

ANSELM GRÜN

IN CAMMINO VERSO
LA LIBERIA'

PAROLE DI INCORAGGIAMENTO AI GIOVANI

Titolo originale:

Auf dem Weg zur Freiheit. Ein Mutmachbuch für junge Menschen

Traduzione di Marco Di Benedetto

ISBN estero 978-3-89680-492-1

© 2011 Vier-Türme GmbH, Verlag
97359 Münsterschwarzach Abtei
through Giuliana Bernardi Literary Agent

www.vier-tuerme-verlag.de

ISBN 978-88-250-4593-2

ISBN 978-88-250-4594-9 (PDF)

ISBN 978-88-250-4595-6 (EPUB)

Copyright © 2018 by P.P.F.M.C.

MESSAGGERO DI SANT'ANTONIO – EDITRICE

Basilica del Santo - Via Orto Botanico, 11 - 35123 Padova

www.edizionimessaggero.it

PREMESSA

Cara lettrice, caro lettore... Ciao!

Il libro che ora hai tra le mani non è un «manuale» o qualcosa del genere. È frutto di tanti dialoghi avuti con giovani come te, dialoghi che mi hanno fatto comprendere le paure che vi nascono dentro non appena pensate al vostro futuro, al vostro «diventare grandi». Eppure, ho avvertito che queste paure sono anche un segnale della vostra ricerca di senso. Volete conoscere a fondo ciò che siete, diventare autonomi, rispondere in prima persona della vostra vita, ma a volte sorgono in voi dubbi circa la reale possibilità di dare forma al vostro futuro così come lo desiderate e lo sognate.

In queste pagine non intendo darvi ricette su come dovete diventare adulti. Piuttosto, mi piacerebbe andare fino in fondo alle vostre domande e ai vostri dubbi, alle vostre speranze e alla vostra ricerca di senso. Inoltre, vorrei riflettere insieme a voi sull'aiuto che anche la fede può darvi nel fare i vostri passi verso l'età adulta. A tal proposito, per me è importante che tu non concepisca la fede come qualcosa che io e gli adulti in generale vogliamo

inculcarti dall'esterno. Piuttosto, vorrei indicarti un modo per riscoprire la fede come un autentico aiuto per la vita o, come viene messo in luce già dal titolo stesso di questo libro, come un sentiero che ti conduce alla libertà, alla tua libertà.

Spero che tutto questo ti possa aiutare a trovare la tua strada nella vita,

tuo
padre Anselm Grün

CHI SONO - CHI VOGLIO ESSERE?

Sull'auto-consapevolezza e sull'identità

Mentre stava camminando attraverso il bosco, un cacciatore trovò un pulcino d'aquila appena nato, che probabilmente era caduto dal nido. Lo infilò con cura nella sua sacca e lo portò con sé fino a casa. Nel suo cortile si erano appena schiusi anche i pulcini della gallina e, perciò, il cacciatore mise l'aquilotto nel pollaio, dove venne accolto dagli altri pulcini come uno di loro.

I pulcini crescevano ogni giorno di più e presto l'aquilotto cominciò a sentire il desiderio di volare. Allora chiese alla madre-gallina: «Dimmi, quando imparerò a volare?».

Fin da subito la gallina aveva capito che questo pulcino era diverso dagli altri suoi figli; crescendo, l'aquilotto si distingueva sempre più dai pollastrelli, a partire dall'aspetto esteriore. La gallina, amaramente consapevole di non poter volare, non sapeva proprio come avrebbe potuto insegnare a farlo al "suo" aquilotto, ma non osava confessarglielo. Per questo gli rispose: «Non ancora, figlio mio. Te lo insegnerò quando sarà il tuo momento».

I mesi passavano e l'aquilotto capì che sua madre non sapeva affatto volare, ma non ebbe mai il coraggio di provarci da solo e di scappare dal pollaio, diventato ormai la sua prigione. Il suo grande desiderio di volare rimaneva intatto, ma era talmente riconoscente verso la madre per averlo allevato e protetto quando era piccolo, che non trovò mai il coraggio di spiccare il volo verso il suo cielo.

Scoprire la propria identità

Durante un incontro in cui si discuteva su temi riguardanti la crescita personale, una ragazza scrisse: «Diventare grandi significa rientrare in se stessi e porsi la domanda “Chi sono io?”». Anche altri ragazzi si interrogavano su quale fosse il modo di scoprire la propria identità. Di certo, non possiamo mai rispondere fino in fondo alla domanda circa la nostra identità. Non appena ci viene fatta la domanda «Chi sei?» ci vengono in mente risposte del tipo: «Io sono un giovane, una ragazza, il figlio di, la sorella di, uno studente, un apprendista, un'infermiera, italiano o straniero, veneto o siciliano».

Queste risposte, tuttavia, non esprimono la nostra identità profonda, ma rimangono solo sulla superficie. Se invece ci lasciamo guidare in profondità dalla domanda «Chi sono?», ci renderemo conto che in noi c'è qualcosa che ci supera sempre e che, in fin dei conti, siamo un mistero che nemmeno noi stessi possiamo descrivere meglio di così; ognuno di noi è unico, ma di quella unicità che non si può esprimere a parole.

Porsi la questione dell'identità ha comunque a che fare anche con qualcosa di molto concreto. Il primo interrogativo è il seguente: sono un ragazzo, sono una ragazza. Mi accetto veramente come ragazzo o ragazza? E poi... devo sempre rimanere quello/a che hanno in mente i miei genitori? È un fatto evidente che tutte le attese che - spesso inconsapevolmente - i genitori hanno riversato su di me contribuiscono a formare la mia identità. Per scoprire la mia vera identità devo anzitutto riconoscere le immagini che i miei genitori hanno in qualche modo associato a me, alla mia persona. Talvolta i genitori possono proiettare una loro immagine su di noi, quasi toccasse a noi a vivere tutto ciò che a loro non è stato concesso o che loro stessi non sono stati capaci di vivere. Ad esempio, può succedere che io debba conseguire al loro posto quel diploma o quella laurea che non sono riusciti ad ottenere. Spesso accade anche che i genitori trasferiscano ai figli le immagini delle loro stesse ambizioni, per cui i figli dovrebbero - secondo loro - diventare medico, architetto, insegnante. È come se volessero partecipare in prima persona al successo dei loro ragazzi. Quando però i genitori riversano sui figli queste immagini e ambizioni, non si preoccupano di guardare da vicino chi sono veramente i loro figli e se sono in grado o meno di soddisfare le loro aspettative.

Non sono comunque solo i genitori ad alterare la nostra identità con le loro immagini. Anche noi stessi sviluppiamo immagini che non corrispondono alla

nostra vera essenza. Questo accade, ad esempio, quando assorbiamo dai mezzi di comunicazione qualsiasi fantasia di grandezza e pensiamo di dover diventare come quell'attrice, quella cantante, quel campione sportivo... Certo, questi modelli possono essere utili per scoprire e per esprimere le mie possibilità e capacità, ma se vanno oltre le mie reali possibilità, rischiano addirittura di farmi male. Il malessere di molti giovani è dovuto al fatto che inseguono eccessivamente un'immagine grandiosa di sé, pur consapevoli di non poter mai raggiungere in realtà quel livello di grandezza. Talvolta, certi stati depressivi e attacchi di panico sono proprio il segnale di una ribellione dell'anima a queste immagini di sé "fuori misura".

Chi siamo veramente

Chi sono io?

Ieri, ad un certo punto, mi sono messa a guardare MTV e c'era una famosa cantante che muoveva i suoi fianchi sinuosi e...

wow... ha dato il meglio di sé con le sue bellissime canzoni. Essere come lei? No!

Leggere il libro del Dalai Lama sulla ricerca di se stessi per poi sapere quello che si vuol fare della propria vita? Forse!

Ma far caso di tanto in tanto ai propri bisogni e individuare i propri talenti,

non è forse il modo migliore per trovare se stessi? Sì!!!

Signore, facci conoscere chi siamo veramente.

Katharina Oster

A volte certe immagini interiori si formano attraverso determinate esperienze vissute durante l'in-

fanzia. Una volta, un giovane che aveva perso una sorella in tenera età mi raccontò di aver interiorizzato l'idea «solare» di sé. Da bambino, infatti, era come se lui dovesse essere un sole per i suoi genitori, così che loro potessero dimenticare la tristezza per la sorella morta. Però questa immagine di sé gli ha impedito di scoprire la sua identità più vera. Ha vissuto solo ciò che lui si aspettava da sé stesso, ossia secondo quello che riteneva potesse far bene ai suoi genitori. Ma scoprire la propria identità significa liberarsi da tutte le immagini e le aspettative che gli altri possono aver riversato su di noi, e anche da quelle che noi stessi ci mettiamo davanti agli occhi.

Io scopro la mia identità quando rifletto su me stesso, quando mi baso su quello che sono realmente, quando decido liberamente sul mio futuro e gli do forma con le mie mani. D'altro canto, io mi accosto al mio Sé autentico anche grazie all'incontro con gli altri. Ho bisogno di incontrarmi con altri miei simili per individuare la mia identità, maschile/femminile che sia, e per riconoscere la mia unicità. La persona prende forma attraverso le relazioni.

Diventare «io»

Molte delle persone che hanno paura di affrontare la questione della loro identità cercano di entrare a far parte di un gruppo. Il più delle volte, però, nel gruppo non è tanto una questione di incontri, quanto piuttosto di appartenenza. Il senso di appartenenza può certamente aiutare a trovare l'autostima

e la propria identità all'interno di una comunità. Spesso però, il forte desiderio di appartenenza spinge anche a processi di omologazione, di subordinazione e di distorsione della personalità. Ecco perché diventano tanto più importanti le amicizie per lo sviluppo della propria identità. Nell'amicizia con un'altra persona, anche e soprattutto con qualcuno dell'altro sesso, i giovani trovano la loro vera identità, scoprendo esattamente chi sono.

Tu stai cercando la tua strada e non semplicemente di copiare quello che i più vecchi ti dicono di fare. Eppure, in questa ricerca della tua vera identità anche tu a volte ti senti insicuro e ti chiedi: «Chi sono io veramente? Come trovo il mio posto nella vita?». In questa ricerca hai bisogno di persone che ti capiscano e che ti sappiano sostenere, che non siano a loro volta disorientate nella loro insicurezza, ma che ti stiano accanto, trasmettendoti così la forza di resistere.

Tu sei unico/a!

Gesù ci esorta ad andare per la nostra strada. Non è sufficiente fare quello che fanno gli altri, quello che fanno tutti. Ogni essere umano è unico. Gesù ci incoraggia: «Entrate per la porta stretta, perché larga è la porta e spaziosa la via che conduce alla perdizione, e molti sono quelli che vi entrano. Quanto stretta è la porta e angusta la via che conduce alla vita, e pochi sono quelli che la trovano!» (Mt 7,13-14). Franz Kafka ha utilizzato questo testo nella sua parabola del castello. Un uomo arrivò al castello e voleva entrare

attraverso il portone, ma il portinaio gli impedì l'accesso. Quando quell'uomo fu sul punto di morire, il portinaio si accinse a chiudere bene quella porta, dicendo a colui che attendeva: «Questo ingresso era destinato soltanto a te». Noi dobbiamo trovare la porta che è stata pensata solo per noi, per mezzo della quale imboccare la «via stretta», la via in cui è possibile vivere la nostra personalità, la nostra individualità, e nella quale possiamo realizzare quelle possibilità e capacità che Dio ha pensato per noi. Ognuno di noi è unico.

La fede vuole darci il coraggio di scoprire la nostra unicità e anche di viverla. Noi diventiamo una benedizione per gli uomini quando lasciamo in questo mondo la traccia totalmente personale della nostra vita. Accanto a tutto ciò che spinge a omologarsi e a conformarsi alle attese altrui, la fede è un incoraggiamento a vivere appieno la propria vita. È affascinante scoprire che la mia vita è preziosa e che io posso in qualche modo contribuire affinché questo mondo diventi più caldo e umano.

Quando riusciamo a lasciare la nostra traccia totalmente personale in questo mondo, proprio allora noi lo cambiamo, anche se dall'esterno può apparire che a dare forma al mondo siano solo i potenti capi dell'economia o i politici.

Trovare la nostra «password» personale

Una volta, durante un sogno, il teologo tedesco Romano Guardini intuì e comprese che Dio pronuncia una parola originaria su ogni essere umano,

una specie di *password* che vale unicamente per una singola persona. Il nostro compito consiste tutto nel far risuonare nel mondo questa parola unica che è stata pronunciata solo su di noi. Ciascuno di noi può esprimere qualcosa di Dio che proprio solo attraverso la singolarità di ognuno può esprimersi. Ciascuno di noi è *una* parola divina che desidera incarnarsi nella singola persona e, per mezzo suo, risplendere in questo mondo. Tu magari non riesci ancora a dare un nome preciso a questa parola, ma probabilmente hai una percezione di quella parola che Dio sta dicendo attraverso di te. Potrebbe essere: fiducia, amore, chiarezza, armonia, vitalità, pace, grandezza, libertà...

Per provare a cogliere quale sia la tua vera identità, cerca di fare il seguente esercizio: di fronte a tutto quello che fai prova a ripeterti lungo la giornata: «Io sono me stesso». Sembra una cosa facile a dirsi, ma avvertirai che spesso tu non sei veramente te stesso/a. Ti adegui a quello che gli altri pensano; interpreti ruoli diversi a seconda che tu sia in famiglia, con la compagnia degli amici, con la fidanzata... Se però tu continui a ripeterti che sei te stesso, allora prenderai sempre più distanza dai ruoli e ti toglierai le maschere, dietro le quali nascondi la tua vera identità.

Non puoi descrivere più di tanto il tuo vero sé, ma intuisci che in te c'è qualcosa che nessuno può toglierti. Hai un'identità profonda, anche se tu forse ancora non la sai vivere in maniera del tutto traspa-

rente all'esterno. Eppure nella tua interiorità tu sai chi sei. Se vivi un giorno intero accompagnato da queste parole («Io sono me stesso»), allora sentirai una libertà interiore. Sarai libero dalle pressioni che ti costringono a vivere secondo un determinato modello e a conformarti alle attese degli altri. Tu sei te stesso, libero, bello, unico. Se vivi la tua identità, allora sarai proprio ciò che sei: una benedizione per gli altri.

La fiducia in se stessi e la fede

Quando un tempo tenevo dei corsi per giovani, si finiva sempre per affrontare il tema della fiducia. Si parlava del desiderio di raggiungere una solida fiducia in se stessi, ma anche della capacità di fidarsi degli altri. A mio avviso, entrambe hanno a che fare con la fiducia in Dio, a cui la fede vorrebbe guidarci. Aver fiducia in sé stessi non significa anzitutto mostrarsi “fighi” all'esterno, indifferenti alle critiche degli altri. Molti si credono così *forti*, perché dentro se stessi sono totalmente insicuri. Non si fidano di lasciare spazio ai propri sentimenti e hanno paura di essere emarginati dagli altri.

L'autostima è qualcosa d'altro della sicurezza di sé. Io non mi devo dare arie all'esterno, mostrarmi un tipo sicuro e “figo”. Non ho bisogno di mettermi addosso una maschera di sicurezza, dietro la quale nascondere - con grande dispendio di energie - tutta la mia debolezza e gli aspetti meno belli di me. Ho la possibilità di essere quello che sono,

anche insicuro qualche volta. Credo che un'autentica autostima significhi che posso fidarmi di me. C'è in me un nucleo più intimo, il mio vero Sé, e questo Sé è indipendente dalle opinioni altrui. In questo Sé io mi ritrovo al centro di me stesso: qui sono autentico, totalmente me stesso. Quando sono a contatto con questo mio Sé profondo, allora sono libero di mostrarmi all'esterno così come sono e così come mi sento. Non mi adeguo alle aspettative degli altri, perché la mia autostima non dipende dall'approvazione delle persone, dalle loro lodi o dal loro biasimo, ma piuttosto dalla conoscenza della mia unicità e del mio infinito valore. Questo vero Sé è l'immagine che Dio ha impresso in me. Quando sono a contatto con questo vero Sé, sono libero e, quindi, mi fido anche dei miei sentimenti e dei miei pensieri che si formano nel profondo del mio cuore. Una genuina autostima ha sempre a che fare con la libertà interiore e con l'esperienza di essere a contatto con se stessi.

Diventare consapevoli di sé

Un altro modo per definire l'autostima è l'auto-consapevolezza. Posso avere fiducia in me stesso solo quando sono consapevole di me e quando percepisco tutto ciò che accade in me. Il noto psicologo svizzero Carl Gustav Jung distingue l'Io (Ego) dal Sé. L'Ego vorrebbe che io piacessi sempre a tutti, che tutti mi ammirassero e che io fossi sempre al centro dell'attenzione. Chi si ferma al proprio Ego non

ha alcuna consapevolezza di sé. Magari si fa vedere sicuro di sé all'esterno, ma questa è una sicurezza solo esteriore, basata sull'inconsapevolezza.

Al contrario, il Sé è il nucleo più intimo dell'uomo, lo «spazio» umano in cui abita Dio. La persona consapevole del proprio Sé non è condizionata dalle opinioni della gente, ma sa stare centrata su se stessa, senza lasciare che le critiche la distolgano da sé. Rimanendo se stessa, sa osservare imperturbata tutto ciò che accade all'esterno e, poiché sa accettarsi, sa anche accettare gli altri così come sono, persino nei loro aspetti più ostici, rimanendo comunque serena.

Dove vado?

Dove vado?

Verso sud o verso ovest?

Faccio tre passi avanti o indietro?

Rimango qui o me ne vado?

Sto proprio andando per la strada giusta?

Avrei dovuto scegliere qualcos'altro?

A volte penso che la mia strada sia quella sbagliata, e che sarebbe stato meglio sceglierne un'altra.

E, oltretutto, avrei potuto raggiungerla anche più facilmente!

Ha forse senso adesso interrompere la mia strada?

O forse è proprio quella giusta?

Ecco perché devo proseguire il mio cammino:

per arrivare a capire tutto questo.

Laura Endres

Molte persone non hanno alcuna fiducia nella vita. Naturalmente, la fiducia con la quale affronto la vita dipende da quello che i miei genitori mi hanno trasmesso. Se la mamma mi ha trasmesso una

fiducia «originaria», ciò mi fa sentire benvenuto/a in questo mondo. Ugualmente, il papà rafforza la mia autostima se mi incoraggia a uscire nel mondo e a rischiare qualcosa. La figura paterna rinforza la mia spina dorsale, in modo che io possa imparare ad affermarmi e a lottare. Chi invece non ha sperimentato abbastanza fiducia da parte dei genitori, farà molta fatica ad aver fiducia nella vita. Ma, comunque, la fiducia non dipende solo dai genitori. Anche la fede può senz'altro venire in aiuto per rinsaldare la fiducia. Io sono certo che Dio mi sta accanto, che mi dà il benvenuto nel mondo, poiché lui stesso mi ha creato e formato. Anche Dio mi sta accanto e rinforza la mia spina dorsale, proprio come fa un padre. Dio è il terreno sicuro su cui posso stare in piedi, è ciò che mi dà stabilità.

Dal fidarsi all'affidarsi

Non posso certo trasmetterti il senso della fiducia semplicemente dicendoti: «Dai, fidati! Tutto passerà!». Parole del genere non hanno alcuna presa su di te. Ciò di cui hai bisogno è semmai *un'esperienza* di fiducia. Ora, tali esperienze le possiamo fare grazie a uomini e donne attenti all'aspetto spirituale, che ripongono fiducia in noi senza temere la nostra aggressività e la nostra libertà di pensiero, nemmeno di fronte alle nostre opinioni non sempre molto ponderate. Tu hai bisogno di fare l'esperienza di qualcuno che si fidi di te anche se agisci e pensi in maniera diversa, ad esempio, da me, dai tuoi genitori, ecc.

Quando ancora tenevo corsi formativi per i giovani, molti partecipanti restavano meravigliati che io non tenessi alcuna lista per registrare la raccolta dei soldi, predisponessi un baule aperto dentro al quale, al momento della partenza, ognuno poteva lasciare la propria quota di partecipazione. Pur non avendo mai controllato, i conti sono sempre tornati! Chi semina fiducia, fiducia raccoglie!

Poi, a rafforzare il senso di fiducia, ci sono anche le esperienze che si vivono nella liturgia. Chi si sente sostenuto da un'intera comunità che prega, si muoverà anche nel mondo in maniera diversa: si sentirà, cioè, sostenuto ogni giorno da Dio e dalla comunità dei credenti. L'esperienza della preghiera comune, del cantare insieme, della comunione mediante la quale si diventa una cosa sola con Cristo, ci dà forza, facendoci sentire sostenuti dalla nostra fede e da quella della comunità anche quando ci troviamo da soli in mezzo a persone che la pensano diversamente. Non è, dunque, un semplice invito a fidarsi a creare il senso della fiducia, ma è sempre l'esperienza vissuta della fiducia. Inoltre, una comunità di preghiera trasmette ancor più tale senso di fiducia tra le persone, poiché la fiducia interpersonale è come alimentata dalla fiducia in Dio, di cui si può fare esperienza proprio nella preghiera comune. Questa fiducia, che si vive allo stesso tempo nei confronti di Dio e delle persone, è un'esperienza che penetra così profondamente il cuore da imprimersi poi in noi anche nella quotidianità.

Fidati!

Tutti vorremmo poterci fidare gli uni degli altri. Eppure anche tu, come tutti, hai ugualmente paura che la tua fiducia possa essere tradita o che qualcuno se ne possa approfittare. Probabilmente, non ti fidi di mostrare a un'altra persona un tuo sentimento, perché questi potrebbe sparlare dietro le tue spalle e magari deriderti. Forse hai anche paura di impegnarti in una relazione con qualcuno, perché potresti ritrovarti ferito se poi la relazione non dovesse andar bene. Anche in questo caso la fede può esserti d'aiuto. Essa, infatti, ci mostra che, quando qualcuno si approfitta della nostra fiducia, l'edificio della nostra vita non crolla, perché la solidità della nostra «casa» - della nostra vita - non dipende dalle opinioni degli altri e dalla loro fiducia. Io sto bene quando sto con me stesso e con Dio: questo mi procura quel senso di non-dipendenza che è il fondamentale presupposto perché io possa entrare veramente in relazione con gli altri. È naturale che ci stia male quando una persona di cui avevo fiducia mi delude, quando parla male di me alle mie spalle, quando non mantiene quel segreto che gli avevo confidato con tanta fiducia. Non posso aggirare questo dolore, ma lo posso superare proprio attraversandolo, per ritrovare dentro di me la fiducia nella vita, in me stesso e in Dio. E questa fiducia, che sta come a fondamento della mia anima, nessuno può portarmela via, nemmeno chi se ne approfitta.

INDICE

<i>Premessa</i>	5
CHI SONO - CHI VOGLIO ESSERE?	
Sull'auto-consapevolezza e sull'identità	7
DEVO O POSSO?	
Sulla libertà e sulla responsabilità.	23
INSIEME SIAMO... FORTI? INSOPPORTABILI? SOLI?	
Sulle relazioni e sull'amicizia	35
PERCHÉ MAI DEVO ALZARMI LA MATTINA?	
Sul senso della vita.	47
QUESTA È LA MIA VITA!	
Sulla scoperta del proprio percorso di vita	57
E DOVREI CREDERE A TUTTO QUESTO?	
Sulla chiesa, su Dio... e su tutto il resto.	65
CHI ERA MAI QUESTO GESÙ?	
Su un uomo decisamente particolare e su quanto c'entra con la tua vita	75
FAQ	
Quello che avrei sempre voluto chiederti, o Dio.....	91