collera. **La rabbia** che si crea aumenta i sentimenti negativi verso gli altri, si instaura una crescente avversione che alimenta atteggiamenti di sospettosità verso tutti.

Non è difficile trovare nelle persone stressate atteggiamenti di **onnipotenza**; pensano di essere gli unici in grado risolvere problemi e situazioni pesanti. Anche questa è una reazione di difesa, è un tentativo per nascondere sentimenti di debolezza o di fallimento; questa risposta allo stress può avere però conseguenze piuttosto rischiose perché la persona potrebbe agire in modo sconsiderato sia in Comunità che al di fuori.

9 – Il ritirarsi dagli altri

Di fronte al disagio nei confronti della realtà o dei propri sentimenti, la persona può ripiegarsi su di sé e fuggire ritirandosi da se stessa e dagli altri. Sono gli **atteggiamenti di solitudine, di fuga**, di chi dà le dimissioni senza sufficiente riflessione, di chi si rifugia in Comunità senza ascoltare altre persone esterne, le persone stesse della Comunità, ecc. Tale difesa si chiama **ritiro sociale**.

Esempio - Quando il confessore dice cose che fanno dispiacere, lo si cambia, e si dice che basta il contatto col Signore e con la sua Parola. O quando un passo evangelico interpella troppo o non dice niente durante la meditazione, lo si cambia.

Così si sono difesi Adamo ed Eva dopo il peccato (Gen 3, 9-10) :

Udirono il Signore Dio che passeggiava nel giardino alla brezza del giorno e l’uomo con sua moglie si nascosero in mezzo agli alberi del giardino.

10 – Il dare la colpa agli altri

La proiezione è una difesa diffusa e di solito non la riconosciamo dentro di noi. Più frequentemente si tratta di un meccanismo sottile, e spesso dirompente in termini sociali (= Comunitari) che si manifesta nella **diffusa tendenza della persona ad attribuire agli altri i propri errori e le proprie mancanze**, servendosi spesso a tale scopo di antagonisti talvolta immaginari.

Di fronte a una nostra paura o pericolo interno lo spostiamo all’esterno : “ Ho agito così perchè gli altri mi hanno condizionato” ; “Non sono io ad avere il nervoso, ce l’hai tu” ; lo ho il nervoso, ma me lo hai fatto venire tu” . In fondo, è la persona che vede la trave altrui, trascura la sua pagliuzza e non si rende conto che a volte la trave altrui è solo la sua pagliuzza ingigantita (cfr. Mt 7, 3-4).

La proiezione, anche nei confronti della comunicazione con l'altro e della preghiera, può bloccare la comunicazione e può distorcere la realtà. Pensiamo per esempio a quei salmi, tipo "I miei nemici mi hanno circondato" (Salmo 41-54-55-64-83 e in particolare salmo 118), possono essere letti dalla persona come: "Maledetta la persona che in Comunità mi fa dei dispetti"; "Maledetto il Superiore"; "Maledetto chi mi perseguita..."; e così la lettura del salmo viene distorta. Questo meccanismo di proiezione fa distorcere anche la realtà della preghiera, che rivolge invece la maledizione alle proprie passioni, al male dentro di sé e non a quanto è fuori di sé.

Di solito, quando usiamo questo meccanismo, non ce ne accorgiamo e quindi non facciamo nulla per correggerci; si addossano ad altri responsabilità, torti e immaturità personali, con giudizi rigidi e ripetitivi, si condannano gli altri in modo facile e sbrigativo.

Un'arma molto utile è **l'esame di coscienza**: se noi ogni sera ripensiamo alla nostra giornata, ci accorgeremo di avere dato delle colpe agli altri.

La proiezione ci fornisce anche un modo raffinato per non prendersi degli impegni: "Non voglio fare perdere tempo al mio Direttore Spirituale, e così non lo cerco" (= la colpa è sua se io non lo cerco); "I miei difetti sono pochi in confronto a quelli degli altri" (quindi io non mi impegno a correggerli, e la colpa è degli altri).

Ci sono poi i momenti in cui leggiamo i passi della Scrittura vedendo in essi sempre i problemi degli altri.

Il meccanismo della proiezione si vede bene proprio nel racconto del peccato originale, all'inizio di tutti i nostri peccati (Gentile 3, 11-13), in cui Adamo butta tutta la colpa su Eva, la quale a sua volta incolpa il serpente, come se ciascuno di loro non fosse dotato di una propria volontà e responsabilità.

Il Signore chiese ad Adamo: "Hai forse mangiato dall'albero di cui ti avevo comandato di non mangiare?". Rispose l'uomo: "La donna, che tu mi hai posto accanto, mi ha dato dell'albero e io ne ho mangiato". Il Signore Dio disse alla donna: "Che hai fatto?". Rispose la donna: "Il serpente mi ha ingannato e io ho mangiato."

Vediamo qui come questo meccanismo succede con vera facilità.

11 – Il relazionarsi per "dovere"

Talvolta ci diciamo, dentro di noi o in Comunità: "io devo stabilire relazioni interpersonali con l'altro, ma lo faccio solo **perché devo**." Evidentemente si tratta di una relazione carente: al di là delle cose giuste che si fanno, manca la propria persona. Magari facciamo cose giuste, diciamo cose giuste, ma manca la vivacità, manca la sensibilità, manca la propria affettività. E se viviamo in relazione **perché dobbiamo**, non solo manca la propria persona ma non abbiamo ancora capito la persona dell'altro: "sono qui a parlare con te, ma perché **devo parlare con te**".

Manchiamo noi e manca l'altro, non ci siamo ancora aperti all'altro, non abbiamo ancora capito l'altro, non l'abbiamo ancora ospitato, non l'abbiamo ancora accolto. Occorre invece **andare al di là del semplice dovere. Occorre aprirsi nell'amore all'altro in Comunità, dare un contenuto a questa espressione che comprende l'aprirsi allo stupore, alla meraviglia, il farsi attento alla prospettiva dell'altro, al meglio dell'altro.**

Allora nasce la comprensione, e non c'è di meglio nelle relazioni interpersonali che il sentirsi compresi, capiti. Questo ci dà anche la possibilità di dire all'altro: "io però non la penserei proprio così", ma dobbiamo fare da parte nostra lo sforzo di capire, di far sentire l'altro compreso veramente, non amato per dovere.

Si può provare a pensare che effetto ci fa sentire che l'altro ci fa qualcosa, qualche servizio, sta ad ascoltarci perché **deve farlo**.

Come superare questa carenza se non attraverso il **riscoprire l'altro come persona** che sta vivendo, con le sue tensioni, con i suoi limiti, e anche con i suoi difetti certamente, ma sta vivendo e sta cercando di affrontare, magari in modo sbagliato, i suoi problemi. **Si crea una sintonia diversa, scatta la molla non per seguirlo ovunque ma per una comunicazione molto diversa.**

12 – Il relazionarsi perché “l’altro in Comunità si interessi a me”, e la “relazione captativa”

Se nella relazione in Comunità il centro sono “io”, il “mio” servizio, la “mia” attività”, la “mia” salute, i “miei” gusti, il “mio modo di relazionarmi con Dio”... , ecco che la relazione con i Confratelli diventa incentrata sulle “mie” esigenze fisiche, operative e perfino spirituali.

Ovviamente, se l’altro esce da questi schemi, ecco che subentra quasi automaticamente il conflitto.

Vediamo ora più dettagliatamente questo tipo di relazione.

“Do ut des”. Possiamo anche consumarci per l’altro ma sotto sotto mantenere questa prospettiva che impoverisce la relazione. Diamo all’altro, ci spendiamo per l’altra, **così abbiamo almeno qualcuno per noi stessi.** Quando si entra in questa logica carente, **i nostri rapporti interpersonali diventano selettivi. Spendiamo tanto tempo ad ascoltare una persona, ma “quella” persona. Diventiamo selettivi e quindi escludenti,** abbiamo tempo solo per “quella” persona.

Alla base ci sono ancora **i nostri bisogni egocentrici** che pur nell’apparenza dello spendersi generosamente, operano in noi una selezione su quelle relazioni in cui possiamo essere gratificati.

Anche in questo caso **può servirci pensare a come reagiamo noi di fronte all’amore interessato: che effetto ci fa? Anche nella Vita Comunitaria sono possibili queste relazione in cui si ama per se stessi, relazioni che contengono una certa strumentalizzazione dell’altro.**

Continuando questa modalità relazionale, si può giungere ad una vera e propria **modalità captativa.**

In questo caso si vive nella relazione **un’affettività dominata dall’egocentrismo; l’altro – cioè – viene usata per riempire le proprie carenze affettive.** Si profila qui una dominazione, ma per colmare le proprie carenze affettive.

La dominazione, di qualunque tipo, parte da un Io egocentrico, insicuro, che tende a imporre il proprio punto di vista, che non accetta di perderlo, che deve sempre prevalere appunto perché vive questa insicurezza di fondo, e poi si giustifica ricorrendo alle proprie buone intenzioni. E’ bene però sapere che di fatto queste ragioni non corrispondono alla verità: qualche volta diremo che lo facciamo per un senso di responsabilità verso l’altro, altre volte per aiutarlo a camminare sul giusto cammino.

Questi movimenti di dominazione, di appropriazione dell’altro (anche in Comunità) possono radicarsi in sofferenze subite nel passato, cioè nelle perdite che abbiamo subito nel nostro passato. Tutti noi abbiamo subito la perdita di relazioni amicali nella fanciullezza, nella giovinezza, con i nostri genitori, fratelli ecc, e ce le portiamo dentro come ferite. Come reazione, per evitare ancora di perdere, la persona si appropria dell’altro, lo tiene come sotto la propria tutela, in una maniera estremamente rigida, e così si sente più sicura.

A questo proposito possiamo sottolineare un aspetto particolare: **la relazione veramente libera con l’altro deve accettare un rischio, una dolorosa possibilità: quella di poter perdere l’altro. Se non si accetta questo non avremo mai una relazione libera e maturante.** Questo vuol dire che per vivere relazioni mature, dobbiamo guarire dalle ferite del nostro passato, venire a confronto con esse, imparare a vivere affettivamente la perdita, con il dolore che provoca.

E poiché ogni vera relazione interpersonale deve lasciare l’altro senza impossessarsene, in un certo senso questa realtà della perdita dell’altro è sempre presente: l’altra persona (il Confratello) va, deve andare per la sua strada, non ci segue passo passo.

Ogni relazione interpersonale è la confluenza di due libertà. Confluiscono, ma **restano sempre due libertà, non diventano mai una.**

Qui è chiamato a manifestarsi il vero amore: in alcuni momenti queste due libertà possono anche coincidere, ed è molto bello quando coincidono, ma non possono coincidere se sono forzate, costrette o manipolate, devono coincidere liberamente.

La relazione interpersonale è camminare fianco a fianco convergendo nella scelte, comunicando, ascoltando, condividendo.

Non appropriarsi dell’altro significa qualche volta – ed è questo che ci dà più fastidio, che accettiamo con più difficoltà – fare esperienza di solitudine: essere soli con se stessi, essere

soli di fronte all'altro. E' l'esperienza di solitudine di fronte all'altro che facciamo sempre quando quello che pensiamo con le migliori intenzioni non è condiviso dall'altro.

Per non appropriarsi dell'altro, dunque, bisogna ***essere capaci di restare soli con se stessi***: non si tratta di un isolamento, ma di ***una capacità di distacco, di abbandono, di ritornare sempre a quel nucleo fondamentale della nostra identità che è la capacità di amare gratuitamente, di amare anche nella nostra solitudine.***

Colui che tende a dominare è colui che ha bisogno di essere sempre lui a parlare, che dà per scontato che l'altro sia sempre d'accordo, è colui che prende iniziative senza ascoltare, o ancora colui che tace sempre ma per attirare l'attenzione su di sé in modo che tutti girino attorno a lui.

13 – Il consegnarsi con occhi “troppo” chiusi all'altro in Comunità

In questo caso ci si aliena all'altro, e questo vuol dire ***abdicare alla propria personalità***: si parte sempre dai bisogni dell'altro, con una buona attenzione quindi, con l'ascolto ed altri atteggiamenti positivi, ma ***l'errore è il lasciarsi guidare ciecamente dai bisogni dell'altro***; questa è una forma di relazione carente, perché per quanto sia vero che l'altro ha bisogno, noi non possiamo mai lasciarci manipolare completamente dall'altro. Bisognerà trovare un equilibrio giusto, altrimenti si verificherà l'esempio del Vangelo: “quando un cieco guida un altro cieco...”.

Qui ***si tratta di una relazione che si basa sulla dipendenza affettiva***: noi dipendiamo dall'altro, oppure tentiamo di far dipendere l'altro da noi. E' però una relazione carente.

Quante volte sentiamo dire o diciamo in Comunità: “se me lo dici tu lo faccio. Se me lo dice un altro no, solo se me lo dici tu”. Oppure: “A lui non sono capace di dire di no. A tutto quello che mi chiede, non sono capace di dire di no. Agli altri, quando mi chiedono queste stesse cose, non ho problemi a dire di no”. È una forma di alienazione all'altro, che in fondo contiene la motivazione: “che cosa penserà di me se gli dico di no? Dirà che non sono disponibile”, anziché la motivazione: “E' giusto o non è giusto quello che mi ha chiesto?”.

Dovremmo chiederci qualche volta: “cosa farei se invece di questa ci fosse un'altra persona? Farei le stesse cose?”. Se ci accorgiamo che non è così allora dovremmo ammettere che questa relazione non è poi così fondata su quell'amore per il Confratello di cui spesso parliamo, ma che forse stiamo cercando l'affetto di quel Confratello.

Una relazione di questo genere non è una relazione interpersonale.

Se vogliamo un'autentica relazione interpersonale dobbiamo ***mantenere quella giusta autonomia personale che salva la giusta autonomia dell'altro***. E dobbiamo mantenere questa autonomia non perché “*altrimenti mi chiede troppo*”, ma ***in base ai valori dell'amore autentico, che si preoccupa del bene vero, proprio e dell'altro.***

È questo il punto di discernimento, altrimenti o ***diventiamo carenti perché ci sprechiamo per l'altro ma soltanto perché l'altro risponda alle nostre esigenze, oppure ci lasciamo andare completamente: allora si creano relazioni che non fanno crescere né noi né l'altro, e meno che meno la Comunità.***

14 – Il volere imporsi con l'altro e in Comunità

Talvolta la persona non ne è consapevole, ma tende a dominare le singole persone o la Comunità, dando ordini, organizzando anche piccole attività, programmando, senza rendersi conto che fa tutto questo senza confrontarsi con il Superiore della Comunità o i Responsabili dei singoli servizi.

Il conflitto in questo caso può diventare duplice : con i Superiori, che si sentono esclusi, e con le altre persone della Comunità, che si percepiscono sottoposti a leader non istituzionali.

La persona dominativa in Comunità è caratterizzata dal voler imporre il proprio punto di vista, esercitare il proprio potere di controllo. E' la relazione stabilita da colui che vuole controllare tutto, vuol aver tutto sotto il proprio controllo, e che viene magari giustificato con un malinteso “bene dell'altro”. “Se io controllo, se tratto io, faccio il bene dell'altro” Certamente questo tipo di relazione mantiene l'altro allo stadio “infantile”.

La relazione dominativa porta alla **manipolazione vera e propria dell'altro**, in due modi:

- o col tentativo di appropriarsi dell'altro, che vuol dire diventare quasi proprietari della relazione, farne una cosa propria;
- oppure, quando l'altro sfugge appena appena, con l'armarsi di alcune manovre volte a conquistare l'altro: fare *il noioso*, per esempio, oppure *ostentare se stesso*, "guarda qui come faccio io", "così non si può", fino a giungere addirittura a fare il depresso per dominare l'altro.

La persona che è piena di mali, molto spesso lo fa per dominare, in modo da far girare tutto intorno a sé appropriandosi delle altre. Infine c'è chi domina l'altro in modo aggressivo, colui che dice "qui ci sono io".

Talvolta ci si impone all'altro anche nel volerlo fare crescere, ma secondo i propri tempi e non secondo i tempi propri dell'altro.

Questa potrebbe essere una relazione messa in atto dai membri della Comunità: "per la pace della Comunità dobbiamo crescere in fretta".

Entrare in una relazione interpersonale, invece, **significa accettare i tempi dell'altro e i tempi dell'altro non sono i nostri tempi**. Possiamo convenire che sarebbe bello se l'altro crescesse molto più in fretta, ma di fatto non accade. Il tempo deve essere usato come valore non per giustificare noi stessi, ma l'altro! Altrimenti siamo di fronte ad un altro modo di dominare: **c'è la persona che "per il bene dell'altro", in Comunità, ha sempre bisogno di dare consigli a tutti, di dare spiegazioni, di fare proposte**. Sotto questa fretta spesso si nasconde il nostro bisogno di sicurezza, il nostro essere più attenti a noi stessi che all'altro.

Sotto questo atteggiamento può esservi :

la tentazione dell'efficientismo, con la sua inevitabile conclusione che è il sottolineare molto spesso nell'altro quello che non va, il negativo, senza accorgersi che quanto più nell'altro si sottolinea il negativo e tanto meno lo si stimola a crescere. Tutti noi cresciamo puntando i piedi su qualcosa di positivo: questo significa appoggiarci su ciò che in noi è positivo per affrontare il negativo.

L'efficientismo è la pretesa di risolvere tutto in fretta, e c'è un tratto di efficientismo anche nel proporre la propria esperienza: nel rapporto interpersonale portare la propria esperienza di vita non è nulla di male, ma in questo può essere contenuto il messaggio: "poiché io in questa maniera sono riuscito, anche tu, se farai allo stesso modo, stai tranquillo, riuscirai". Ed ecco la fretta: "ti faccio crescere come sono cresciuto io".

Al contrario, una relazione interpersonale non carente, ha bisogno di pazienza, per inserirsi in modo costruttivo nei propri e negli altrui tempi. Costruttivamente, ciò non vuole dire lasciar passare il tempo con l'illusione che il tempo risolverà le cose, anzi, vuole dire anche saper prendere delle iniziative, ma non con l'atteggiamento di impazienza o centrato sul proprio metro personale.

15 – Nella continua rivalsa

Talvolta nella quotidianità della relazione Comunitaria può presentarsi la modalità della rivalsa.

Sono quelle relazioni che si manifestano in tentativi di rivalsa diretta o indiretta nei confronti dei presunti – e a volte reali – torti subiti. Nessuno è esente dal subire dei torti nella vita, a volte senza cattiva volontà da parte dell'altro: per questo nelle relazioni interpersonali in Comunità dobbiamo imparare anche a perdere, riconoscendo la nostra perdita.

La persona diventa "risentita", si rende preziosa: "quello spostamento non mi è piaciuto, mi è stato fatto un torto spostandomi di servizio in Comunità".

Le frasi che si ripetono in questi casi sono di questo tipo: "Adesso io non mi muovo più, se hanno bisogno di qualcosa verranno a cercarmi, io non prendo più nessuna iniziativa, mi dicano loro cosa devo fare, se non mi dicono quello che devo fare io me ne sto qui pacifico e beato".

È un atteggiamento risentito evidentemente, **un modo di scaricare la propria aggressività su chi si ritiene responsabile del torto subito**. Naturalmente si cercheranno tanti motivi per dar ragione a se stessi, e sotto sotto motivi per umiliare l'altro: "Te la faccio pagare".

Ci si può appigliare a delle minuzie, con una pignoleria da microscopio elettronico, e magari con un atteggiamento vittimistico e a volte anche litigioso.

Le relazioni risentite sono quelle che manifestano **un lo sempre all'erta contro l'altro**.

Sembra che la persona viva sempre sentendo il rischio di un grande attacco da un momento all'altro: al fondo di questo doloroso atteggiamento c'è ancora l'egocentrismo, più o meno larvato, e c'è anche **una certa grandiosità, una concezione grandiosa di sé che non può essere assolutamente umiliato e per questo mira sempre alla rivincita;** oppure ci può essere un attaccamento, una fissazione nel passato che blocca il futuro, il progresso della persona: il passato resta il grosso macigno che non si riesce più a superare per qualcosa di meglio.

Certamente se si vuole costruire la Comunità **dobbiamo superare i macigni dei torti subiti:** perché ne subiremo sempre, o avremo sempre l'impressione di averne subito qualcuno, è inevitabile, più si è vicini più questo può accadere, volontariamente e molto spesso involontariamente.

Il risentimento inevitabilmente inacidisce la persona, tramuta il buon vino nel migliore aceto. Non solo, esso depaupera la vita e spacca la Comunità, perché ci fa entrare in un circuito ripetitivo in cui si continua a girare attorno allo stesso palo senza riuscire a tagliare la corda che ci lega ad esso, e più ci si sforza di correre e più si resta lì.

16 – Seguire la gelosia

La gelosia significa **vivere male la differenza tra noi e gli altri in Comunità**. Ci sono persone dotatissime che vivono sentimenti di gelosia nei confronti di persone molto meno dotate di loro a livello fisico e intellettuale, solo perché l'altro sa fare qualcosa che la persona pur dotatissima, non sa fare.

La gelosia può bloccare completamente, se si vive male la differenza. Questo è pure uno dei grandi punti di partenza per i conflitti Comunitari.

Se mettiamo in concorrenza i doni che abbiamo, e allora il successo dell'altro è un attentato alla stima di noi stessi, non possiamo tollerare che l'altro abbia successo. Tutto può essere sempre a proprio sfavore, perché l'altro avrà sempre qualcosa che noi non abbiamo: "ha i capelli ricci quando io li ho lisci, ha studiato all'università quando io ho fatto soltanto la media superiore": dalle cose più grandi alle cose più banali, sempre avrà qualcosa che noi non abbiamo, semplicemente perché **siamo persone diverse**.

La gelosia può manifestarsi in vari modi ed è anch'essa molto incidente nelle relazioni Comunitarie, sia con forme aperte di competizione che con forme più sottili di denigrazione che si esercitano nel seminare dubbi e sospetti sul comportamento dell'altro, nel tentativo continuo di buttarlo giù, nell'incapacità a tollerare che emerga in qualcosa.

C'è un modo di scherzare all'interno della Comunità che è bello e fa molto bene, è distensivo, ma sappiamo facilmente distinguere quando è uno scherzare bonario e quando invece è quell'ironia che assomiglia al taglio del rasoio. **Lo scherzare benevolo fa benissimo in Comunità, scarica tante tensioni, ma l'ironia e il sarcasmo rivelano l'incapacità di partecipare alla gioia dell'altro.** Condividere la gioia è importante per le relazioni Comunitarie autentiche: condividere, essere contento con l'altro manifestando sinceramente: "sono contento per te".

La gelosia nasce da una difficoltà a trovare l'autentica base della stima di se stessi, nasce da una difficoltà di rapporto con se stessi. Facilmente risale al passato, e porta ad una forma di continua competizione: sembra che la persona sia sempre sotto esame, quindi mai libera di essere se stessa, e mai capace di lasciare libero l'altro.

La competizione "costringe" ad occupare sempre il primo posto, ma anche quando la persona occupa il primo posto percepisce che quel primo posto potrebbe esserle minacciato, e la sola idea di questo è per lei fonte di ansia.

Questo ci dice che perché le nostre relazioni siano libere **occorre che noi abbiamo imparato a conoscere e ad accettare noi stessi,** che abbiamo scoperto e accettato la nostra identità.

17 – Il disimpegnarsi nella Comunità

Talvolta la persona sta in Comunità, ma **come un peso morto**, senza impegnarsi in niente. “Per me va tutto bene...”

La persona non ha la spinta per muoversi, è disimpegnata, in essa non c'è passione per niente, non vuole esporsi su niente, né sul piano del fare, né su quello del condividere, del comunicare.

In fondo dice: “Lasciatemi in pace, non faccio male a nessuno: lo lascio in pace voi, voi lasciate in pace me. Troviamoci, facciamo qualche risata”. Non c'è qui grande conflittualità ma non c'è neppure iniziativa, è l'abbandonarsi al tran tran quotidiano.

Questa modalità ha come obiettivo **il vivere incentrati su se stessi**: in queste persone c'è poca o nessuna gratuità perchè gratuità è sempre fare il primo passo. In queste relazioni disimpegnate regna sovrana la mediocrità: la singola è assorbita dal lavoro che fa, senza ignominia e senza gloria, senza voler inserire niente di più.

In queste relazioni **viene meno la dimensione dell'iniziativa**, del servizio, di quel “di più” che è accogliere la grazia di Dio che viene, dell'impegno per gli altri che è la vera costruttività.

18 – I “miti irreali”

Talvolta la persona, inserendosi in Comunità o continuando a restarvi, non cresce su quelli che si chiamano “i miti”, relativi alla Comunità stessa.

I “miti” sono delle false aspettative o concezioni erranee circa il vivere comune. Sono spesso la radice dei conflitti Comunitari, per cui, di fatto, la Comunità non è più luogo di trascendenza.

Questi i miti più comunemente presenti e che la persona deve elaborare per andare verso un realismo umano e spirituale, anche per non andare verso atteggiamenti conflittuali in Comunità.

- **Basta fare Comunità per crescere**

Questa è un'illusione, perché la Comunità offre solo un'opportunità di internalizzazione dei Valori, e l'efficacia di questa opportunità dipende dalle disposizioni intrapsichiche del soggetto.

- **E vissero felici e contenti**

Secondo questo mito la Comunità realizzerebbe la felicità totale per noi e la persona dovrebbe trovare necessariamente in essa ogni gratificazione. E' un mito romantico perché la Comunità è una realtà anche conflittuale. Essa è evangelica non quando non ha problemi, ma quando affronta i problemi con spirito evangelico.

- **Il comunitarismo**

Secondo questo mito bisogna sempre fare tutto insieme, vivere in permanenza una vicinanza fisica, pensare allo stesso modo, mentre la funzione della Comunità è quella di favorire, oltre al senso di appartenenza, anche quello di individuazione.

- **Se ci sono divergenze vuol dire che non ci vogliamo bene**

Invece è inevitabile che ci siano divergenze e spesso discussioni e dibattiti interni, basta che siano costruttivi, che portino a un chiarimento, senza che nessuno ne soffra per una perdita di stima.

- **Quando qualcosa non va, occorre cercare di chi è la colpa**

Di fronte alle difficoltà pensiamo istintivamente in termini di colpa e anziché prospettare soluzioni, ci diamo a distribuire peccati e vergogne. Se ci sono difficoltà è perché tutti abbiamo contribuito a crearle, per cui la soluzione viene dalla cooperazione di tutti.

- **Quando qualcosa non va, bisogna risalire agli screzi passati e recenti**

Queste recriminazioni sono segno della nostra non disponibilità a ricominciare: “Vedi? I fatti confermano che è sempre stato così e sarà sempre così, quindi...”.

- ***Gli altri debbono intuire***

Spesso si pensa che quando ci si vuole bene, non occorre spiegarsi: gli altri devono capire al volo. Anche questo è un mito: occorre invece chiarificare.

- ***Tu sei a mia immagine***

In molte Comunità si perde molto tempo ed energie nello sforzo di modellare l'altro a propria immagine e somiglianza. Ma il criterio del cambiamento altrui non siamo noi o il nostro stile personale, ma i valori evangelici. Se vogliamo cambiare l'altro, non è per farlo come noi, ma per aiutarlo ad essere di più l'immagine della gloria del Padre. E poi prima di pensare a cambiare l'altro, è meglio guardare in noi stessi e vedere come possiamo noi per primi diventare simili a Cristo.

- ***Se in Comunità ho dei problemi, fare un'esperienza fuori risolve tutto***

Così facendo la persona può fuggire dai veri problemi trovando un ambiente alternativo, che serve per compensare il senso di frustrazione provato con i Confratelli. L'esperienza diventa così l'espressione della nostra incertezza interiore, mai affrontata guardandola in faccia.

- ***Non possiamo dialogare: c'è incomunicabilità di carattere***

Dobbiamo accettare che l'incomunicabilità esista perché è un dato di fatto, ma dobbiamo vigilare che non diventi barriera di silenzio.

Parte seconda
Le nostre modalità difensive anche in Comunità

1 – Le nostre difese si formano già nell’infanzia

Ci sono alcuni meccanismi interni, alcuni modi di difenderci, alcuni conflitti che abbiamo in noi, di cui spesso non ci rendiamo conto, che di fatto ci impediscono un faccia a faccia vero con il nostro volto, con quello degli altri e perfino con quello del Signore.

Il bambino può sviluppare autostima e fiducia in se stesso, oppure formarsi una scarsa opinione di sé e delle proprie capacità di funzionare nei rapporti sociali e di padroneggiare compiti impegnativi. Come per un adulto, **con una sana stima** di sé il bambino può affrontare le prove della vita con fiducia nella propria capacità di venirne a capo con successo.

Con una scarsa o incerta valutazione delle proprie competenze, cioè con un’autostima insufficiente, il bambino dubita di riuscire a far fronte alle richieste e aspettative nuove che si trova di fronte, ed è insoddisfatto anche di ciò che può aver realizzato, convinto di non essere all’altezza dei coetanei.

C’è chi fin dall’infanzia ha ricevuto sufficiente fiducia nella vita e in se stesso. C’è chi invece da bambino è stato sminuito e svalorizzato, per cui, nella vita, farà più fatica a realizzare il proprio compito.

Determinante è l’esperienza della fiducia originaria che il bambino piccolo fa con la mamma. Se la mamma irradia fiducia, allora anche nel bambino nascerà un forte senso di fiducia; ma se la mamma è insicura, se ha paura di commettere qualche errore nell’educazione del figlio, allora anche il bambino diventerà insicuro.

Il bambino percepisce non solo ciò che la mamma fa, ma anche il modo in cui lo fa: percepisce se lei sta bene o male, se si sente sicura o insicura, se lo accudisce volentieri o controvoglia, se c’è benevolenza o aggressività.

Secondo Erikson, **la fiducia originaria** è la sensazione di potersi fidare dei propri genitori, ma anche di se stessi: chi ha ereditato questa fiducia originaria non ha timore di rischiare la propria vita, ha voglia di mettere alla prova le sue capacità.

Quando un bambino sviluppa una scarsa fiducia originaria diviene esageratamente autocritico: dubita di se stesso, delle proprie capacità e del suo essere accettato da parte degli uomini.

Queste osservazioni hanno un significato permanente pure per noi cristiani. Anche per quanto riguarda l’educazione religiosa, la fiducia in Dio di cui ci si può fidare, deve divenire la base di ogni discorso su di Lui. Se Dio però viene mostrato come il sorvegliante e l’osservatore continuo, anziché la fiducia originaria, il sentimento fondamentale del bambino è la **paura originaria**: egli si sente limitato, controllato e giudicato in tutto.

2 - Caratteristiche e scopi delle modalità difensive nell’adulto

Ogni giorno ci imbattiamo in minacce alla stima di noi stessi: un’iniziativa andata male, una brutta figura, un’umiliazione ricevuta,... Tutto questo ci fa sentire deboli, incerti, non amati. Il nostro lo soffre e si affretta a medicare la ferita narcisista.

I meccanismi di difesa indicano un processo mentale abituale, inconscio e a volte patologico che l’io usa per far fronte a conflitti con la realtà esterna e/o la realtà interna affettiva. Difesa indica quindi **autoprotezione** contro tutto ciò che minaccia la propria autoconsiderazione.

E’ un difendere o recuperare la stima di sé, ma su basi scorrette, cioè eludendo il problema.

All’opposto, la persona non difensiva guarda in faccia la realtà anche se imbarazzante, e si costruisce un sistema di vita in cui tiene conto anche dei propri difetti e timori.

I meccanismi di difesa assolvono ad alcuni **scopi**:

- a) **Mantengono l’equilibrio dell’io di fronte a situazioni difficili**: come rimarginare il dolore per la perdita di un oggetto amato? Come stimarsi ancora dopo un fallimento? Come gratificare se stessi nonostante proibizioni e divieti?

- b) **Proteggono o restaurano la stima di sé minacciata dalle forze pulsionali:** ho fatto una scelta di vita eppure continuo a sentire emozioni contrastanti; sono disponibile agli altri, ma c'è anche il rancore che mi disturba; mi piace sentirmi forte e coraggiosa, ma ogni tanto sono assalita dalla paura che non conferma l'immagine che mi sono fatta di me...
- c) **Neutralizzano conflitti con persone o parti della realtà sentiti come altrimenti irrisolvibili:** se la realtà non conferma le mie opinioni, che fare? Quando sono scoperta dai miei torti, come uscire dall'imbarazzo? Se vivo qualcuno come rivale, come vincerlo senza rischiare la lotta aperta?

Tuttavia noi mettiamo in atto le difese in modo abituale, senza rendercene conto, non solo per far fronte a difficoltà che troviamo con la realtà esterna, con la nostra realtà interna, ma anche nel rapporto con la Parola di Dio.

Conoscerci nel modo col quale ci difendiamo anche nell'andare verso noi stessi, i fratelli e la Parola di Dio, è utile, e anche ci evita che tali meccanismi spadroneggino su di noi.

Vediamo ora alcuni dei meccanismi che possiamo trovare in noi stesse e che usiamo forse di più.

- a) **Ritiro Sociale:** è la tendenza a ripiegarsi su se stesse come conseguenza del disagio nei confronti della realtà e dei propri sentimenti. Si esprime come mancanza di iniziativa, incertezza sul proprio ruolo, disagio nei rapporti sociali, solitudine, fuga. Può essere tipico di chi dà le dimissioni senza sufficiente riflessione o di chi si rifugia in gruppi parrocchiali dove nessuno può interferire.
- b) **Acting out:** letteralmente significa buttare fuori. E' la carica esplosiva di una tensione dentro di noi di fronte ad una realtà inaccettabile. Tale scarica avviene attraverso un atto impulsivo, immediato, senza passare attraverso una valutazione razionale. Sono le azioni impulsive, i colpi di testa, le ribellioni provocatorie, le cocciutaggini ostinate. Una persona mi offende e me ne vado sbattendo la porta; vado a fare un ritiro e di fronte ad una giornata impegnativa, interrompo e me ne vado; sono dei momenti di ribellione anche nei confronti del Signore: scappare da una proposta impegnativa; un passo delle Sacre Scritture mi fa soffrire e allora chiudo il libro e smetto.
- c) **Onnipotenza e Idealizzazione:** comportamenti che tradiscono una pretesa di potere assoluto, come se tutto dipendesse da noi. Nell'attività e nel servizio apostolico, il punto di riferimento non è il Signore, ma sono io. Lo stesso può riproporsi nella preghiera: "oggi mi sento in forma e la preghiera mi renderà"; "oggi sono stanca, non mi sento bene ed è meglio che non preghi, perché non mi renderà". Chi usa questo meccanismo, pur essendo una persona insicura, si presenta come una persona che apparentemente non ha dubbi, che sembra sempre sicura di sé. Rischia anche di farsi dei discepoli che credono in lei. Si perde il senso dell'essere creatura, sostituendosi al Creatore. Una persona così, a volte prega dicendo a Dio quello che Egli deve fare, perdendo così il vitale e reale rapporto creatura-Creatore.
- d) **Negazione:** si negano involontariamente aspetti dolorosi o disturbanti della realtà. Un individuo affetto da tumore può sognare di essere sano; alla notizia di un lutto doloroso, almeno per qualche tempo si dirà: "non è vero, non è possibile". Atteggiamenti di negazione possono anche essere il negare le proprie doti per non fare un servizio in Comunità. Il nostro uso della negazione deve essere ragionevolmente transitorio o riguardare questioni di scarsa importanza. La negazione può essere qualcosa di normale quando si verifica nei primissimi periodi di sviluppo della persona. Il bambino piccolo è incline a negare la realtà quando la sua immaginazione lo fa spaziare nel mondo fantastico, o quando la realtà assume forme dolorosamente minacciose. E così i giovani (15-25 anni) possono usare la negazione per un normale sviluppo della personalità. Per conseguire il dominio di se stessi e dei loro rapporti con il mondo, i giovani devono compiere una varietà di esperimenti. Per poterlo fare senza troppa apprensione, devono negare che possa succedere loro qualcosa di male.

Nel campo della vita spirituale, *l'esame di coscienza* è un buon rimedio per il meccanismo della negazione: chi trascurava o non dà importanza all'esame di coscienza si può paragonare alla persona che, avendo una ferita, piuttosto che esporla a un'azione disinfettante e cicatrizzante, preferisce tenerla coperta e nascosta.

- e) **Proiezione**: è un meccanismo sottile e spesso dirompente in termini sociali (comunitari) che si manifesta nella diffusa tendenza della persona ad attribuire agli altri i propri errori e le proprie mancanze.

Di fronte a una nostra paura o pericolo interno, lo spostiamo all'esterno: "Ho agito così perché gli altri mi hanno condizionato"; "Non sono io che alzo la voce, sei tu che sei agitato"; in fondo è la persona che vede la trave altrui, trascurando la propria pagliuzza e non si rende conto che a volte la trave altrui è solo la sua pagliuzza ingigantita.

Di solito quando usiamo questo meccanismo, non ce ne accorgiamo e quindi non facciamo nulla per correggerci; si addossano ad altri responsabilità, torti e immaturità personali, con giudizi rigidi e ripetitivi, si condannano gli altri in modo facile e sbrigativo.

Anche in questo caso un'arma molto utile è *l'esame di coscienza*: se noi ogni sera ripensiamo alla nostra giornata, ci accorgeremo di aver dato delle colpe agli altri.

- f) **Regressione**: significa tornare indietro. Si trattano i conflitti e le frustrazioni ritornando a modi di gestione che sono più primitivi, propri di uno o più stadi precedenti. L'esempio classico è il bambino che alla nascita del fratellino torna a bagnare il letto o a succhiarsi il dito.

La tendenza a evitare quanto è spiacevole nel presente ritornando ai sentimenti e ai pensieri del passato, è evidente nella nostalgia per i "bei tempi" dell'infanzia. Le persone anziane tendono a vivere nel passato quanto più si avvicinano al termine della loro vita e le loro facoltà mentali si indeboliscono.

Le malattie fisiche gravi e prolungate producono sempre un certo grado di regressione. Il semplice fatto di essere ricoverata, fa sì che la persona abbandoni la maggior parte delle sue responsabilità e attività di adulto. Già questo fatto favorisce una certa regressione. Se poi la malattia è particolarmente grave, accade che la persona si faccia curare come se fosse un bambino. La persona perciò ritorna in una certa misura, ad un atteggiamento infantile ed egoistico, perde interesse per le persone e le cose non direttamente connesse con le sue cure, si spazientisce facilmente se è frustrata e reclama un'attenzione sempre maggiore.

La regressione, oltre a comparire nel comportamento delle persone normali, ha un'importanza essenziale per il mantenimento della salute psicologica. Tutti noi regrediamo ogni notte nel *sonno*. Il pensiero, quale si manifesta nei sogni, assume tutte le caratteristiche primitive dei pensieri dei bambini piccoli. Suoi segni distintivi sono la concretezza, l'onnipotenza, e l'egocentrismo. La capacità di ritirarci dalla realtà ogni notte quando dormiamo, sembra essere essenziale per poter poi affrontare in modo efficace i problemi del giorno.

Così la maggior parte degli adulti ha bisogno di ritirarsi periodicamente in **sogni diurni** (fantasie ad occhi aperti), ove gli eventi dell'immaginazione sono tenuti sotto il loro controllo e possono essere diretti secondo i loro desideri. Se qualcuno ha subito un affronto o un'umiliazione in circostanze che gli hanno impedito di controbattere o di difendersi, le fantasie di trionfare sull'avversario sono di grande aiuto per superare il trauma.

Egli può nella sua immaginazione, continuare a rappresentarsi l'evento, e ogni volta cogliere quella vittoria che non poté conseguire nell'evento reale.

La capacità dell'adulto maturo di godere del **tempo libero** e di indulgere periodicamente in giochi quasi infantili, è essenziale per la salute mentale. Durante le vacanze o negli spazi del tempo libero, l'adulto può ritirarsi un poco dalla realtà e comportarsi in modo regressivo. Ma questa salutare regressione è sotto il suo controllo ed è stata appropriatamente definita come **regressione al servizio dell'io**.

Nella preghiera talvolta si realizza tale regressione al servizio dell'io ed è quando ci riconosciamo bambini e dipendenti dal Signore. Il provare "rossore e vergogna" per il proprio peccato o anche di fronte alla passione del Signore - atteggiamenti in un certo senso regressivi - consentono in realtà una maggiore presa di coscienza della persona, per una sua crescita in rapporto all'amore con cui è amata da Dio.

- g) **Rimozione:** è considerata solitamente il meccanismo di difesa basilare usato dagli adulti e dagli adolescenti; tutte le altre difese entrano in campo quando la rimozione perde la sua efficacia. Mentre il meccanismo della negazione cancella la consapevolezza del significato di un aspetto del *mondo esterno* sentito come insopportabile, la rimozione esclude dalla coscienza un *impulso interno* insopportabile e il pensiero, la fantasia, l'emozione, il ricordo ad esso associato. Tutto ciò al fine di evitare l'ansia legata alle tensioni che questi sentimenti comporterebbero. Di fronte alle difficoltà della vita quotidiana, che cosa facciamo più immediatamente? Le cancelliamo, non ci pensiamo e cerchiamo di dimenticarle. Le comuni **dimenticanze** che si verificano nelle persone normali sono degli esempi di rimozione. Ad es. un giovane Religioso dimenticò l'appuntamento con il Padre Provinciale per il quale nutriva una viva antipatia e di cui temeva il temperamento. Il Religioso non si era reso conto che il Provinciale assomigliava molto a suo padre, con il quale aveva avuto una difficilissima relazione. Inconsciamente tuttavia aveva percepito che incontrandosi con il Provinciale, ciò avrebbe potuto far emergere la rabbia che nutriva verso il padre. Per garantire la rimozione della collera, il minaccioso appuntamento era stato escluso dalla consapevolezza, cioè dimenticato. La rimozione si verifica anche quando leggiamo la Parola del Signore: se essa ci manda qualche messaggio non piacevole per noi, tendiamo a prendere le distanze e a soffocare immediatamente il messaggio ricevuto. Talvolta c'è qualche passo evangelico che ci attira e ci invita a cambiare un poco la nostra vita, ma noi subito possiamo trovare modo di cancellare tale invito, senza pensare che proprio lì il Signore ci sta dicendo qualcosa. Possiamo facilmente controllare questa nostra capacità di dimenticare, facendo qualche prova su di noi: per es. sostare qualche momento alla sera per ricordare il Vangelo della Messa ascoltata al mattino. E se lo abbiamo dimenticato, possiamo domandarci perché ciò è accaduto. Quando facciamo gli Esercizi Spirituali, perché alcune meditazioni ce le ricordiamo e altre no? Senz'altro esiste anche la componente della memoria, ma teniamo conto che parecchie cose tendiamo a cancellarle.
- h) **Pensiero magico:** col meccanismo del pensiero magico si pone una relazione di causalità, non sempre consapevole, tra una pratica religiosa (una preghiera, un Rosario, la stessa Messa), un sacramento ricevuto (l'Eucaristia) e un effetto pratico, concreto, di ordine materiale. Per es., capita un incidente e una persona si domanda che cosa ha fatto di male perché le capitò questo. Oppure una persona dice un Rosario e automaticamente pretende che a un suo parente vada bene un esame a scuola...Teniamo conto che il Signore non è un esecutore dei nostri rosari e pensare questo è un poco infantile. Possiamo senz'altro pregare con fede e chiedere ogni cosa al Signore, ma con la consapevolezza che la preghiera non è un gesto magico. Inoltre su questa difesa talvolta si inserisce il **problema del merito** e del vedere i propri progressi spirituali come conquiste personali. La persona ritiene di salvarsi da sé attraverso pratiche religiose e non per grazia o per dono del Signore. Non si piace al Signore perché si è virtuosi, ma l'amore del Signore è un dono che non si conquista. Non siamo noi che meritiamo il dono della presenza del Signore: vedere qualche spiraglio del suo volto è soltanto un dono suo, se Egli ci permette di avere tale spiraglio in questa vita.
- i) **Razionalizzazione:** la ragione dovrebbe consentirci un adattamento migliore alla realtà, ci fa capire cosa sta succedendo, ci stimola a correggerci se abbiamo credenze sbagliate, fa sì che la nostra risposta sia sempre più appropriata alla realtà. Quando la ragione diventa invece una difesa, succede il contrario: la persona cerca di adattare la realtà ai propri impulsi e alle proprie opinioni e specialmente cerca ragioni plausibili per le proprie azioni, ignorando le vere motivazioni. Quando ci comportiamo in modo inesplicabile, ci sentiamo costretti a trovare una spiegazione logica per rendere sensato quello che pensiamo o facciamo. Ragionando attraverso questo meccanismo una persona può dire: "non vado da Direttore spirituale perché è importante che risolva da solo i miei problemi". "I miei parenti non mi vengono mai a trovare, ma è giusto perché hanno i bambini e sono io che dico loro di non venire".

Di fronte a qualche complessa situazione personale e sociale e talvolta anche di fronte alla parola del Signore, noi cominciamo a ragionarci sopra razionalmente e non ci sforziamo di comprendere, di sentire, di guardare ciò che il volto di Dio ci vuol mostrare in quel momento.

- l) **Scissione:** ogni decisione responsabile comporta il soppesare le diverse alternative per poi scegliere sulla base di una certezza solo morale e non matematica: troppo rischio e allora dividiamo una volta per tutte, la realtà in tutta buona o tutta cattiva, tutta bella o tutta brutta, e così pensiamo di andare sul sicuro.

E' lo stile che porta ad abolire le ambivalenze che ogni realtà comporta, fuggendo così dalla realtà stessa. E allora scindiamo la realtà: isoliamo la positività su alcune situazioni o persone che diventano totalmente positive e scarichiamo la negatività su altre persone o situazioni che diventano invece totalmente negative.

La scissione riguarda l'io stesso: è come se ci fossero due io separati tra loro nelle emozioni. La persona si vede alternativamente tutta buona o tutta cattiva e manca una visione unitaria di se stessa.

Alla base c'è una difettosa funzione sintetica dell'io: non si riesce ad integrare aspetti contraddittori in un quadro unitario e completo.

Una buona stima di sé e degli altri dovrebbe portarci a sapere accettare le ambivalenze con la fiducia che possano essere contenute in una visione prevalentemente positiva.

Quando si usa la scissione, ci esprimiamo con frasi del tipo: "Ormai in me non c'è niente di buono, è da troppo tempo che ho questi difetti"; "Oggi tutti i giovani hanno perso il senso della fede"; "Quando ero in quella Comunità e c'era quel Superiore andava sempre tutto bene, non c'era mai una difficoltà. Ora sto male in questa Comunità e va tutto male".

Inoltre assecondando questa difesa, rischiamo di non saperci più confrontare serenamente con la parola di Dio perché non accettiamo, quando il Signore ci interpella, di trovare nella nostra anima il campo di grano e di zizzania (il bene insieme al male, il sacro insieme al profano, ecc.). Accettare in noi questo campo è la vera *umiltà*, è guardare la reale verità in noi stesse.

- m) **Spostamento sul corpo o conversione:** si ha quando viene espresso un impulso sotto la forma mascherata e simbolica di un certo disturbo della funzione fisica. La *conversione* indica quel processo automatico e involontario attraverso il quale un impulso rimosso e proibito viene simultaneamente tenuto fuori dalla consapevolezza ed espresso nella forma dissimulata e simbolica di un certo disturbo della funzione corporea.

Ad es. un primitivo impulso di dare uno schiaffo a un'altra persona può manifestarsi simbolicamente nella realizzazione di conversione di una paralisi delle mani, in cui le mani rimangono bloccate. La paralisi impedisce che l'intenzione venga messa concretamente in atto o riconosciuta a livello conscio.

I sintomi di conversione possono comprendere anche disturbi come dolore, insensibilità degli arti, sordità o cecità, crampi; disturbi motori come paralisi, debolezza, incoordinamento, movimenti involontari come convulsioni, ecc.

La conversione include anche quei **disturbi psicosomatici** che sono un'espressione simbolica di sottostanti conflitti, per es. l'asma, il mal di testa, disturbi digestivi.

Questa descrizione di alcuni modi di difenderci che abitualmente possiamo mettere in atto, non è senz'altro completa, né ha la pretesa di esserlo, data la vastità dell'argomento, ma almeno ci può dare un'idea di questo nostro *mondo inconsapevole*.

Parte terza
Quali piste di ascesi
per realizzare una testimonianza relazionale credibile

1 – Il rapporto col potere , verso il servizio

Per essere capaci di relazioni positive , occorre anche elaborare una buona **capacità di integrare le proprie modalità di dominio e di potere.**

Sembra strano parlare di “potere” in una Vita Consacrata dove apparentemente il potere sembra in contrasto con la Kenosi a cui si è chiamati. Ma **spesso il trasformare il potere in servizio diventa una vera kenosi.**

Come dice in una sua lettera ⁷ , l'ex P. Generale dei Domenicani Timothy Radcliffe, *la parola potere sembra inadeguata al rapporto fraterno che ci unisce. Ma ogni comunità umana è segnata da rapporti di potere.*

La vita di Gesù mostra un rapporto paradossale col potere. Egli è stato l'uomo dalle parole ricche di potere, l'uomo che ha chiamato i discepoli a seguirlo, che ha risanato gli infermi, cacciato i demoni, risuscitato i morti e che ha osato affrontare le autorità religiose del suo tempo. E tuttavia fu l'uomo privo di potere, che rifiutò la protezione della spada di Pietro, l'uomo che fu appeso ad una croce.

In Gesù il potere ha sempre risanato e dato la vita. Non ha mai abbattuto, sminuito, umiliato, distrutto. Non era tanto un potere sulle persone, quanto un potere che egli donava loro (e così si trasformava in servizio). In realtà egli è stato più ricco di potere rifiutando di essere uno strumento di violenza, subendola nel proprio corpo, lasciando che si esaurisse insieme a lui. Prese nelle sue mani la propria passione e morte, le rese feconde, le trasformò in un dono, l'Eucaristia.

Le nostre comunità ci chiedono di vivere i nostri rapporti di potere in questo modo, dando potere ai nostri fratelli anziché indebolirli. Questo esige da noi il coraggio di essere vulnerabili. La fortezza presuppone vulnerabilità ; senza vulnerabilità non c'è possibilità di fortezza. Essere coraggiosi significa essere pronti a subire una ferita. Dato che gli essere umani sono sostanzialmente vulnerabili, allora possono essere coraggiosi.

Servendoci ora anche dell'apporto di scienze umane quali la sociologia, vediamo ora alcune **definizioni di potere.**

Si può definire potere la capacità di produzione degli effetti voluti ; una certa capacità di ricorrere alla forza ; il potenziale di influenza.

Il potere quindi è la risorsa che permette di influenzare gli altri o di ottenerne il consenso.

Può diventare un servizio e quindi non dobbiamo pensarlo come qualche cosa di negativo.

Né dobbiamo pensarlo solo come qualcosa di riservato a chi è dirigente o ai Superiori : **ognuno ha un suo ambito di potere anche se piccolo.**

Per esempio, la persona incaricata della distribuzione degli indumenti ai poveri , ha un suo ambito di potere (che diventa servizio, ma non va comunque esclusa la parte di potere) , che è quello di fare aspettare le persone, di scegliere gli indumenti che vanno bene a quel determinato povero e così via.

La vera integrazione delle proprie modalità di potere è la trasformazione di tali modalità in servizio agli altri.

Sono vari i tipi di potere da trasformare in servizio e se ne descrivono alcuni.

Potere coercitivo. Si basa sulla paura. E' quello della persona che sottolinea o lascia capire che la mancata ottemperanza alle sue disposizioni comporterà punizioni, quali incarichi di lavoro poco desiderabili, richiami, trasferimenti, ecc.

Può succedere che si eserciti tale potere anche senza talvolta rendersene conto. Sono i momenti in cui, per esempio, si lascia quasi capire all'altro che se non segue la linea di aiuto che noi proponiamo, è possibile che non lo aiutiamo più.

⁷ 10.5.1997 “Libertà e responsabilità – Verso una spiritualità di governo”

Potere di legittimazione. Si basa sulla posizione occupata. La persona induce gli altri al consenso per l'incarico riconosciuto che ha. E' il potere dei Superiori o delle persone che hanno un incarico dato dall'Istituto, in Parrocchia, o altra istituzione.

Continuamente nella nostra giornata, anche al di là della vita comunitaria, incontriamo 'funzioni' alle quali noi dobbiamo sottometterci (es. il semplice usciere che può fare attendere in anticamera.; un vigile fa fermare tutti , e così un medico che ordina di prendere una medicina ; e l'infermiere che la somministra.).

Potere specialistico. Si basa sull'esperienza specialistica della persona, sulle sue esperienze di lavoro e di servizio. Questa è una buona fonte di potere, ma occorre essere vigilanti per cercare di condividerla con altri.

Per esempio, se la persona che sta in missione sa fare dei buoni articoli ha un potere specialistico. Può scegliere : o non rivela a nessuno come si fa un articolo (e quindi resta attaccata al suo potere specialistico, che in tale modo non diventa servizio) oppure rende partecipe qualche altro che si interessa a fare articoli (e quindi "perde" il suo potere specialistico, ma per condividerlo e fare un servizio ad un altro. Certamente in tale modo non avrà più il vanto di essere l'unico in quella Comunità a sapere fare articoli, ma avrà la silenziosa soddisfazione di avere fatto crescere un'altra persona con il suo gesto di umiltà e di servizio).

Un altro semplice esempio. La persona che è incaricata in Comunità o in parrocchia di fare le fotocopie, può delegare il suo potere specialistico in questo anche piccolo campo insegnando ad un'altra persona a fare le fotocopie. Insegna tutto, ma non il cambio della carta o del toner. In tale modo la persona che aiuta resta sempre dipendente in quanto deve cercare la persona incaricata ogni volta che termina la carta o il toner. Implicitamente questo significa che la persona incaricata si garantisce la sua "superiorità" perché conserva per sé una abilità che porta l'altra persona a essere, anche se per poco, continuamente dipendente da lei e a lei "inferiore".

Volutamente si sono scelti esempi piccoli, per aiutare a cogliere come ciascuno può esercitare senza rendersi conto tali poteri.

Potere esemplare. Si basa sul buon esempio che la persona dà e che quasi automaticamente trascina gli altri. Es., quando si va a trovare un ammalato che porta bene la sua sofferenza (=potere di esemplarità), egli trasmette valori positivi a chi lo va a trovare, anche senza parlare.

Potere premiante. E' quello della persona che può offrire ricompense all'uno o all'altro. Questo potere passa con il tempo e col cessare del ruolo, es. una persona anziana spesso non può dare ricompense all'altra.

Potere informativo. E' un potere molto importante nella vita Comunitaria, ed è bene che la persona lo scopra in se stessa, per poterlo veramente condividere.

Si basa sul possesso di informazioni che altri non hanno o avranno in un secondo tempo.

Per esempio, quando una persona conosce le pratiche da fare perché un invalido possa ottenere una protesi dalla struttura pubblica, può spiegarle ad altra persona che possa portarle avanti. Ma spiegando ad altri, la persona "perde" l'essere necessario per fare quella determinata pratica (e diventa servizio). Invece, negando ad altri delle informazioni, in tale modo la persona afferma, il suo potere e la sua superiorità , quasi a dire : Io sono superiore a voi perché so cose che voi non sapete o che saprete dopo di me.

Potere connettivo. Si basa sui contatti e sulle conoscenze che la persona ha. Spesso possono essere contatti con persone influenti nell'ambiente e che la persona può partecipare ad altri solo se non è attaccata a questo suo potere. Per esempio in vista di un trasferimento, la persona che cambia può presentare a chi subentra le persone che aiutano la Casa , dando anche elementi di conoscenza di loro. Questo è dividere il proprio potere e mettersi così a servizio di chi subentra. Ma la persona può anche fare la scelta di non dire nulla (specialmente se non ha accettato il suo trasferimento o cambio di servizio), magari motivando che è bene che l'altra persona scopra da sé, che veda lei con i suoi occhi senza essere condizionata, ecc.. In questo caso la persona vuole conservare per sé il suo potere.

2 – Il decentrarsi da sé

Il decentrarsi da sé è l'esercizio continuo in cui ci si esercita.

Si tratta di individuare se la fonte del proprio interesse, se l'attenzione, se il valore in fondo in fondo è riposto in se stesso oppure se si trova al di fuori di sé, cioè nel percorso verso Dio e verso il Suo Progetto, percorso nel quale si trovano anche i singoli Confratelli della Comunità.

Per individuare questo, si possono analizzare più dettagliatamente i vari aspetti del decentrarsi.

► **Decentrarsi dalla propria fisicità**

Nel cammino di conoscenza di sé certamente si rivede il rapporto col proprio corpo, con le proprie esigenze fisiologiche (es. proprio ritmo sonno – veglia, proprie esigenze di alimentazione, ecc), con la propria salute. Si raggiunge così una prima armonia, che deriva dalla conoscenza e dall'accettazione della propria fisicità.

Nel rapporto con i Confratelli occorre però che ***ciascuno non abbia se stesso come criterio per il rapporto che i singoli Confratelli hanno col corpo.*** Senz'altro i singoli avranno col corpo un rapporto diverso da quello che il singolo ha col proprio corpo.

Si pensi ad esempio, a certi Padri Maestri che talvolta insistono perché il Novizio mangi tanto, oppure che mangi ciò che il Padre Maestro ritiene sostanzioso.

A ciascuno è richiesto il cammino di decentrarsi dal proprio modo di percepire il corpo e le sue esigenze, per aiutare i Confratelli a cogliere essi stessi il proprio corpo, e per andare insieme verso il Valore della corporeità.

► **Decentrarsi dal proprio mondo culturale**

Certamente ciascuno ha elaborato un proprio modo di procedere dal punto di vista intellettuale, culturale, ha una sua terminologia nell'esprimersi, ha una modalità di porsi più o meno collegata con la propria Nazione o Regione di provenienza.

Può amare lo studio, l'arte ; può avere un approccio più sintetico o più analitico alle diverse realtà; può essere più intuitivo oppure più deduttivo, ecc.

Se ognuno è consapevole del proprio modo di essere intellettualmente, potrà decentrarsi da tale modo, cioè pure restando se stesso, non pretenderà che anche i Confratelli abbiano il suo stesso approccio .

Userà tutta la sua capacità intellettuale per cogliere nei Confratelli il loro tipo di approccio. Non si tratterà poi soltanto di assecondare tale approccio, ma confrontarlo col Progetto Formativo richiesto ai Confratelli stessi.

Per esempio, se un Confratello intuisce e ha fondati motivi che un giovane, che sta iniziando gli studi, non ha sufficiente intelligenza per tali studi, non può pensare di supplire lui e di aiutarlo con la sua intelligenza perché così....poverino.....può diventare qualcuno ! Decentrandosi da sé, tale Confratello potrà rendere consapevole il giovane del suo limite intellettuale ed eventualmente indirizzarlo ad un servizio più pratico.

In sintesi è opportuno da parte di ciascuno evitare alcuni sentieri che possono indurre a fuorviare la qualità intellettuale del singolo Confratello.

► **Decentrarsi da ideali propri**

Ogni persona guarda verso i Valori trascendenti, che le vengono proposti e se ne fa un'idea, se ne crea un'immagine: i valori vengono così assunti dalla singola persona secondo un proprio taglio, secondo la propria sensibilità, secondo le proprie conoscenze, secondo il proprio ambiente sociale; di questi valori la persona se ne fa un'idea, o meglio se ne fa un ideale. ***Ognuno così crea, formula dentro di sé gli ideali, le mete da raggiungere, che corrispondono ai Valori.***

La persona poi nel suo cammino di Vita Consacrata si propone un ideale composito: l'ideale della Congregazione rielaborato secondo i propri termini, le proprie idee e le proprie esperienze; e l'ideale di sé. Dalla composizione di questi due ideali, nasce ***l'ideale – di – sé – come – persona- in – questa- istituzione.***

Questa forza ideale è quella che condiziona il comportamento, le scelte, gli atteggiamenti. La persona desidera che il suo atteggiamento, il suo modo di fare, le sue abitudini, il suo stile siano quanto più possibile adeguati ai suoi ideali, che immagina molto aderenti ai Valori.

Se la persona non è decentrata dai propri ideali, può essere che **desideri essere il centro rispetto ai singoli Confratelli**, e desideri, anche se talvolta inconsapevolmente, che i Confratelli abbiano come punto di riferimento se stesso.

Infatti se il singolo Confratello dice: << Fai così perché piace a me; fai così perché io penso così; fai così perché così rimaniamo amici; fai così che allora non c'è nessun contrasto tra di noi; fai così perché questa è stata la mia esperienza >>, succede che la persona ha come punto di riferimento la persona dell' altro e non il Signore, non i Valori.

► **Decentrarsi dalla propria percezione di “male”**

■ **Un primo aspetto di percezione personale di “male” per il singolo Confratello può essere proprio mettere al centro il proprio “male”, cioè gli aspetti negativi di sé, per cui si sente incapace di fare bene il suo compito.** Se ciascuno accetta di amare il Signore Dio suo con tutto il cuore, con tutta la mente e con tutte le forze (cfr. Dt. 6, 5), allora tutta la sua storia, la sua cultura, i suoi condizionamenti del passato e del presente, vengono assunti nella risposta data a Dio.

E' implicito nel servizio apostolico sentire il proprio limite, i propri condizionamenti del passato, del presente e, accanto a questo, i propri desideri e opere meravigliose di cui il Signore ha costellato la vita. Chi risponde al servizio apostolico è nella posizione della persona umile, che si confronta sinceramente con la realtà e il programma del Signore; si sente chiamato da un Altro a una missione che è più grande di lui e accetta di rispondere, anche se sente i propri limiti.

E' l'obiezione che Mosè fa circa la sua capacità di parlare; è l'obiezione di Geremia o di Maria: sono obiezioni che toccano proprio la possibilità di attuare il servizio richiesto da Dio. << Non voi avete scelto me, ma io ho scelto voi >> (Gv. 15, 16).

■ **Un secondo aspetto per decentrarsi dalla propria percezione di “male” può essere verificare in sé quanto margine di errore si lascia ai singoli Confratelli della Comunità.**

Talvolta qualcuno può esprimersi da una parte sotto forma protettiva, che è buona, ma può andare verso un certo protezionismo. Aiuta e incoraggia a fare nuove esperienze, a esplorare nuove situazioni, e guida questa esplorazione, però può guidare come farebbe con un robot radiocomandato. In qualche modo guida il cammino degli altri Confratelli, li invita a fare passi in avanti, ma **li protegge troppo, per cui non fa fare quei passi in cui vede la possibilità di sbagli.**

E questo non aiuta. C'è talvolta bisogno di **dare la possibilità di sbagliare** per vedere come la persona reagisce allo sbaglio.

Lo stesso, spesso fanno i genitori con i figli. Fanno fare loro tante cose nuove, ma devono essere tutti viaggi organizzati, tutto previsto, senza uno spazio per l'imprevisto e l'iniziativa personale. La persona acquisisce sì nuove esperienze, ma non fa **l'esperienza del superare ostacoli, dove da sola deve reagire.**

Chi è riuscito a decentrarsi non lascia al caso la persona, ma la avvisa di quanto le può succedere, cerca di farla ragionare, però poi **la lascia andare**: sarà la persona stessa che deve reagire alle conseguenze del proprio comportamento.

Ciò non significa che lasciare fare tutti gli errori alla persona, ma la mette in guardia sugli errori possibili e anche vede gli spazi di errore che può fare. Questa parte è importante per la relazione “positiva”.

► **Decentrarsi dalle proprie modalità di gioia**

In quanto persona, ciascuno percepisce momenti di gioia e di felicità per ciò che solitamente la rende gioioso e felice ; e i singoli Confratelli a loro volta hanno momenti di gioia e felicità probabilmente per altre cause. E' bene quindi che ciascuno non proponga le sue gioie agli altri perché non è detto che siano le stesse gioie, e inoltre il decentrarsi lo porta ad aiutare meglio le persone ad andare verso la Gioia.

Si può esemplificare con **l'esempio del profumo**. Si tratta di un piccolo elemento immaginativo, usato e sviluppato brevemente da Paolo (cfr 2 Cor 2,14-16) mentre si descrive nel corteo trionfale di Gesù Cristo: << Rendo grazie a Dio che mi fa partecipare sempre al corteo trionfale di Cristo, e diffonde per mezzo nostro dappertutto il profumo della sua conoscenza. Noi siamo infatti il profumo di Cristo, offerto a Dio, per quelli che si salvano e per quelli che si perdono. Per gli uni odore di morte che uccide, per gli altri fragranza di vita che vivifica >>.

Un profumo si diffonde, avvolge e penetra, però ogni profumo è diverso dall'altro.

► **Decentrarsi dalla propria percezione della preghiera**

Può venire spontaneo talvolta, specialmente se si sta vivendo il “gusto” della Lectio o di altro tipo di preghiera, il trasmettere questo suo “gusto” ai Confratelli della Comunità.

Anche chi guida nella preghiera deve dare istruzioni oggettive, perché deve poi essere la persona ad acquisire il modo proprio con il quale leggere il Vangelo: ognuno ha il suo stile e non si può pretendere che l'altro abbia la stessa coloritura.

Anche questo è un grande sforzo di decentramento per ciascuno, che porta non a indurre negli altri la propria modalità di preghiera, ma a lasciare che i singoli scoprano quale è per loro stesse il tipo di manifestazione del Signore da seguire.

► **Decentrarsi dai propri vissuti Comunitari**

Certamente ciascuno ha proprie attese e propri vissuti da parte della realtà Comunitaria che possono essere diversi dalle attese e dai vissuti degli altri Confratelli.

Sarà bene ridurre una certa visione del rapporto Comunitario come sistema, come regole da rispettare.

Altrimenti il Superiore diventa la persona che stabilisce i limiti, le regole, le norme, le direzioni da assumere; dirige il tempo, la sequenza, i passi e gli arresti da fare. Invita, provoca, interroga, suggerisce procedure e si preoccupa di prendere decisioni; è una specie di manager-regista della Comunità.

Tutto questo può rendere difficile nei Confratelli l'elaborazione di un proprio approccio alla Comunità, in quanto essi rischiano di restare legate al modello di Comunità voluta da alcuni che sono trainanti o dal Superiore.

Si inserisce qui il concetto di **“bene comune”**, concetto tanto presente nella Lettera enciclica Caritas in veritate del 29 giugno 2009 ⁸, a cui tutti siamo invitati a riflettere, **specialmente nell'oggi, che rischia di condurci ad un certo individualismo, pure nelle nostre scelte di Vita Consacrata.**

*Bisogna poi **tenere in grande considerazione il bene comune.***

*Amare qualcuno è volere il suo bene e adoperarsi efficacemente per esso. **Accanto al bene individuale, c'è un bene legato al vivere sociale delle persone: il bene comune. È il bene di quel “noi-tutti”, formato da individui, famiglie e gruppi intermedi che si uniscono in comunità sociale*** ⁹.

Non è un bene ricercato per se stesso, ma per le persone che fanno parte della comunità sociale e che solo in essa possono realmente e più efficacemente conseguire il loro bene.

Volere il bene comune e adoperarsi per esso è esigenza di giustizia e di carità.

Impegnarsi per il bene comune è prendersi cura, da una parte, e avvalersi, dall'altra, di quel complesso di istituzioni che strutturano giuridicamente, civilmente, politicamente, culturalmente il vivere sociale, che in tal modo prende forma di pólis, di città.

Si ama tanto più efficacemente il prossimo, quanto più ci si adopera per un bene comune rispondente anche ai suoi reali bisogni. Ogni cristiano è chiamato a questa carità, nel modo della sua vocazione e secondo le sue possibilità d'incidenza nella pólis.

È questa la via istituzionale — possiamo anche dire politica — della carità, non meno qualificata e incisiva di quanto lo sia la carità che incontra il prossimo direttamente, fuori delle mediazioni istituzionali della pólis.

Quando la carità lo anima, l'impegno per il bene comune ha una valenza superiore a quella dell'impegno soltanto secolare e politico.

*Come ogni impegno per la giustizia, esso s'iscrive in quella **testimonianza della carità divina** che, operando nel tempo, prepara l'eterno.*

L'azione dell'uomo sulla terra, quando è ispirata e sostenuta dalla carità, contribuisce all'edificazione di quella universale città di Dio verso cui avanza la storia della famiglia umana.

⁸ LETTERA ENCICLICA CARITAS IN VERITATE DEL SOMMO PONTEFICE BENEDETTO XVI AI VESCOVI AI PRESBITERI E AI DIACONI ALLE PERSONE CONSACRATE AI FEDELI LAICIE A TUTTI GLI UOMINI DI BUONA VOLONTÀ SULLO SVILUPPO UMANO INTEGRALE NELLA CARITÀ E NELLA VERITÀ - Introduzione n. 7

⁹ Cfr Conc. Ecum. Vat. II, Cost. past. sulla Chiesa nel mondo contemporaneo *Gaudium et spes*, 26.

*In una società in via di globalizzazione, il bene comune e l'impegno per esso non possono non assumere le dimensioni dell'intera famiglia umana, vale a dire della comunità dei popoli e delle Nazioni ¹⁰, così da dare forma di unità e di pace alla città dell'uomo, e renderla in qualche misura **anticipazione prefiguratrice della città senza barriere di Dio.***

► **Decentrarsi dai propri canali sublimatori**

Per canali sublimatori si intendono le modalità che la persona usa per rilassarsi, per ritrovare un suo equilibrio, per staccare dall'eventuale stress.

Un Confratello può avere trovato la propria modalità di superare lo stress, oppure può anche pensare di non averne bisogno (attenzione però !), mentre altri Confratelli possono ancora ricercare tale modalità, oppure possono già avere identificato proprie modalità.

Per esempio, alcuni ritengono che con una partita a calcio passino tutte le tensioni, mentre per le persone che temono la competizione la partita a calcio è una ennesima esposizione alla tensione.

► **Decentrarsi per collaborare con altre figure apostoliche**

Talvolta lo "zelo" verso la propria attività apostolica rischia di dare la percezione quasi di proprietà della persona, di essere responsabile della persona stessa.

Forse ***l'immagine dell'agricoltore*** può essere utile per aiutare ciascuno a decentrarsi per collaborare con altri nella crescita l'uno dell'altro in Comunità.

L'immagine dell'agricoltore ha dei precedenti nell'Antico Testamento, dato che la cultura di quel popolo era agricola o agricolo-pastorale. Si possono vedere, ad esempio, le immagini della vigna (cfr Is 5 e 27), della piantagione (cfr Is 61,3) e la descrizione di Dio come agricoltore (cfr Sal 65). Il contadino di allora conduceva una vita faticosa, in stretta dipendenza dalla terra pioggia e dalle stagioni. Gesù non è stato né pescatore né agricoltore, ma ha conosciuto da vicino tali attività. In Gv 15,1 egli dichiara: << Io sono la vera vite e il Padre mio è il vignaiolo >>. Poi propone la parabola dei vignaioli affittuari (cfr Mt 21,33-46 e par.). E in altro passo spiega ai discepoli: << Io vi ho mandati a mietere ciò che voi non avete lavorato >> (Gv 4,38). Paolo descrive in modo efficace il suo servizio in questi termini: <<Io ho piantato, Apollo ha irrigato, Dio ha fatto crescere >> (1 Cor 3,6).

► **Pregare per i Confratelli della propria Comunità, quasi "senza scopo", perché lo scopo è nella mani di Dio**

Per riflettere sulla preghiera di ciascuna sarebbero necessari più elementi, mentre qui per ora se ne sottolineano due.

■ **La capacità di affidare i singoli Confratelli al Signore caratterizza la preghiera di chi vive nella Comunità.**

Affidare la persona diventa quasi un pregare "senza scopo", senza chiedere nulla al Signore, se non che Egli compia la sua Volontà nella persona stessa.

Dal punto di vista umano, questo richiede in ciascuna una grande capacità di portare l'insicurezza dell'incognita, unita ad una forte capacità di fidarsi dell'Altro, cioè del Signore.

■ **Talvolta la preghiera significa "stare" con i momenti di morte che la persona può evocare, intravedendone la capacità di resurrezione** (v. passaggio dalla 3° alla 4° settimana ignaziana negli EE.SS.). Ma per la resurrezione occorre tempo, e non si tratta solo di tre giorni solitamente.

Per momenti di morte si può intendere il portare la sofferenza spirituale della persona, la sua angoscia, che si riversa nella preghiera.

La preghiera potrà così in alcuni momenti prendere la coloritura della preghiera di Gesù nell'orto del Getsemani.

¹⁰ Cfr Giovanni XXIII, Lett. enc. *Pacem in terris* (11 aprile 1963): AAS 55 (1963), 268-270.

3 – Percepire la comunione nella vocazione sostenendosi e lottando insieme per essa

Uno dei primi momenti carismatici e compiti di una Comunità è proprio quello di rinforzare le persone che vi appartengono, di credere nelle loro capacità di sapere fare più di quanto esse stesse immaginano, e di sostenerle sia quando sono nel disagio sia quando prendono una posizione coraggiosa in qualche problema. Ciascuna persona è un dono per la Comunità ed è arte quella di accogliere e di valorizzare i talenti delle persone che Dio ha dato alla Comunità stessa.

Ciascuna persona, a sua volta, ha una responsabilità speciale verso i Superiori Maggiori della Comunità che sono state eletti o nominati. Avendo un peso sulle sue spalle, è dovere sostenerli, incoraggiarli. Se sbagliano, hanno bisogno del nostro perdono, Se sono inefficienti o se mancano di buona visione sulla Congregazione, non dimentichiamo che siamo stati noi a sceglierli. Non li biasimiamo per difetti che già conoscevamo quando la Comunità li ha eletti. Invece di accusarli per eventuali fallimenti, dobbiamo aiutarli a compiere ciò di cui sono capaci.

E' utile domandarci più a fondo **quanto lottiamo per la vocazione dei nostri Confratelli della Comunità ?**

Non si tratta qui del Maestro di formazione, che "lotta" per aiutare chi è all'inizio del cammino vocazionale. Si tratta di lottare contro il nostro quieto vivere per aiutare una persona della Comunità che si può trovare in difficoltà. Se una persona attraversa un periodo di crisi, quanto mi volto dall'altra parte ? O fingo che il rispetto per la sua vita privata giustifichi la mia negligenza ? Quanto ho timore di ascoltare i dubbi che mi potrebbe confidare ? Quanto delego solo ai Superiori Maggiori ?

Tutto questo è un invito a pronunciare parole "di grazia", a riconoscere anche il potere delle nostre parole, potere di ferire, di distruggere, di indebolire le persone, ma anche di sostenerle e rinforzarle positivamente.

I momenti di difficoltà, di disagio, di crisi hanno anche una propria provvidenzialità formativa, sulla linea di quanto afferma **il n. 70 del documento Vita Consecrata**.

Sembra utile rileggere tale passo perchè illustra i diversi passaggi della vita dove si possono realizzare momenti di crisi, e in ognuno di tali momenti può rigenerarsi una nuova modalità formativa, che sembra aprire nuove prospettive alla persona.

C'è una giovinezza dello spirito che permane nel tempo: essa si collega col fatto che l'individuo cerca e trova ad ogni ciclo vitale un compito diverso da svolgere, un modo specifico d'essere, di servire e d'amare.

Nella vita consacrata i primi anni del pieno inserimento nell'attività apostolica rappresentano una fase di per se stessa critica, segnata dal passaggio da una vita guidata ad una situazione di piena responsabilità operativa. Sarà importante che le giovani persone consacrate siano sorrette e accompagnate da un fratello o da una sorella, che le aiuti a vivere in pieno la giovinezza del loro amore e del loro entusiasmo per Cristo.

La fase successiva può presentare il rischio dell'abitudine e la conseguente tentazione della delusione per la scarsità dei risultati. E' necessario allora aiutare le persone consacrate di mezza età a rivedere, alla luce del Vangelo e dell'ispirazione carismatica, la propria opzione originaria, non confondendo la totalità della dedizione con la totalità del risultato. Ciò consentirà di dare nuovo slancio e nuove motivazioni alla propria scelta. E' la stagione della ricerca dell'essenziale.

La fase dell'età matura, insieme alla crescita personale, può comportare il pericolo d'un certo individualismo, accompagnato sia dal timore di non essere adeguati ai tempi che da fenomeni di irrigidimento, di chiusura, di rilassamento.

La formazione permanente ha qui lo scopo d'aiutare non solo a recuperare un tono più alto di vita spirituale e apostolica, ma a scoprire pure la peculiarità di tale fase esistenziale. In essa, infatti, purificati alcuni aspetti della personalità, l'offerta di sé sale a Dio con maggior purezza e generosità, e ricade su fratelli e sorelle più pacata e discreta ed insieme più trasparente e ricca di grazia. E' il dono e l'esperienza della paternità e maternità spirituale.

L'età avanzata pone problemi nuovi, che vanno preventivamente affrontati con un oculato programma di sostegno spirituale. Il ritiro progressivo dall'azione, in taluni casi la malattia e la forzata inattività, costituiscono un'esperienza che può divenire altamente formativa. Momento spesso doloroso, esso offre tuttavia alla persona consacrata anziana l'opportunità di lasciarsi plasmare dall'esperienza pasquale, configurandosi a Cristo crocifisso che compie in tutto la volontà del Padre e s'abbandona nelle sue mani fino a rendergli lo spirito. Tale configurazione è un modo

nuovo di vivere la consacrazione, che non è legata all'efficienza di un compito di governo o di un lavoro apostolico.

Quando poi giunge il momento di unirsi all'ora suprema della passione del Signore, la persona consacrata sa che il Padre sta portando ormai a compimento in essa quel misterioso processo di formazione iniziato da tempo. **La morte** sarà allora attesa e preparata come l'atto supremo d'amore e di consegna di sé.

E' necessario aggiungere che, indipendentemente dalle varie fasi della vita, ogni età può conoscere situazioni critiche per l'intervento di fattori esterni — cambio di posto o di ufficio, difficoltà nel lavoro o insuccesso apostolico, incomprendimento o emarginazione, ecc. — o di fattori più strettamente personali — malattia fisica o psichica, aridità spirituale, lutti, problemi di rapporti interpersonali, forti tentazioni, crisi di fede o di identità, sensazione di insignificanza, e simili.

Quando la fedeltà si fa più difficile, bisogna offrire alla persona il sostegno di una maggior fiducia e di un più intenso amore, sia a livello personale che comunitario. E' necessaria allora, innanzitutto, la vicinanza affettuosa del Superiore; grande conforto verrà pure dall'aiuto qualificato di un fratello o di una sorella, la cui presenza premurosa e disponibile potrà condurre a riscoprire il senso dell'alleanza che Dio per primo ha stabilito e non intende smentire. La persona provata giungerà così ad accogliere purificazione e spogliamento come atti essenziali della sequela di Cristo crocifisso. **La prova stessa apparirà come strumento provvidenziale di formazione nelle mani del Padre**, come lotta non solo psicologica, condotta dall'io in rapporto a se stesso e alle sue debolezze, ma religiosa, segnata ogni giorno dalla presenza di Dio e dalla potenza della Croce!¹¹

**4 – Alla luce delle opere di misericordia,
dal conflitto al “sopportare pazientemente le persone moleste” ¹²**

La pazienza di Dio non è affatto impassibilità o passività, ma è il lungo respiro della sua passione, passione di amore che **accetta di soffrire attendendo i tempi della persona, la sua conversione**: “Il Signore non ritarda nell'adempiere la promessa, ma usa pazienza (makrothymeì) verso di voi, non volendo che alcuno perisca, ma che tutti giungano a conversione” (2 Pt 3,9). Per questo, il tempo concesso all'uomo va considerato come narrazione della “longanimità” di Dio, e dunque colto come “salvezza” (2 Pt 3,15).

La pazienza di Dio appare frutto della sua scelta, della sua volontà, di un lavoro interiore in cui egli è messo a confronto con la possibilità di lasciar esplodere la sua ira.

Dice il Siracide: Non dire: “*Ho peccato, e che cosa mi è successo?*” perché il Signore è paziente... Non dire: “*La sua compassione è grande; mi perdonerà i molti peccati*”, perché presso di lui c'è misericordia e ira, e il suo sdegno si riverserà sui peccatori (Sir 5,4,6).

Si parla di Dio come “lento all'ira” (Es 34,6; Nm 14,18; Ne 9,7) per indicare la sua pazienza. Pazienza che è dunque intenzione di amore verso l'uomo, ma anche sofferenza di fronte al peccato dell'uomo: “*Fino a quando sopporterò questa comunità malvagia che mormora contro di me?*”, dice Dio a Mosè e Aronne (Nm 14,27). La pazienza infatti non vuole divenire complice del male commesso (cf. Ger 44,22). **La pazienza divina non è assenza di collera ma capacità di elaborarla, di domarla, di frapporre un'attesa fra il suo insorgere e il suo manifestarsi.**

Molte volte Dio trattenne la sua ira e non scatenò il suo furore; ricordava che essi [i figli di Israele] sono di carne, un soffio che va e non ritorna (Sal 78,38-39).

La pazienza è lo sguardo grande di Dio nei confronti di ogni persona, sguardo che non si arresta al dettaglio, all'incidente di percorso, non considera come ultimativo il peccato, ma lo colloca all'interno dell'intero cammino esistenziale che ognuno è chiamato a percorrere. Pertanto essa espone Dio al rischio di non essere presso sul serio, di essere “usato” dall'uomo. Paolo chiede retoricamente al giudeo: “Ti prendi forse gioco della pazienza di Dio?” (cf. Rm 2,4).

In Cristo, Dio accetta di “portare il peso”, di “sopportare” l'incompiutezza e inadeguatezza umane assumendo la responsabilità dell'uomo nella sua fallibilità. La “pazienza di Cristo” (2

¹¹ Giovanni Paolo II , 25 marzo 1996

¹² cfr. Luciano Manicardi – La fatica della carità – Edizioni Qiqajon 2010

Ts 3,5) esprime così l'amore di Dio, ne è sacramento: "L'amore", infatti, "pazienta" (I Cor 13,4); "l'amore tutto sopporta (hypomènei)" (I Cor 13,7).

Per il cristiano poi, **la pazienza** è frutto dello Spirito (cf. Gal 5,22) e si declina come perseveranza e costanza nelle tribolazioni e nelle prove, come **capacità di sopportazione e di tolleranza nei confronti di chi procura fastidi e suscita opposizioni, come sguardo longanime nei confronti delle inadeguatezza. E l'incompiutezza noi la incontriamo negli altri, ma anche in noi stessi, nella realtà e in Dio. La sopportazione paziente dell'altro che è sentito come fastidioso o ostile va di pari passo con la pazienza verso se stessi e le proprie incongruità, verso gli eventi che resistono ai nostri desideri e alla nostra volontà, verso Dio il cui disegno di salvezza resta incompiuto.**

Lungi dall'essere sinonimo di debolezza, la pazienza è forza nei confronti di se stessi, capacità di non agire impulsivamente, attesa dei tempi dall'altro, capacità di supportare l'altro, di sostenere e portare l'altro¹³.

Si tratta dunque di un momento particolarmente importante nell'edificazione delle relazioni interpersonali e Comunitarie. Non a caso il Nuovo Testamento esorta spesso alla pazienza e alla sopportazione proprio in relazione ai difficili rapporti comunitari: "Sopportatevi a vicenda e perdonatevi gli uni gli altri, se qualcuno ha di che lamentarsi nei riguardi di un altro" (Col 3, 13).

La sopportazione vicendevole è manifestazione di carità finalizzata a conservare l'unità e la pace nella Comunità: "Comportatevi ... con ogni umiltà, dolcezza e magnanimità, sopportandovi a vicenda nell'amore" (Ef 4, 1-2). Nella comunità cristiana, come nelle Comunità di Vita Consacrata, **si fa l'esperienza di essere un peso gli uni per gli altri**, ma questa esperienza può diventare occasione di esercizio di carità e di sequela di Cristo: "**Portare i pesi gli uni degli altri:** così adempirete la legge di Cristo" (Gal 6, 2).

Nella tradizione cristiana la pazienza è considerata una virtù, perfino "la più grande virtù (summa virtus)"¹⁴.

Per **Cipriano** essa è essenziale per la vita teologale: "**Il fatto di essere cristiani appartiene alla fede e alla speranza. Ma è necessaria la pazienza perché la speranza e la fede possono giungere a dare frutto**"¹⁵.

Gregorio Magno lega la perfezione cristiana alla pazienza: "**Non è molto forte chi si lascia abbattere dall'iniquità altrui. Chi non sa sopportare le contrarietà è come se si uccidesse con la spada della sua propria pusillanimità. Dalla pazienza nasce poi la perfezione. Infatti è davvero perfetto chi non perde la pazienza per le imperfezioni del suo prossimo. Chi si impazientisce per i difetti altrui, ha in questo la prova d'esser ancora imperfetto**"¹⁶.

Oggi però la pazienza ha perso molto fascino: i tempi frettolosi spingono all'impazienza, al non differimento, al "tutto e subito", al possesso che non lascia spazio all'attesa. L'individualistica affermazione di sé diventa non volontà di attesa e di comprensione dell'altro che troppo rapidamente rischia di diventare molesto o fastidioso, certamente di intralcio. Ecco allora che la pazienza, la quale era un tempo modalità sapiente e umana di abitare il mondo, rischia di essere dimenticata.

La lenta maturazione della cose è sentita come intollerabile ... Il mondo moderno ha dimenticato la virtù della pazienza. L'azione rapida ed efficace in cui tutto viene impegnato in una volta sola ha offuscato l'oscuro splendore della capacità di attendere e di patire¹⁷.

Al tempo stesso, occorre realisticamente riconoscere che la pazienza non è sempre una virtù, così come l'impazienza non è affatto sempre una non virtù. Una pazienza che diventi passività e rassegnazione è semplicemente da rigettare. **La pazienza evangelica è attiva, intelligente e coraggiosa.**

¹³ Cf. La patience. Passion de la durée consentie, a cura di C. Chalier, Autrement, Paris 1992

¹⁴ Tertulliano, La pazienza 1,7 in Id., Opere catechetiche, a cura di S. Isetta, S. Matteoli, T. Piscitelli, e V. Sturli, Città Nuova, Roma 2008, p. 205.

¹⁵ Cipriano di Cartagine, La virtù della pazienza 13, in Id., Trattati, a cura di A. Cerretini, Città Nuova, Roma 2004, p. 188.

¹⁶ Gregorio Magno, Moralia 5, 33, a cura di B. Borghini, Edizioni Paoline, s.l. 1965, vol I, p. 174.

¹⁷ E. Lévinas. "Les vertus de patience", in Id., Difficile liberté. Essais sur le judaïsme. Albin Michel, Paris 1976, pp. 218 -219.

5 – Verso “l'alloggiare i pellegrini”
--

Per essere responsabili verso l'altro può essere utile mettere in atto l'opera di misericordia dell'“alloggiare i pellegrini”, alla luce dell' **“ospitalità interiore”**.

Non si tratta in questo caso di dare un “alloggio” materiale, ma di **“alloggiare” dentro di noi l'altro così come è, ospitandolo nella propria mente, nel proprio cuore, nella propria preghiera.**

“Alloggiando” dentro di noi l'altro e accettandolo così come è, si può **realizzare la comunione fraterna**, che pure può portare sia ciascuno di noi che l'altro verso un continuo miglioramento relazionale e spirituale.

Certamente l'espressione “alloggiare i pellegrini” rinvia alla pratica di **dare ricovero a chi sta compiendo un pellegrinaggio**. Non a caso le opere di misericordia come: dare da mangiare agli affamati, dare da bere agli assetati, alloggiare i pellegrini, furono molto spesso raffigurate nelle chiese disposte lungo gli itinerari dei grandi pellegrinaggi per stimolare l'attiva carità nei confronti dei pellegrini.

Dietro all'espressione che parla di “alloggiare i pellegrini” vi è la parola evangelica sull'accoglienza del forestiero (xènos, Mt 25,35.43) e dunque **la pratica dell'ospitalità**.

E oggi vi è bisogno del diffondersi e del radicarsi di una cultura dell'ospitalità, a fronte dell'individualismo che a volte prevale. In effetti, “la civiltà ha fatto un passo decisivo, forse il passo decisivo, il giorno in cui lo straniero, da nemico (bostis) è divenuto ospite (bospes)”¹⁸. Ma questo passaggio deve avvenire sempre e di nuovo.

6 – Come “ospitarsi” l'un l'altro ? ¹⁹
--

Si parla qui di **ospitalità interiore, quasi una premessa per l'accettazione dell'altro in Comunità e per andare insieme verso la comunione fraterna**.

Ci possiamo chiedere, applicandolo al campo dell'interiorità : **perché dare ospitalità?** Perché l'ospitalità è stata ed è tuttora sentita in molte culture come un dovere sacro, un gesto di solidarietà a cui è semplicemente impensabile sottrarsi?

In radice, la risposta sembra essere semplice: **perché si è persone, per divenire persone, per umanizzare la propria umanità e per rispettare e onorare l'umanità dell'altro**. Ogni persona, in quanto venuta al mondo, è lei stessa ospite dell'umano che è in lei: **noi diamo ospitalità perché sappiamo di essere ospitati a nostra volta**.

Dare ospitalità è atto con cui ognuno risponde alla propria vocazione, realizza la propria umanità accogliendo l'umanità dell'altro.

Il considerarci ospiti dell'umano che è in noi, ospiti accolti e non padroni, può aiutarci ad aver cura dell'umano che è in noi e negli altri, a uscire dall'indifferenza e dal rifiuto di quella **virtù della compassione** che ci conduce a comprometterci con l'altro nel suo bisogno.

Il Confratello (forse anche in difficoltà), il povero, il girovago, lo straniero, colui la cui umanità è umiliata dal peso delle mancanze e delle privazioni, dei rifiuti e dell'abbandono, del disinteresse e dell'estraneità, **comincia a essere accolto quando noi cominciamo a sentire come nostra la sua umiliazione, come nostra la sua vergogna, quando cominciamo a sentire che la mortificazione della sua umanità è la nostra stessa mortificazione**. Allora, senza inutili sensi si colpa e senza ipocriti buoni sentimenti, può **iniziare la relazione di ospitalità che ci porta a fare tutto ciò che è nelle nostre possibilità per l'altro**.

Ma deve essere chiaro che l'ospitalità umanizza anzitutto colui che la esercita: **“Non ha ancora incominciato a essere una vera persona chi non ha vissuto la pietà per l'umanità ferita e svilita nell'altro”**²⁰.

¹⁸ J. Danièlou, “Pour une thèologie de l'hospitalité”, in la Vie Spirituelle 367 (1951), p. 340.

¹⁹ cfr. Luciano Manicardi – La fatica della carità – Edizioni Qiqajon 2010

²⁰ P. Sequeri, L'umano alla prova. Soggetto, identità, limite, Vita e Pensiero, Milano 2002, p. 159.

L'ospitalità interiore dell'altro, l'accettazione reciproca, la comunione fraterna hanno come caratteristica l'ascoltarsi.

Ascoltare l'altro non è solo ascoltare se stessi, perché l'altro sicuramente ha caratteristiche diverse da noi. ***L'altro è spesso "viandante", "straniero", pure appartenendo alla stessa Comunità . cioè, non perché appartiene a un Paese diverso dal nostro*** (anche se ciò può essere), ***ma perché spesso ha un approccio diverso dal nostro*** rispetto alla realtà, al servizio, alla preghiera, al carisma della Congregazione e ai tanti aspetti della vita materiale e spirituale.

Accogliere il viandante quindi significa predisporre uno spazio interiore ed esteriore, creare uno spazio per lui, come fa la donna di Sumen che predispone una stanza per l'ospite, cioè Eliseo: *"Prepariamo per lui una piccola camera al piano di sopra, in muratura, mettiamoci un letto, un tavolo, una sedia e una lampada, sì che, venendo da noi, ci si possa ritirare"* (2Re 4,10). Significa ***aprire la propria casa all'altro***, come Marta che accoglie Gesù *"nella propria casa"* (Lc 10,38), ***ma più in profondità significa fare di se stessi la casa, la dimora in cui l'altro viene accolto: accogliere è dare tempo e ascolto all'altro, e ascoltando scaviamo in noi uno spazio interiore per lui***, come Maria che, *"sedutasi ai piedi del Signore ascoltava la sua parola"* (Lc 10, 39).

L'ospitalità, come ascolto dell'altro, della sua storia, incide sul nostro essere profondo, fa di noi persone capaci di accoglienza, e fa sì che l'ospitalità stessa sia un evento che plasma la nostra interiorità.

L'ambivalenza del termine "ospite" (in senso attivo: chi dà ospitalità, e in senso passivo: chi riceve ospitalità) è significativa dello scambio di doni e di ruoli che avviene all'interno di tale relazione, sicché ci si può legittimamente porre la domanda: ***chi accoglie e chi è accolto?*** Ha scritto il poeta Edmondo Jabès: *"Lo straniero ti permette di essere te stesso facendo di te uno straniero"* e *"la distanza che ci separa dallo straniero è la stessa che ci separa da noi"*²¹.

Certo, ***l'ospitalità ha come base l'ascolto. Ascoltare l'altro, lo straniero, significa*** accoglierne l'appello e assumere la responsabilità di una risposta; significa anche accettare di togliersi le lenti deformanti dei pregiudizi, delle verità prefabbricate, per avvicinarsi a lui, ascoltarlo, parlargli, e vedere modificato il proprio giudizio²²:

*"Avvicinati, a due passi da me, sei ancora troppo lontano. Mi vedi per quel che sei tu e non per quello che sono io"*²³.

L'ascolto è il luogo che consente la contaminazione delle differenze: grazie a esso, queste perdono il loro carattere assoluto e irreversibile, e quello che poteva essere un limite all'incontro e rappresentare la sua fine, diviene la soglia che consente l'incontro stesso.

L'ascolto consente di declinare il ***"con-fine"*** (del corpo, della Comunità, del carisma) in modo tale che la seconda parte di questo vocabolo, cioè la "fine", il "termine", che esso rappresenta, non prevalga sulla prima ("con") diventando occasione di rigetto e di chiusura, ma si manifesti come ***luogo di incontro e di comunione con l'altro.***

Il confine è la giusta linea di demarcazione dell'identità che vive esponendosi ai rischi fecondi dell'incontro, del dialogo e della contaminazione; invece, il muro, la barriera, il filo spinato, rendendo insuperabile il confine, creano una prigione nel momento stesso in cui, in nome della sicurezza, cercano di difendere e proteggere l'identità.

L'ascolto implica la sospensione del giudizio ovvero la rinuncia al pregiudizio, e l'accettazione che sia l'altro a definirsi e a farsi conoscere: si assisterà così al passaggio dall'altro come "categoria" (definito in base all'appartenenza religiosa, etnica, culturale, eccetera) ***all'altro come "tu personale"*** (con una biografia, una storia personale e collettiva, soprattutto con un peso di sofferenza e un presente di paura). ***Smettere i pregiudizi significa impegnarsi nel lavoro di conoscenza dell'altro:*** senza questa conoscenza, particolarmente necessaria e difficile, non potrà avvenire alcuna vera ospitalità. Occorre infatti evitare ***due rischi contrapposti: l'appropriazione dell'altro*** mancandogli di rispetto ***e la disappropriazione di sé***

²¹ E. Jabès, Uno straniero con, sotto il braccio, un libro di piccolo formato, SE, Milano 1991, pp. II, 61.

²² Cf. S. Tomelleri, "L'ospite e lo straniero. Zona grigia ed educazione all'ascolto interculturale", in Pluriverso 3 (1999), pp. 12-17.

²³ E. Jabès, Uno straniero con, sotto il braccio, un libro di piccolo formato, p. 98.

e della propria cultura per inchinarsi a un altro mitizzato ed enfatizzato. Allora si può accedere all'incontro con l'altro come apparizione²⁴. Inoltre, per accogliere l'altro occorre **umiltà e stima**. L'umiltà di chi ritiene che l'altro possa sempre apportare qualcosa alla nostra umanità e alla nostra pratica di vita e la stima di chi si apre con simpatia alle usanze dell'altro.

8 – Su modello dell'amore "incondizionato" di Dio

Possiamo dire che l'amore di Dio è senza condizioni. Dio non dice : "Ti amo se...". Non vi sono "se" nel cuore di Dio. L'amore di Dio per noi non dipende da quello che facciamo o diciamo, dal nostro aspetto o dalla nostra intelligenza, dal nostro successo o dalla nostra popolarità. L'amore di Dio per noi esisteva prima che nascessimo ed esisterà dopo la nostra morte. L'amore di Dio è di eternità in eternità e non è vincolato da eventi o circostanze legate al tempo.

Significa forse che Dio non si cura di quello che diciamo o di quello che facciamo ? No, perché l'amore di Dio non sarebbe reale se fosse così.

Amore "senza condizioni" non significa amore senza interesse. Dio desidera entrare in relazione con noi e vuole che noi, a nostra volta, lo amiamo.

Noi confondiamo spesso l'amore "senza condizioni" con un'approvazione senza condizioni. Dio ci ama senza condizioni, ma non approva ogni comportamento umano.

Dio non approva il tradimento, la violenza, l'odio, il sospetto e tutte le altre espressioni del male, perché tutte quante contraddicono l'amore che Dio vuole istillare nel cuore umano. L'amore "incondizionato" di Dio significa che Dio continua ad amarci anche quando diciamo o pensiamo cose malvagie. Dio continua ad aspettarci, come un padre amorevole aspetta il ritorno di un figlio smarrito.

E' importante attenersi alla verità, che Dio non rinuncia mai ad amarci, anche quando è rattristato da quello che facciamo. Questa verità ci aiuterà a fare ritorno all'onnipresente amore di Dio.

L'amore di Dio darà inoltre una visione sempre più chiara della vocazione alla comunione. Più saremo chiamati a parlare dell'amore di Dio, più avremo bisogno di approfondire la conoscenza di quell'amore nel nostro stesso cuore. Più lontano ci porta il cammino esteriore, più profondo deve essere il nostro cammino interiore. Soltanto quando le nostre radici sono profonde, i nostri frutti possono essere abbondanti.²⁵

9 – Ospitare l'altro nella propria preghiera "compassionevole"

Una delle esperienze più incisive in una vita di "com-passione" è l'espansione dei nostri cuori in uno spazio di guarigione e di conversione che abbraccia la propria Comunità e il mondo, e dal quale nessuno è escluso.

Quando, mediante la disciplina interiore, abbiamo vinto il potere dei nostri impulsi impazienti a fuggire o a lottare, a spaventarci o ad adirarci, scopriamo uno spazio sconfinato in cui possiamo accogliere tutta la gente del mondo (e quindi anche le persone della propria Comunità).

La preghiera per gli altri dunque non deve essere considerata un esercizio straordinario da praticare di tempo in tempo ; è invece il palpito stesso di un cuore compassionevole. Pregare per un Confratello della stessa Comunità o della Congregazione bisognoso, malato, per una persona della Congregazione che è in crisi, pregare per la gente in prigione, negli ospedali o sui campi di battaglia ; per coloro che sono vittime dell'ingiustizia, che sono affamati, poveri e senza riparo ; per coloro che rischiano la carriera, la salute e perfino la vita ; per i responsabili della Congregazione, degli Stati ; **pregare per tutti costoro non è il futile sforzo di influenzare la volontà di Dio, ma un gesto di ospitalità con il quale invitiamo il nostro prossimo nel centro del nostro cuore.**

Pregare per gli altri significa fare di loro una parte di noi stessi.

Pregare per gli altri significa lasciare che le loro sofferenze, le loro ansie e la loro solitudine, la loro confusione e le loro paure risuonino nel nostro io più intimo.

²⁴ Cf. L. Manicardi, Accogliere lo straniero

²⁵ cfr. H. Nouwen – La sola cosa necessaria – Ed. Queriniana 2001

Pregare significa entrare in una profonda solidarietà interiore con gli altri esseri umani affinché, in noi e attraverso di noi, possano essere toccati dal potere di guarigione dello Spirito di Dio.

Quando siamo capaci, come discepoli di Cristo, di portare i pesi dei nostri fratelli e sorelle, di portare il segno delle loro ferite e anche di essere schiacciati dal loro peccato, la nostra preghiera diventa la loro preghiera, il nostro grido di misericordia diventa il loro grido.

Nella preghiera "compassionevole" portiamo dinanzi a Dio coloro che soffrono, non soltanto "tanto tempo fa", ma chi sono ora nel nostro io più intimo. E' quindi in noi e attraverso di noi che gli altri vengono ristabiliti ; è in noi e attraverso di noi che essi ricevono nuova luce, nuova speranza e nuovo coraggio ; è in noi e attraverso di noi che lo Spirito li tocca con la presenza di Dio che guarisce.

Quando io porto veramente i miei amici e i tanti per i quali prego nel mio essere più intimo e provo i loro dolori, le loro lotte e il loro grido nella mia stessa anima, allora, per così dire, io lascio me stesso e divento loro ; allora ho compassione. La compassione sta nel cuore della nostra preghiera per gli altri esseri umani.

E in questa esperienza io comprendo che la compassione non è mia, ma è il dono che Dio mi fa.

Non posso abbracciare il mondo, ma Dio lo può. Non posso pregare, ma Dio può pregare in me.

Quando Dio è diventato quale noi siamo, quando cioè ha lasciato che noi tutti entrassimo nella sua vita intima, è diventato possibile per noi condividere la sua infinita compassione.

Pregando per gli altri, perdo me stesso e divento l'altro, solo per essere poi trovato dall'amore divino che tiene stretta l'umanità intera in un abbraccio compassionevole.²⁶

10 - Dalla maturità personale alla maturità nella Vita Fraterna

Ecco alcune parole di S. E. Il Cardinale Bagnasco, che incoraggiano l'aiuto fraterno²⁷.

Oggi, vorrei mettere in rilievo un particolare modo di annunciare la gioia del Vangelo, di evangelizzare, cioè di **"rendere presente nel mondo il Regno di Dio"** (Papa Francesco, *Evangelii gaudium*, 176). E' un modo che vale per tutti i credenti, ma è vostro in modo del tutto speciale, e che accomuna tutti i vostri diversi carismi e servizi: si tratta della **comunione, cioè della vita di comunità, che preferisco chiamare vita fraterna. C'è un grande bisogno di vedere che vivere da fratelli è possibile e bello**: tutto congiura, infatti, a favore di rapporti reticolari e destrutturati, e le metropoli sono sempre più ridotte a una collezione di solipsismi tristi.

Si sente subito se le Comunità sono fraterne oppure se sono dei lodevoli gruppi di mutuo soccorso. Questi suscitano ammirazione, le altre affascinano e generano speranza. **Non basta che un religioso sia buono per conto suo, si dedichi con generosità ai suoi compiti; bisogna sentire che ognuno – anche se solo – è buono con gli altri, che agisce bene insieme ai fratelli o alle sorelle della Comunità.** Se così non fosse, l'efficacia del servizio e dell'annuncio evangelico sarebbe dimezzato, perché si sente **la distanza dagli altri, la critica detta o sottintesa, il sorriso giudicante.** E questo, in chi si avvicina, può suscitare forse complicità, ma non conversione a Dio.

La Comunità richiede la comunione dei cuori, e questa non è mai scontata; è da chiedere ogni giorno in ginocchio, è da ricominciare sempre.

La prima forma di comunione – voi lo sapete – è quella di pregare ogni giorno per i propri fratelli e sorelle; pregare personalmente per loro. Portarli davanti a Dio nella preghiera personale, infatti, è come introdurli in casa, nel sacrario della propria anima, accanto al focolare del cuore.

E poi, si tratta di aver stima di ciascuno, e di far sentire stima e fiducia. Non significa non vedere limiti e difetti, ma volerne apprezzare bontà e talenti, a partire dal valore che ognuno ha davanti a Gesù crocifisso: il valore infinito del suo sangue.

²⁶ cfr. H. Nouwen – La sola cosa necessaria – Ed. Queriniana 2001

²⁷ Cardinale Angelo Bagnasco, 2 febbraio 2014 – www.chiesadigenova.it

Per questo dobbiamo contemplare la Croce, così potremo vedere con sguardo non morale ma teologale i membri della Comunità. Sappiamo che la Comunità perfetta non esiste, e per tale ragione non c'è fraternità senza perdono: **tutti abbiamo bisogno di essere perdonati e di perdonare.** E poi, non è necessario avere tutti le medesime idee in tutto, ma nelle cose essenziali sì; e in tante altre è doveroso e saggio riconoscere serenamente le responsabilità diverse. E avere fiducia, perché Dio scrive diritto anche sulle nostre storture. Allora viviamo affidati e stiamo in pace.

11 – Verso la comunione e la pace, essere “scavatori e idraulici” ²⁸

Con questa “parabola” dell’essere “scavatori e idraulici”, il Vescovo don Tonino Bello ci riassume l’essenzialità del rapporto Comunitario, nel convivere con momenti di difficoltà, verso la “pace”.

*Ho detto: **Gesù Cristo è la fontana della pace.** Dovremmo farlo capire alla gente, specialmente al popolo col quale ordinariamente ci troviamo a contatto: egli è l’autore della pace; il Signore della pace è **Gesù Cristo.***

E’ sceso sulla terra assetata di pace e ha scavato il pozzo artesiano della pace, servendosi della croce come se fosse una trivella. Ha scavato... la pace ... e poi ... a Pasqua: <<Pace a voi!>>. La prima parola che pronuncia davanti a una comunità radunata è <<pace>>: <<Pace a voi! Vi lascio pace, vi do la mia pace>>.

Consegna il pozzo, che egli ha scavato, alla comunità, alla chiesa, quasi per dire: <<Adesso il compito tuo è di portare l’acqua in superficie e di farla arrivare fino agli estremi tutte le reti idriche, tutto l’impianto idrico; questo è il tuo ruolo: portare l’acqua in superficie>>.

Però la pace è un dono escatologico, è un dono suo!

Bisognerebbe farlo comprendere, perché la pace, quella che noi inseguiamo, non è soltanto il frutto delle nostre ascetiche o delle nostre elaborazioni pastorali: la pace è sempre un dono.

Il pozzo l’ha scavato lui, a noi adesso tocca portare l’acqua a tutti. Ecco perché siamo tra il già e il non ancora.

Quindi la pace è un dono di Dio, che quando arriva dobbiamo trasferire ad altri. Non dobbiamo intasare la rete idrica! Questo dono bisogna moltiplicarlo. E’ un <<dono-per>>, cioè un <<per-dono>>, da moltiplicare. Ecco perché senza perdono non c’è pace!

Ecco allora che mi sembra già questa una prima conclusione che deve interessare il nostro impegno omiletico, catechetico, di evangelizzazione.

Che cos’è la pace?

E’ un cumulo di beni. E’ la somma delle ricchezze più grandi di cui un popolo o un individuo possa godere.

*Pace è giustizia, libertà, dialogo, crescita, uguaglianza. **Pace è riconoscimento reciproco della dignità umana, rispetto, accettazione dell’alterità come dono.** Pace è temperie di solidarietà: l’imperativo morale che noi credenti chiamiamo **comunione.** Pace è il frutto di quella che oggi viene indicata come <<etica del volto>>: un volto da riscoprire, da contemplare, da accarezzare. Pace è – come osserva Italo Mancini - <<deporre l’io dalla sua sovranità, far posto all’altro e al suo indistruttibile volto; **instaurare relazioni di parola, comunicazione, insegnamento>>.***

Pace, per usare un’immagine, è un’acqua che viene da lontano: l’unica in grado di dissetare la terra, l’unica capace di placare l’incoercibile bisogno di felicità sepolto nel nostro inquieto cuore di uomini.

Quest’acqua, che in larga parte discende dal cielo e in minima parte deriva dalle risorse idriche della terra (ma anche queste, in ultima analisi, non provengono dall’alto?), si trova in un bacino, da cui parte un acquedotto. Si tratta ora di portarla a tutti. Ed eccoci al ruolo degli operatori di pace.

Chi sono gli operatori di pace?

²⁸ Cfr. + Tonino Bello – Pace. Quanto resta della notte ? – Edizioni Messaggero, Padova, 2007

Sono i tecnici delle condutture, gli impiantisti delle reti idrauliche, gli esperti delle rubinetterie. Sono coloro che, servendosi di tecniche diversificate, si studiano di portare l'acqua della pace nella fitta trama dello spazio e del tempo; in tutte le case degli uomini; nel tessuto sociale della città; nei luoghi dove la gente si aggrega e fioriscono le convivenze.

L'acqua è una: quella pace. Le tecniche di conduzione, invece, cioè le mediazioni, sono diverse.

E diverse sono anche le ditte appaltatrici delle condutture. Ed è giusto che sia così.

L'importante è che queste tecniche siano serie, intendano servire l'uomo, e facciamo giungere l'acqua agli utenti. Si serve la causa della pace quando l'impegno appassionato dei politici sarà rivolto a che la città vengano allegate di giustizia le case siano sommerse da fiumi di rettitudine, e le strade cedano sotto un'alluvione di solidarietà, secondo quello splendido versetto del profeta Amos: <<Fate in modo che il diritto scorra come acqua di sorgente, e la giustizia come un torrente sempre in piena>> (Am 5, 24).

Una delle cose più belle e più pratiche messe in luce dalla teologia in questi ultimi anni è che la SS. Trinità non è solo il mistero principale della nostra fede, ma è anche il principio architettonico supremo della nostra morale. Quella trinitaria, cioè, non è solo una dottrina da contemplare, ma una realtà da vivere. Non solo una verità tesa ad alimentare il bisogno di trascendenza, ma una fonte normativa cui attingere per le nostre scelte quotidiane.

Nel cielo tre persone uguali e distinte vivono così profondamente la comunione, che formano un solo Dio. Sulla terra più persone, uguali per dignità e distinte per estrazione, sono chiamate a vivere così intensamente la solidarietà, da formare un solo uomo, l'uomo nuovo: Gesù Cristo.

Sicché l'essenza della nostra vita etica consiste nel **tradurre con gesti feriali la contemplazione festiva del mistero trinitario**, scoprendo in tutti gli esseri umani la dignità della persona, riconoscendo la loro fondamentale uguaglianza, rispettando i tratti caratteristici della loro distinzione. **Il genere umano è dunque chiamato a vivere sulla terra ciò che le tre persone divine vivono nel cielo: la convivialità delle differenze. Questa, in ultima analisi, è la pace: convivialità delle differenze.** Definizione più bella non possiamo dare. Perché siamo andati a cercarla proprio nel cuore della SS. Trinità. Le stesse parole che servono a definire il mistero principale della nostra fede, ci servono a definire l'anelito supremo del nostro impegno umano. Pace non è la semplice distruzione delle armi. E non è neppure l'equa distribuzione dei pani a tutti i commensali della terra. **Pace è mangiare il proprio pane a tavola insieme con i fratelli. Pace è convivialità delle differenze, appunto.**

Attraverso il "portare" gli inevitabili conflitti e attraverso il continuo tendere alla pace, rispecchiata nella comunione Trinitaria, potremo realizzare il desiderio del S. Padre Benedetto XVI, espresso sia nella Spe salvi, sia nelle parole rivolte ai giovani durante la Via Crucis nell'ambito della Giornata mondiale della Gioventù 2011. Si tratta del desiderio di diffondere "la con-solatio, la consolazione", per fare sorgere ovunque "stelle di speranza".

Mentre avanzavamo con Gesù, sino a giungere al vertice del suo consegnarsi sul Calvario, ci venivano alla mente le parole di san Paolo: «Cristo mi ha amato e ha dato la sua vita per me» (Gal 2,20). Davanti ad un amore così disinteressato, colmi di stupore e gratitudine, ci chiediamo ora: **Che faremo noi per Lui? Quale risposta gli daremo?** San Giovanni lo dice chiaramente: «Da questo abbiamo conosciuto l'amore: **Egli ha dato la sua vita per noi; quindi anche noi dobbiamo dare la vita per i fratelli**» (1 Gv 3,16). **La passione di Cristo ci sospinge a caricare sulle nostre spalle la sofferenza del mondo, con la certezza che Dio non è qualcuno di distante o lontano dall'uomo e dalle sue vicissitudini.** Al contrario, egli si fece uno di noi «per poter com-patire con l'uomo, in modo molto reale, in carne e sangue... Da lì in ogni sofferenza umana è entrato uno che condivide la sofferenza e la sopportazione; da lì **si diffonde in ogni sofferenza la con-solatio, la consolazione dell'amore partecipe di Dio e così sorge la stella della speranza**» (Spe salvi, 39).

Cari giovani, voi che siete molto sensibili all'idea di condividere la vita con gli altri, non passate oltre davanti alla sofferenza umana, dove Dio vi attende affinché offriate il meglio di voi stessi: la vostra capacità di amare e di compatire. Le diverse forme di sofferenza che, lungo la Via Crucis, sono sfilate davanti ai nostri occhi sono chiamate del Signore per edificare la vita seguendo le sue orme e fare di noi i segni della sua consolazione e salvezza. «Soffrire con l'altro, per gli altri;

soffrire per amore della verità e della giustizia; soffrire a causa dell'amore e per diventare una persona che ama veramente – questi sono elementi fondamentali di umanità, l'abbandono dei quali distruggerebbe l'uomo stesso» (Spe salvi, 39)²⁹ .

**12– Un obiettivo di comunione per il Consiglio Evangelico della povertà :
il “divieto di guardare oltre i polpacci” nella lavanda dei piedi**

Fin dall'inizio della sua vita la povertà, è stata una scelta per Gesù, e ciò si è trasformato per le persone Consacrate nella scelta del Consiglio Evangelico della povertà.

Riflettendo sulla maturazione nella povertà, si vede che in fondo in fondo non si tratta solo di condividere con l'altro, di fare a meno dei beni, di distaccarsi dalle cose, di essere responsabili nell'uso dei beni, anche se tutto questo fa parte del cammino di povertà.

Un aspetto maturo del Consiglio Evangelico di povertà che qui si sottolinea è quello della **povertà di servire senza quasi conoscere i risultati del servizio stesso.**

Sembra quanto ha sperimentato Gesù nella **lavanda dei piedi**, un servizio che ha compreso tutti, anche Giuda.

Che la lavanda dei piedi sia un aspetto maturo nel servizio e nella povertà, si coglie anche dal fatto che Gesù non ha compiuto questo gesto all'inizio della sua vita, ma più tardi, quando gli Apostoli erano già da tempo con lui e potevano essere più capaci di addentrarsi nella sua logica.

Il Vescovo + don Tonino Bello sottolinea bene questo aspetto della lavanda dei piedi e qui si riportano alcune sue parole ³⁰ .

Vorrei parlavi dei piedi di Giuda, perché Gesù ha lavato anche i piedi di Giuda, e Giuda ha mosso contro di lui il suo calcagno. Ti viene quasi da pensare che quando Giuda ha sollevato il piedi sul catino per farselo lavare, gli volesse dare un calcio sotto il mento, a Gesù, perché a questo forse allude quella espressione pronunciata da Gesù: <<Ecco, colui che mi sta vicino muove contro di me il suo calcagno>>.

*Che cosa voglio dire con <<i piedi di Giuda>>? Noi ci troviamo sempre **immersi nel problema del tradimento**, quello nostro personale e quello degli altri. Forse che non sbagliamo anche noi? Forse che per qualche attimo soltanto non abbiamo anche noi spartito la condizione di Giuda? Eppure Gesù lava i piedi a chi sbaglia, li lava e allora pure noi dobbiamo avere questa tenerezza del Signore, questa attenzione del Signore che non è una posa, non è una messa in scena. Se Gesù ha lavato i piedi di Giuda non l'ha fatto per poter dire: <<Guarda come sono grande: nonostante il tradimento io gli lavo i piedi>>. No, quello è un atteggiamento del Signore proprio grande, spontaneo!*

Non importa quale sia l'esito della lavanda, così come non importa sapere se il destino finale di Giuda sia stato di salvezza o di perdizione: sono affari del Signore! Si è salvato Giuda, o no? Si è dannato? Non ponetevelo, questo problema! Se dovete dare una risposta, dite che il Signore avrà trovato pure per lui un biglietto di seconda mano per farlo entrare! Sono affari del Signore, che è l'unico capace di accogliere fino in fondo il mistero della libertà umana e di comporne le scelte, anche le più assurde, nell'oceano della sua misericordia.

Se la misericordia è un oceano... a noi tocca solo entrare nella logica del servizio di fronte alla quale non esiste ambiguità di calcagni che possa legittimare il rifiuto o la discriminazione.

<<A quello i piedi glieli lavo, a quell'altro no...! Perché quello non merita, quello non vuole, quello ritorna a sporcarsi i piedi, quello ha fatto quella scelta>>. No, no! Se Giuda è il simbolo di chi nella vita ha sbagliato in modo pesante, il gesto di Cristo curvo sui suoi piedi ci chiama a rivedere giudizi e comportamenti nei riguardi di coloro che, secondo gli schemi mentali in circolazione, sono andati a finire sui binari morti di un'esistenza fallimentare. Quanta gente ha fallito! Esistenze fallimentari!... E noi dobbiamo andare lì. Verso chi è finito fuoristrada per colpa propria o per

²⁹ VIAGGIO APOSTOLICO A MADRID IN OCCASIONE DELLA XXVI GIORNATA MONDIALE DELLA GIOVENTÙ , 18-21 AGOSTO 2011 - VIA CRUCIS - DISCORSO DEL SANTO PADRE BENEDETTO XVI - Plaza di Cibeles, Madrid Venerdì, 19 agosto 2011

³⁰ cfr. don Tonino Bello – Fotografie del futuro – Ediz. Paoline 2003

malizia altrui. Noi dobbiamo rivedere i giudizi nei riguardi di questa gente andata a finire fuori strada: per colpa sua o per cattiveria degli altri, non importa! Verso chi ha calpestato i sentimenti più puri ed è stato vigliacco e traditore! Verso chi ha ripagato la tenerezza con l'ingratitude più nera, chi ha deviato dalle rotte di una fedeltà promessa: <<Come? hai giurato fedeltà per sempre al Signore...hai fatto i voti, la professione perpetua... e poi dopo hai lasciato, sei andato via, hai tradito...>>.

Anche verso chi ha infranto le regole di una amicizia giurata. Devi rivedere i giudizi anche nei confronti di questi, di chi non ce l'ha fatta a seguire Gesù fino al Calvario. Quanta gente ha cominciato, cammina cammina con Gesù, ma poi quando i tornanti del Calvario si sono fatti più aspri, non ce l'ha fatta più. Devi rivedere i tuoi giudizi nei confronti di chi dai chiarori del Cenacolo è precipitato nella notte della strada, come Giuda.

Quel gesto di Gesù allora ci obbliga a rivedere i nostri giudizi nei confronti di queste persone, sui loro piedi, sui piedi di questi fratelli: col divieto assoluto di sollevare lo sguardo al di sopra dei loro polpacci. Noi, protagonisti di tradimenti al dettaglio e all'ingrosso, abbiamo l'obbligo di versare l'acqua tiepida della preghiera, dell'accoglienza, dell'accredito generoso di mille possibilità di ravvedimento, col divieto di sollevare lo sguardo al di sopra dei polpacci.

Un giorno mi è capitato un episodio particolare. Ho conosciuto un sacerdote, il quale ha avuto parecchie traversie e ha cominciato a bere... al punto che si è ridotto in uno stato pietoso.

Una notte d'estate, la vigilia della Madonna del Carmine, un mese prima della Madonna Assunta, mi telefona il maresciallo dei carabinieri di un paese. Dice: <<Senti, vieni per favore, perché c'è un Sacerdote che è uscito in pantaloncini corti per la strada, è venuto in caserma, ha messo tutto sottosopra. Vieni, vuole parlare con te!>>.

Io mi sono alzato, mi sono messo in macchina, sono andato e ho visto questo qui... sulla strada, con un bastone in mano, in pantaloncini. C'era una luna splendida! Questa figura sulla strada sembrava un poco come quel lebbroso che implora Gesù... Mi sono avvicinato, aveva la barba lunga, mi ha abbracciato e mi ha detto: <<Portami con te!>>. Gli ho detto: <<Vuoi venire in episcopio? Vieni...>>.

L'ho accompagnato in macchina. Lungo il viaggio si è addormentato. Siamo arrivati in episcopio, ho aperto, l'ho tirato fuori, me lo sono messo sulle spalle perché non ce la faceva a camminare, come Enea che si carica Anchise (chi ha letto l'Eneide lo ricorda). L'ho portato sopra in episcopio, ho aperto, l'ho fatto sedere su una sedia e ho detto: <<Guarda, don Angelo, adesso ti porto nella stanza del Cardinale, ti faccio dormire lì>>. Ha risposto: <<No, nella stanza del Cardinale, no!>>. Chissà che gli è sembrato...

<<Voglio dormire per terra!>>. <<No, per terra no>> gli dico io, <<ti ho portato fin qua e che ospitalità ti do? Devo portarti a letto...>>. <<No, non voglio assolutamente... Voglio coricarmi per terra>>. Allora ho preso un materasso e l'ho messo a terra. Ma lui a dire: <<Non sul materasso!>>. Si è seduto, si è sdraiato per terra e si è addormentato.

Il giorno dopo io dovevo partire e fare altre cose, dovevo prepararmi non so per quale convegno. Mi ha detto: <<Senti, riportami a casa!>>. Ho cominciato a spazientirmi e gli ho detto: <<Ma no, non è possibile! Macchè casa, mi fai diventare matto, non è possibile!>>. Insomma, ho cominciato ad alterarmi, anche per scuoterlo. Ha detto: <<Ma io voglio andare a casa, chiamami un taxi!>>. <<Macchè taxi!>> ho detto, e mi è uscita una frase infelice: <<Io chiamo un'ambulanza adesso, ti faccio portare all'ospedale!>>.

Allora lui si è fermato, mi ha guardato con tenerezza, e incredulo ha detto: <<Un'ambulanza?>>.

Allora ho detto: <<Vuoi restare qua?>>. <<No, portami a casa!>>.

Di nuovo l'ho messo in macchina e siamo partiti. Durante il viaggio si è addormentato. Russava. Poi si è svegliato e mi ha detto: <<Perdonami sai ...>>. <<Macchè perdonami e perdonami... non si fa così, questo non è modo, questo non è modo: svegli le persone, chiami il maresciallo, chiami me...>>. Gli ho risposto male.

Siamo arrivati vicino alla sua casa e io ho proseguito, per andare su di una altura, dove c'è un santuario di campagna molto bello, dove lui era stato per tanto tempo il custode, il padre spirituale, il sacerdote addetto, proprio in campagna, in solitudine...

C'era una luna splendida, quella notte, sulla spianata e ha detto: <<Dove mi porti?>>. Ho risposto: <<Al santuario>>. <<No>> ha detto, <<ti ringrazio...>>. <<No, non voglio ringraziamenti!>>.

Siamo arrivati là sopra, la macchina era ancora chiusa e un cane è comparso, poi un altro e un altro ancora. <<Questo è Book>> ha detto, <<veniva tutte le notti, d'inverno, quando pioveva...>>.

Questo è Dick... Questo è Bobby... Questo è ...>>, conosceva tutti i cani della zona! A un certo momento un cagnaccio di quelli, che ancora ricordo con terrore, vicino alla macchina, si è alzato su due zampe, minaccioso. Allora don Angelo ha aperto il portello e io ho detto: <<Ma che stai facendo?>>. Nel parossismo della preoccupazione io ho aperto subito dall'altra parte per prendere un bastone. Ho preso un bastone, poi mi giro... e don Angelo era appoggiato al muro, perché ancora vacillava, e ai suoi piedi il cane che lui conosceva, Book, con le zampe lo accarezzava e mugolava e lui stava come un signore, retto davanti a quel cane che aveva riconosciuto il suo signore!

Mentre io non ero stato capace di scorgere in un mio sacerdote l'ombra di Gesù!... Capite?

Una cosa che non dimenticherò mai: il cane si appiattiva a terra, vicino ai suoi piedi, si accoccolava lì, guaiava di felicità perché dopo tanto tempo aveva ritrovato il suo padrone. Poi gli ho detto: <<Don Angelo, fra un mese è la festa della Madonna Assunta. Vuoi venire tu a celebrare?>>. Ha risposto: <<Sarebbe per me una grazia!>>. Poi abbiamo salutato il cane, l'ho messo in macchina e l'ho riportato a casa sua.

E noi, con i nostri giudizi: <<Quello è un ubriaco, quella è come una prostituta, quello ha l'amante, quello è un perfido, quello è un vigliacco, quello è un traditore, quello è sudicio, quello è insensibile, quella è così, quello ha tradito, quello ha fatto...>>

Penso ai Sacerdoti e ai Consacrati che hanno sbagliato, che sono andati dai chiarori del cenacolo all'oscurità del buio, nella notte. A chi non ha avuto fortuna: perché tanti hanno sbagliato solo perché hanno abdicato per debolezza o per ingenuità ai progetti della gioventù. Tanta gente ha coltivato grandi progetti, in gioventù, poi via via se li è rimangiati. Allora, soprattutto, deve sorgere dentro di noi questo desiderio profondo di non giudicare la gente, di non giudicare... e di **fare accreditati fortissimi sulle possibilità di recupero che hanno tutte le persone, proprio tutte.**

**13 – Un obiettivo di comunione per il Consiglio Evangelico della castità :
la solitudine del Getsemani durante periodi di lotta**

Ci si sposta ora al Getsemani. Gesù sembra manifestare questa volta il bisogno che qualcuno gli stia vicino, come spesso capita nella vita della persona Consacrata, quando percepisce troppo pesante la sofferenza e la solitudine. **“Restate qui e vegliate con me”** (Mt 26,38).

Dall'inizio della Passione l'esigenza di essere con i suoi è tornata infatti diverse volte nelle parole di Gesù. Celebrare la Pasqua “con i miei discepoli” (26,18) ; bere o mangiare di nuovo “con voi nel regno del Padre mio” (29). Sembra quasi che ora Gesù non possa fare a meno dei suoi, che non riesca a pregare senza di loro.

Mentre Gesù sente la necessità di essere con loro, essi non rispondono con altrettanto bisogno di stare con lui. Sia i tre che il resto del gruppo non veglieranno, ma si addormenteranno. E Gesù non avrà alcun sollievo dai suoi intimi.

Così **Gesù “cominciò a provare tristezza e angoscia...La mia anima è triste fino alla morte...Si prostrò con la faccia a terra”** (Mt 26, 37-39).

“Cominciò a sentire paura e angoscia...Si gettò a terra” (Mc 14, 33-35).

Luca esprime lo stato d'animo di Gesù in termini più tenui. Egli prega “in ginocchio” (Lc 22,41). Ma la sua tensione interiore è indicata con la parola **“agonia”, cioè lotta suprema di tutto l'essere.**

Gli elementi che emergono sembrano essere quelli della castità matura : il rapporto con la solitudine e la capacità di affrontare la lotta.

a) **Circa il rapporto con la solitudine**, nella scelta del celibato consacrato a Dio, partiamo dalla convinzione che una delle aree più importanti è senz'altro quella affettiva.

E' l'area in cui emergono maggiormente la singolare ricchezza, ma pure la paradossale contraddizione della persona Consacrata: persona sola, ma chiamata a fare comunione, senza una sua famiglia, e amica di tutti, casta per amore, ovvero **capace di rinunciare** ad un affetto limitato per dire sì ad uno illimitato.

Sappiamo come questo paradosso superi una certa logica umana.

Le inclinazioni naturali che vengono “toccate” da questa scelta sono tra le più profondamente radicate nella natura umana; sarebbe ingenuo e pericoloso ritenere che si adeguino

spontaneamente alle implicanze della scelta stessa, senza un'attenzione precisa e un relativo cammino di maturazione.

Non basta che la persona sappia amare o sappia dominare le proprie pulsioni, il punto discriminante, decisivo, è la motivazione, il "per chi" lo fa: lo fa per Cristo? E' la persona di Cristo il senso dell'amore altruista e della rinuncia che opera?

Il celibato ed il proposito di sceglierlo inizia quando Cristo ha fatto irruzione nella vita di una persona, il giorno in cui essa, abbastanza libera in sé, ha pensato di poter fare posto a lui: nasce dall'aver fatto esperienza di Dio e del suo amore personificato in Cristo. La persona non rinuncia all'amore umano perché non sa amare, o perché ha paura di coinvolgersi: rinuncia per Qualcuno che si è fatto presente nella sua vita, Cristo, e su questa amicizia, su questa intimità, gioca tutta se stessa.

Cerchiamo allora di indicare almeno un elemento che va tenuto presente nella vita in castità, quello che ci sembra il più determinante per vivere bene la solitudine e aprirla alla comunione: **la libertà del cuore**. Se libertà è poter essere quello che si è chiamati ad essere, **libertà affettiva è potere e sapere amare la propria vocazione e secondo la propria vocazione:**

Amare la propria vocazione vuol dire desiderare di realizzare il proprio ideale, che è percepito come attraente in sé e per la propria persona, è una realtà personale in cui l'individuo scopre e riconosce ciò che gli piace.

Amare secondo la propria vocazione vuol dire unire la capacità di autonomia alla capacità di comunione. Ovvero, essere persona in grado di affrontare la solitudine, compagna inevitabile del Consacrato, senza riempirla di compensazioni varie ma custodendola come spazio della propria intimità con Dio, e senza la necessità di dipendere da qualcuno, ma facendo in modo che tale solitudine apra alla comunione, a farsi prossimo all'altro, all'intimità con il fratello o la sorella.

Per le persone che vivono armonicamente la loro scelta del celibato, **la motivazione principale è quella di un grande valore**, come l'amore così come è stato vissuto da Cristo; i loro atteggiamenti sono una conseguenza, sono coerenti con questo valore e sanno armonizzare con esso i loro bisogni profondi. Il celibato in questi casi è la strada che apre alla persona una meravigliosa crescita nell'amore e che, d'altra parte, richiede una grande rinuncia: la persona accetta il valore liberamente e il suo sguardo è fisso a questo valore. **Con questo sguardo la rinuncia diventa possibile.**

E' una crescita nell'amore e a motivo dell'amore: il celibe accetta l'inevitabile rinuncia e sofferenza legata al suo celibato con l'identico amore che ha spinto Cristo ad andare incontro alla Sua passione. **È, almeno idealmente, lo stesso tipo di dono fino alla morte che provoca la persona a darsi, a compromettersi, fino a rimetterci la vita... Non si capisce il celibato e non lo si vive al di fuori di questo amore sacrificale.**

E' una crescita nella rinuncia e attraverso la rinuncia: il soggetto sceglie liberamente di ridurre e limitare i mezzi di espressione e le manifestazioni affettive al fine di tendere verso un amore maturo, non più egocentrico e infantile, ma altruista e adulto.

Ecco **un esempio** di una "realistica armonia" nel vivere la solitudine:

"In missione ho potuto assaporare largamente il pane amaro della solitudine. A un certo punto mi sembrava di aver completamente perso la "funzione affettiva" (in Comunità si insisteva sul taglio ascetico e vivevo per questo alcune difficoltà): ero diventato incapace di vivere la gioia di un'attesa, di un incontro, di un ricordo. Nulla, verso le "creature"...però, al di fuori dei momenti di aridità, mi esaltavo ancora del mio Dio, amavo la sua fedeltà, volevo incontrarlo e anche "vederlo" al più presto! Però sentivo che non mi bastava per vivere il Vangelo.

Se non sentivo gli effetti dell'affettività in positivo, li sentivo però in negativo: solitudine fino alla malinconia, ad un'angoscia avvertita anche fisicamente (grosso allo stomaco, peso sul cuore), ciò di cui mi colpevolizzavo particolarmente. Finché ho capito che il mio cuore era irrimediabilmente ferito di un vuoto d'amore e invece di tenermene la colpa, ho provato a chiedere a Dio perché non mi guariva, perché non ci provava Lui, come mi sarei aspettata, a colmare quel vuoto. Allora mi si è formata nella mente, di punto in bianco, questa risposta: "Se il tuo cuore non fosse ferito, come potrei entrare? Sono il Signore del tuo cuore, ma da quando Adamo mi ha voltato le spalle il cuore dell'uomo è diventato come di pietra. Questo vuoto d'amore incolmabile, questa ferita sempre aperta è l'unica breccia da cui posso entrare. Se tu accetti di rimanere con questa ferita aperta, io ti potrò riempire, e il tuo cuore diventerà di carne. Perdonami ma non ho altra via". Ho detto sì, ed è scesa in me una grande pace. È sparito immediatamente il "magone", e ho cominciato a

dedicare più tempo alla preghiera silenziosa soprattutto la domenica. Da quando **ho accolto la ferita della solitudine come una grazia**, non l'ho più sentita, anzi mi sono sentito amato e piano piano più capace di amare, e poi di gioire, di emozionarmi...”.

b) **Circa la capacità di affrontare la lotta**, sembra molto chiara tale lotta nella frase di Gesù : **“Padre mio, se è possibile passi da me questo calice. Però, non come voglio io ma come vuoi tu”** (Mt 22,39).

La petizione contiene due oggetti, l'uno subordinato all'altro : che il calice sia evitato, ma che la volontà del Padre si compia. Il calice significa la morte. Ora Gesù, che sempre ha cercato e esaltato la volontà del Padre fino a farne il proprio cibo, che ha desiderato il calice e la cena come occasione per esprimere al massimo il suo amore al Padre e all'umanità, sembra precipitato nella paura e nell'angoscia, tremante, prostrato, faccia a terra.

Il contrasto qui non è tra la volontà umana e quella divina, ma tra la volontà umana e l'emotività umana assunta da Gesù ³¹ .

Ecco la vera “agonia”, cioè la lotta interiore.

Già i Padri spesso citavano momenti di lotta, che era necessario vivere per una progressione spirituale ³² .

Credo che il buon lottatore, una volta spogliatosi nello stadio della pietà, debba sopportare valorosamente le ferite infertegli dagli avversari, nella speranza della gloria che gli verrà dalla corona di vincitore.

Anche nei combattimenti ginnici coloro che si sono duramente allenati in palestra non si tirano indietro per il dolore delle ferite, ma si avventano sull'avversario, tutti presi dal desiderio di essere proclamati vincitori e sprezzanti delle fatiche presenti.

Così, chi è pieno di zelo, se incontra una qualche asperità, non offuschi la sua gioia. Infatti «la tribolazione produce pazienza, la pazienza una virtù provata e la virtù provata la speranza. La speranza poi non delude» (Rm 5,3-4).

Per cui, in un altro passo, lo stesso Paolo ci ordina di essere pazienti nella tribolazione e lieti nella speranza (Rm 12,12). La speranza dunque è quella che fa sì che la gioia abiti nell'animo dell'uomo virtuoso.

Ma esiste in ogni persona, indipendentemente dalla situazione particolare, una tensione, una lotta, che si svolge in gran parte all'interno del suo cuore, in quell'ambito che si definisce come “intra-personale”. Tale lotta si esprime a livelli diversi di profondità.

Si legge nel documento della CEI intitolato: “Linee Comuni per i Seminari” (LCS) questa affermazione: “Ad un primo livello si colloca **la tensione o lotta spirituale** che la persona avverte nel momento in cui cerca di realizzare dei buoni ideali, pur essendo consapevole delle spinte o tendenze opposte presenti in lui... E' l'area della libertà in cui la persona qualifica la sua vita morale come esercizio della virtù, in quanto accetta la lotta e le dà significato per seguire l'ideale, contrastando al tempo stesso le tendenze contrarie o di peccato” – è la lotta insomma tra bene e male .

“Ad un altro livello, si è tradizionalmente considerato il caso in cui il soggetto deve fronteggiare **una lotta impegnata non tanto nello sforzo di realizzare degli ideali, ma piuttosto di mantenere la propria salute psichica** minacciata da esperienze che hanno condizionato o addirittura impedito il formarsi di una struttura psichica normale.” – è la lotta o tensione tra salute e patologia.

“Ma è pure necessario considerare un terzo livello di tensione o lotta, che riguarda il normale sviluppo della persona fino alla sua maturità. **Si tratta di una tensione tra il mondo degli ideali, che la persona coscientemente sceglie, e il mondo dei bisogni, di cui la persona non è sempre consapevole.** Mentre nel caso della lotta spirituale la scelta tra desideri e bisogni si svolge in sufficiente consapevolezza e libertà, nell'ipotesi che stiamo considerando la persona è ben cosciente dei suoi ideali, ma non ha coscienza di alcune tendenze che sono presenti nel suo dinamismo psichico e che si oppongono all'armonica attuazione delle buone intenzioni.”

³¹ cfr. Rayon Brown - La morte del Messia – Ediz. Queriniana - Collana Biblioteca di Teologia Contemporanea n. 108 e cfr. Gabriele Cingolani – Li amò sino alla fine – Ediz. St. Joseph Printing 1998

³² Basilio di Cesarea, Omelia sull'azione di grazie 3

Per esempio, la persona particolarmente gentile ed estroversa, quindi apparentemente ben disposta alla Comunità, potrebbe inconsciamente essere motivata da un intenso bisogno di affetto che alla fine la renderanno dipendente verso gli altri ed il gruppo. *“La sua scelta rimane illusoria, in quanto, non potendo dominare la tendenza opposta che non conosce, finisce con l’essere condizionato nella realizzazione dell’ideale desiderato.”* (LCS # 13)

Il documento continua con la descrizione puntuale dei segni che evidenziano la presenza di questa lotta nei suoi diversi livelli: segni della lotta tra bene e male, segni di eventuali patologie ed infine segnali di disturbi o tensioni psicologiche, che seppure *normali* non di meno compromettono la crescita nella piena libertà della persona (cfr. paragrafi 14-22).

Il discernimento può aiutare le persone a compiere un cammino di crescita caratterizzato da due obiettivi fondamentali. Il primo è che gli atteggiamenti particolari della loro vita quotidiana siano vissuti in armonia con i valori universali del Vangelo. Il secondo obiettivo è che tali valori evangelici siano internalizzati, siano vissuti, cioè, come una forza che muove la persona dall’interno e che la muove nella direzione del bene oggettivo, quindi, del superamento di sé.

Per identità stabile si intende, non tanto una maturità ideale o una positività totale, quasi che la persona debba aver superato ogni tensione o difficoltà, ma piuttosto la capacità di integrare qualità e debolezze, punti di forza ed eventuali limitazioni a livello fisico, psicologico o anche morale. ***Un’identità stabile, dunque, implica un’immagine realistica di sé***, o meglio ancora, un’immagine differenziata di se stessi, un’immagine che permetta alla persona di dire di se stessa: io posso far bene ma posso a volte anche sbagliare, posso essere gentile ma posso, a volte, anche arrabbiarmi, posso rinunciare a sviluppare una qualità che non mi appartiene per valorizzarne delle altre etc. Una persona troppo confidente spesso può manifestare il tentativo di gonfiare artificialmente il proprio io attuale per negare insicurezze, la paura di sbagliare, sentimenti dolorosi o l’ansia circa la percezione dei propri limiti, oppure aspetti non accettabili di sé e della propria cultura. E’ come se la persona pretendesse di poter dire: io sono già diventato quello che vorrei essere. D’altra parte, persone molto insicure possono manifestare la tendenza a proporsi un io ideale troppo elevato, troppo distante rispetto alle loro capacità effettive. La conseguenza è la frequente esperienza di non riuscire e di sentirsi frustrati nelle proprie aspirazioni. Da qui un atteggiamento remissivo che porta a ragionare in questi termini: “Io non sarò mai come dovrei essere o come gli altri mi vorrebbero.”

Aiutata dalla Comunità, la persona potrebbe acquisire un’immagine differenziata di se stessa. Dovrebbe poter riconoscere se stessa come una realtà limitata, certo, ma pur sempre capace di una crescita graduale. Come una realtà differenziata, per cui il soggetto possa tollerare che in lui coesistano sicurezza ed insicurezza, calma e rabbia, oblatività, ma anche, in certe circostanze, rabbia, gelosia, chiusura.

In questo modo la lotta interiore diventa cammino e percorso di purificazione umana e spirituale.

14 – Un obiettivo per il Consiglio Evangelico dell’obbedienza : l’abbandono fiducioso a Dio e al suo silenzio
--

Secondo Mt e Mc alle tre del pomeriggio Gesù grida l’unica parola che essi riportano. ***Gridò con voce forte : Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato*** (Mc 15,34). Questo momento della Passione ha atterrito i mistici e imbarazzato i commentatori, più ancora della preghiera del Getsemani.

Queste parole di Gesù sono l’inizio del salmo 22, che è lungo e articolato, ed esprime non solo le sofferenze ma anche le speranze del giusto di Israele, assalito da insolenze e minacce come Gesù sulla croce. Nelle lunghe ore di agonia Gesù prega certamente anche con questo salmo. Che ne abbia “gridato” qualche versetto non deve meravigliare. Il grido era una forma della preghiera ebraica, insieme alle parole e alle lacrime. Trattandosi di una preghiera del popolo, era conosciuta e usata nei momenti più difficili della storia e delle persone. Coloro che conoscevano il salmo hanno capito che era un grido di fiducia, di obbedienza estrema, mentre tra gli insulti c’era anche chi sfidava Gesù proprio sulla fiducia in Dio.

E tale fiducia-obbedienza in Gesù sembra così andare fino al punto di condividere l'esperienza umana della separazione da Dio ³³.

Tale sperimentazione di separazione diventa una vera e propria purificazione dell'amore verso Dio, ed è uno degli elementi della vita mistica. E' quasi come dire che nell'obbedienza la persona Consacrata segue e ama Dio ma non ne percepisce ricambio, ed anzi ne sperimenta la lontananza e la separazione.

Diversi mistici dicono che Gesù sulla croce abbia sperimentato questa forma di silenzio di Dio. Quindi Gesù morirebbe nell'abbandono del giusto che si sente contemporaneamente protetto e abbandonato da Dio.

Anche la descrizione della morte si presta a questa interpretazione. "Emise lo spirito" : lo spirito è la vita donata da Dio all'inizio della creazione. Ci è consegnato per trascorrere l'esistenza, ma appartiene obbedenzialmente a Lui. Quando la vita finisce, bisogna riconsegnarlo a Dio, e questo è il supremo gesto di obbedienza a cui la persona Consacrata è chiamata. Riconsegnando il suo spirito, Gesù compirebbe l'atto finale di obbedienza al Padre.

Inoltre, di fronte al silenzio del Padre, forse Gesù ha sperimentato a fondo l'abbandono nella fiducia che l'unica progettualità possibile è quella del Regno.

A questo proposito il Vescovo + don Tonino Bello dice che spesso siamo noi a fare il progetto della nostra vita ³⁴.

Che significa obbedienza? Quale cosa più grande c'è della libertà? Dio mi ha fatto libero, mi ha fatto libero, mi ha fatto libero di cantare al mondo quello che ho dentro, di non esser condizionato. Ci ha fatti <<esseri liberi>>. Ma c'è una cosa ancora più grande: compiere la volontà di Dio! La libertà più grande, per noi, si realizza nel compimento della volontà di Dio. Gesù l'ha affermato anche per sé: <<Sia fatta la tua volontà, non la mia, ma la tua volontà sia fatta>> anche lui si è fatto obbediente. Perché la volontà di Dio su di noi supera di gran lunga tutte le aspirazioni che abbiamo noi, tutti i nostri desideri, tutti i progetti che ci siamo fatti.

Noi abbiamo fatto il progetto della nostra vita:<<Mi sono fatto questo disegno... quanto vorrei che si realizzasse, sarei l'uomo più felice della terra, sarebbe una gioia incredibile... questo è il mio progetto. Lo metto qual>>. La volontà del Signore su di me, invece, è molto più grande. Lui sembra dirmi: <<Che fai con questa carta, questo piccolo progetto?>>. E stende tutto il suo progetto, di gran lunga più grande e più bello! Perciò, Signore, sia fatta la tua volontà. Se io con questo progettino penso di raggiungere il vertice, il culmine della felicità, immagina con questo tuo progetto!!!

Cos'è dunque la libertà? C'è una cosa più grande: assoggettarsi alla volontà di Dio! Perché con questo mio piccolo progetto io chiedo dieci, facendo la volontà di Dio ottengo da lui centomila. Non comprimendomi, non schiacciandomi, ma realizzandomi. Perché la libertà cos'è? E' questo bisogno di realizzarsi, di esprimersi, di srotolarsi.

<<Obbedire>> deriva dal latino <<ob-audire>>, che significa <<ascoltare stando di fronte>>. Quando ho scoperto l'origine del vocabolo, anch'io mi sono progressivamente liberato dal falso concetto di obbedienza, intensa come passivo azzeramento della mia volontà, e ho capito che l'obbedienza non ha alcuna rassomiglianza, neppure alla lontana, col supino atteggiamento dei rinunciatari: <<Va bene, faccio come vuoi tu... lo mi metto da parte>>. <<Che vuoi?... Vuoi prendere?... Prendi!>>. Sono i rinunciatari quelli che fanno così! In questo modo tu abdichi alle tue potenzialità! Chi obbedisce non annulla la sua libertà ma la esalta! Non mortifica i suoi talenti, ma li traffica nella logica della domanda e dell'offerta; non si riduce all'umiliante ruolo dell'automa, del robot, ma mette in moto i meccanismi più profondi dell'ascolto e del dialogo.

C'è una splendida frase che fino a qualche tempo fa si pensava fosse un ritrovato degli anni della contestazione: <<Obbedire in piedi!>>. Io pensavo che fosse del '68, quando c'era la contestazione. Sembra una frase sospetta, da prendere comunque con le molle. Invece è la scoperta dell'autentica natura dell'obbedienza, la cui dinamica suppone uno che parli e l'altro che risponda, altrimenti non c'è obbedienza.

Si può obbedire solo stando in piedi.

³³ cfr. Rayon Brown - La morte del Messia – Ediz. Queriniana - Collana Biblioteca di Teologia Contemporanea n. 108 e cfr. Gabriele Cingolani – Li amò sino alla fine – Ediz. St. Joseph Printing 1998

³⁴ cfr. + don Tonino Bello – Fotografie del futuro – Ediz. Paoline 2003

La dinamica dell'obbedienza suppone che uno parli e l'altro risponda, che uno faccia la proposta con rispetto e che l'altro vi aderisca con amore! Con rispetto, chi fa la proposta: come Dio, che ci rispetta. E l'altro aderisce con amore! Uno che additi un progetto senza ombra di violenza, e l'altro che con gioia ne interiorizzi l'indicazione. Si può obbedire solo stando in piedi ; in ginocchio si soggiace, non si obbedisce, si soccombe. Non si ama, non si collabora: ci si rassegna. L'obbedienza non è inghiottire un sopruso, ma è fare un 'esperienza di libertà!

Non è silenzio rassegnato di fronte alle vessazioni, ma è accoglimento gaudioso di un piano superiore.

Non è il gesto dimissionario di chi rimane solo coi suoi rimpianti, ma una risposta d'amore che richiede, in chi fa la domanda, signorilità più che signoria.

Chi obbedisce non smette di volere, ma si identifica a tal punto con la persona a cui vuol bene che fa combaciare la sua con l'altrui volontà. Quando diciamo: <<Sia fatta la tua volontà, Signore>> stiamo dicendo: <<Siccome ti voglio bene, il mio desiderio più forte, la mia libertà più grande è fare la tua volontà!>>.

Forse non l'avete sperimentato anche voi? Quale sarebbe per me la cosa più grande da fare per la persona che amo? Poter fare ciò che vuole. Se mio fratello mi chiedesse qualche cosa, io, che gli voglio bene, farei tutto, farei carte false per accontentarlo! Quindi è tutta una questione di amore!

Occorre essere l'icona del <<Fiat>>.

Il servizio che rendete a tutti gli uomini è, quindi, fare la volontà di Dio. Questa è la cosa più grande! Voi siete l'icona dell'invocazione del Padre nostro: <<Sia fatta la tua volontà>>, non la mia volontà, ma la tua sia fatta, Signore! Voi siete l'icona del <<Fiat>>.

Buon cammino !!

Traccia per il lavoro di gruppo

1 – Come mi pare di sforzarmi per riprodurre nella Comunità la vita Trinitaria ?
Esperienze.

2 - Come mi pare che la Comunità – Congregazione possa divenire un “luogo” per migliorare anche la conoscenza e la stima di sé, rinforzando così le persone anche da un punto di vista umano?

3 –Di quali mezzi mi servo per progettare e verificare la mia vita come dono, come relazione, come “essere” per i Confratelli ?

4 – Che sforzi riesco a fare per condividere le responsabilità apostoliche ?
Trovo soddisfazione nel vedere che i Confratelli condividono le mie responsabilità ?
Trovo rifiuti alla mia offerta di condivisione ?
O faccio fatica a condividere ?

5 – Di fronte all’aggressività dei singoli e nella Comunità :
quali modalità di approccio ritrovo in me ?
quale capacità di gestione mi pare di realizzare ?
quali cammini di crescita vedo anche nei conflitti e nei momenti di aggressività ?

6 – Corresponsabilità nei momenti di crisi e di difficoltà (= non considerare solo grossi disagi, ma anche problemi di carattere, di relazione, ecc).
Mi sento attento alle difficoltà dei Confratelli ?
Riesco a crescere nell’attenzione delicata per prevenire tali momenti di difficoltà ?
Che cosa ritengo che la Congregazione possa mettere in atto per sostenere i Confratelli che sono in difficoltà ?

7 - Mi domando ogni tanto il perché del mio camminare : ma per chi? Verso chi? Con chi?

8 - Prendersi cura dell’altro, vivere positivamente relazioni interpersonali, acquisire senso di responsabilità verso l’altro, sviluppare lo “spirito” della solidarietà : quali esperienze personali mi sento di mettere in comune ?

9 – Quali doti percepisco in me che mi facilitano le “positive” relazioni in Comunità. Come svilupparle ulteriormente ?

10 - Quali limiti percepisco in me che mi rallentano le “positive” relazioni in Comunità. Come migliorarmi ?

Indice

Premessa	2
1 - "In principio era la relazione"	2
Parte prima	5
Le ombre : alcune realtà interne alla persona	5
che possono frenare lo sviluppo della "positiva" relazione.....	5
1 – La tendenza all'autosufficienza	5
2 – Attenzione al fatalismo e alla passività.....	6
3 – Timore di ferirsi con le ferite dei Confratelli = dare la vita anche nella Comunità	6
4 - Aggressività e grinta nella relazione.....	7
5 – Una difficoltà nel guardare se stessi e gli altri Confratelli in modo pacificato :	8
la modalità rigorista.....	8
6 – Attenzione all'esposizione troppo prolungata allo stress	10
7 – La parola stress	10
8 – Lo stress nelle sue manifestazioni.....	11
fisiche e antropologiche	11
9 – Il ritirarsi dagli altri	13
10 – Il dare la colpa agli altri	13
11 – Il relazionarsi per "dovere".....	14
12 – Il relazionarsi perché "l'altro in Comunità si interessi a me", e la "relazione captativa".....	15
13 – Il consegnarsi con occhi "troppo" chiusi all'altro in Comunità.....	16
14 – Il volere imporsi con l'altro e in Comunità	16
15 – Nella continua rivalsa	17
16 – Seguire la gelosia.....	18
17 – Il disimpegnarsi nella Comunità.....	19
18 – I "miti irreali"	19
Parte seconda.....	21
Le nostre modalità difensive anche in Comunità	21
1 – Le nostre difese si formano già nell'infanzia	21
2 - Caratteristiche e scopi delle modalità difensive nell'adulto	21
Parte terza	26
Quali piste di ascesi	26
per realizzare una testimonianza relazionale credibile	26
1 – Il rapporto col potere , verso il servizio	26
2 – Il decentrarsi da sé.....	28
3 – Percepire la comunione nella vocazione sostenendosi e lottando insieme per essa	32
4 – Alla luce delle opere di misericordia,	33
dal conflitto al "sopportare pazientemente le persone moleste"	33
5 – Verso "l'alloggiare i pellegrini"	35
6 – Come "ospitarsi" l'un l'altro ?	35
7 – Ascoltarsi l'un l'altro.....	36
8 – Su modello dell'amore "incondizionato" di Dio.....	37
9 – Ospitare l'altro nella propria preghiera "compassionevole"	37
10 - Dalla maturità personale alla maturità nella Vita Fraterna	38
11 – Verso la comunione e la pace, essere "scavatori e idraulici"	39
12– Un obiettivo di comunione per il Consiglio Evangelico della povertà :	41
il "divieto di guardare oltre i polpacci" nella lavanda dei piedi	41
13 – Un obiettivo di comunione per il Consiglio Evangelico della castità :	43
la solitudine del Getsemani durante periodi di lotta	43
14 – Un obiettivo per il Consiglio Evangelico dell'obbedienza :	46
l'abbandono fiducioso a Dio e al suo silenzio	46
Traccia per il lavoro di gruppo.....	49
Indice.....	50