

Spiritualità

E' la ricerca della nostra intima essenza, della nostra natura. La ricerca spirituale nasce talvolta dalla sofferenza, che ci impone di riordinare la nostra vita e di vederla in modo diverso. Vita spirituale significa vivere nel presente con un'ottica completamente diversa, che ci porta a distaccarci dalle emozioni a ridimensionare i nostri egoismi: ciò richiede impegno. La spiritualità è il toglierci abiti che non sono i nostri. E' il capire il senso della nostra vita. E' una cosa soggettiva. Ognuno ha una sua dimensione spirituale, sacra, che occorre rispettare.

Crescita spirituale.

E' il nostro cammino di avvicinamento a Dio. E' essere coerenti a valori importanti: la qualcosa comporta dei sacrifici e delle difficoltà che spesso spingono ad arrendersi. La scuola di meditazione è un aiuto in questa ricerca che ci porta a realizzare in modo profondo questa aspirazione. Dalle difficoltà sorge proprio la spinta ad andare avanti e la scuola di meditazione ci insegna ad elaborare proprio noi le risposte, perché insegna a conoscere noi stessi. Nella crescita è importante l'aiuto delle altre persone e la nostra disponibilità a metterci in gioco. La crescita spirituale è un cammino di consapevolezza messo sempre in discussione. Cosa aiuta in questa crescita? Rinunciare al nostro individualismo, perdonare a noi stessi e agli altri, per migliorare. La crescita non ci porta chissà dove, ma a scoprire lo spirito che è già in noi. La crescita significa che bisogna cominciare a dare quello che si ha. La crescita è aiutata da una vita comunitaria, di gruppo.

D - Esiste una via concreta per perdonare noi stessi?

R – Noi non abbiamo bisogno di perdono. Gesù dice di perdonare perché “non sanno quello che fanno”. Guardiamo le cose di ieri con la mentalità di oggi. C'è ignoranza in noi. Abbiamo paura del peccato e questo ci è stato insegnato da bambini. Con la paura del peccato non riusciamo a crescere. Il peccato è il non sapere, il non conoscere pienamente. I teologi dicono che il peccato vero e grave si ha quando si rompe l'amicizia con Dio. Il peccato è quando capiamo, ci rendiamo conto che si è rotta l'amicizia con Dio, quando vogliamo, deliberatamente, abbandonare Dio, con malizia, sapendo ciò che facciamo. La nostra visione falsa del peccato e che nulla ha a che fare con questo sta nel fatto che noi non accettiamo le nostre negatività, perché queste ci fanno fare la “brutta figura”, che scalfisce l'immagine che noi abbiamo di noi stessi (“io sono ineccepibile”). Occorre, invece, che mi renda conto che sono debole, che qualcosa mi impedisce di fare il bene. Umiltà.

D – Quale è il ruolo del desiderio nella crescita spirituale?

R – Il desiderio è il motore che spinge il nostro aereo ad alzarsi dalla pista e a decollare. E' quello che muove la nostra vita e la porta a staccarsi dalla banalità, dalla mediocrità e a trasformarsi in qualcosa di più grande. Il desiderio non ha per scopo quello di farci sentire meschini perché non riusciamo a raggiungerlo. È normale che molti desideri non potranno, per noi, essere mai raggiunti. Non dobbiamo inquietarci per questo: anzi, dobbiamo continuare a coltivare il desiderio e ad amarlo. E' fondamentale riconoscerci deboli.

D – Nella ricerca spirituale si dice che si ricerca il nostro Se. Ma c'è il rischio che questa ricerca, invece, porti all'ingigantimento del nostro ego (nostri egoismi e personalismi)?

R – La vita spirituale consiste nell'impegno di cercare quale è la volontà di Dio su di me, e la buona volontà di eseguirla. L'io fa sempre capolino nel senso che si inserisce come obiettivo, che è in realtà falso e sviante. Occorre essere umili per distinguere la volontà di Dio da quella del nostro piccolo io. Non dobbiamo dare importanza a quest'ultima, né fermarci, se non riusciamo a distinguere e a capire. E' necessario accettare i nostri limiti e gli sbagli: se non li accettiamo, rischiamo di fermarci. Viene a proposito quanto scrisse S. Bernardo: *“per il Signore ho incominciato, per il Signore voglio terminare quanto mi sono proposto”* e S. Paolo: *“Dio dà il volere e il giusto operare”*.

D – Quali sono le occasioni che spingono ad una “crescita spirituale”?

R – Fra i momenti più importanti ci può essere una grande gioia oppure un momento di grande dolore. Solitamente è proprio in questo momento che Dio bussa alla porta. Lui coglie l'occasione per risvegliare la nostra coscienza e ciò è bellissimo e dà senso alla nostra vita: capire che vivere è amare le persone ed il loro Creatore. Basta semplicemente vivere in questo modo, senza fare prediche: i “predicatori” non sono ascoltati dagli altri.

D – Quale aiuto da la comunità nella crescita?

R – Dio ci ha creato bisognosi degli altri. Non solo, ci ha creato in coppia: uomo e donna. Non possiamo crescere da soli. Ciò ci rende umili e ci dà il senso di responsabilità. La famiglia, le associazioni vere sono piccole comunità che aiutano la crescita, perché il saper vivere in mezzo a persone diverse da noi ci dà un grande aiuto. Infatti, la vicinanza con la diversità, ci insegna a non rinchiuderci in noi stessi (atteggiamento più comodo, che non fa crescere) ma a sopportare con pazienza. Questo è l'atteggiamento che fa crescere.

D – Nella crescita spirituale, come affrontare il cambiamento e la paura?

R – Il cambiamento, se è bello, è accettato volentieri. La paura è una brutta cosa e ci impedisce di andare avanti. Occorre lottare contro la paura, perché spesso cela cose belle per noi. Quando eravamo piccoli la paura ci impediva di essere noi stessi: allora i genitori con il loro affetto ci aiutavano ... Ora sembriamo coraggiosi ma la paura c'è ancora e i genitori non possono più aiutarci. E' il Padre che è nei cieli ad aiutarci. E' Dio che mette in noi i desideri e ci aiuta a realizzarli. Dio non ci lascia soli: questa per noi è gioia di vivere!

D – La crescita spirituale ci fa cambiare alcune cose di noi stessi, mentre altre restano: come conciliare questi due aspetti?

R – Ci sono delle impressioni e degli ideali che sono con noi quando incominciamo a ragionare bene: non ci lasciano mai e crescono con noi. Sono cose semplici, ben radicate nel nostro essere e nel nostro carattere, che illuminano sempre la nostra vita e restano, pur nella loro semplicità. Le altre cose scivolano via.

D – L'armonia è il frutto della crescita spirituale?

R – Sì. Il rischio è che nella ricerca di questa armonia abbiamo paura di essere o di sentirci diversi dagli altri. Per questo ascoltiamo il nostro maestro interiore e la forza del nostro carattere. Non guardiamo tanto a quello che dicono o fanno le nostre persone vicine ma “decolliamo” secondo la nostra coerenza e lo slancio che Dio ha messo nel nostro cuore: è Lui che ci muove e ci aiuta! Spesso l’ambiente nel quale viviamo è mediocre e non ci aiuta nella crescita. Sono di aiuto persone forti e luminose.

D – La crescita spirituale si associa alla crescita materiale?

R – Noi non siamo solo spirito ma anche “carne” e dobbiamo essere armonici, perché siamo corpo e spirito. Il corpo, la materialità, non è nemico dello spirito, come erroneamente si affermava nel medioevo. Il corpo ha esigenze che devono essere soddisfatte secondo il disegno di Dio, che è amore. Ascoltiamo il nostro maestro interiore!

D – Che differenza fra orgoglio e autostima?

R – L’autostima è il volersi bene e l’accettarsi per quello che si è. L’orgoglio è l’eccessiva autostima, cioè il crescere senza la luce di Dio, senza ascoltare la nostra esperienza, che è la voce di Dio
