

Anselm Grün

**NON FARTI
DEL MALE**

decima edizione

Editrice Queriniana

Introduzione

La libertà interiore dell'essere umano

In questi ultimi anni mi sono occupato della libertà umana e mi si sono aperti gli occhi sul significato delle parole che troviamo nella Bibbia relativamente alla libertà per la quale Cristo ci ha liberati (cfr. *Gal* 5,1). Il tema della libertà era centrale nella filosofia greca. Per i greci, l'idea della libertà umana era istintivamente insita nello stesso concetto di esistenza. Allora, quando gli scritti del Nuovo Testamento parlano della libertà per la quale Cristo ci ha liberati, danno anche una risposta all'anelito di libertà dei greci. Gli autori neotestamentari fanno riferimento a quei concetti di libertà che erano stati elaborati dai filosofi stoici. Andando a riprendere lo stoicismo, mi sono imbattuto nella frase di Epitteto dove egli afferma che nessuno può essere ferito se non da se stesso. E con mio grande stupore ho trovato che questa frase viene continuamente citata dai Padri della chiesa. Gio-

vanni Crisostomo ha addirittura scritto un proprio saggio dal titolo: *Nessuno può essere ferito, a meno che non si ferisca da sé* (*Quod qui seipsum non laedit, nemo laedere possit*: PG 52,459-480). Leggendo il testo, mi sono meravigliato come questo Padre della chiesa faccia riferimento alla Bibbia e quali passi egli citi per corroborare la sua tesi, tratta da Epitteto. Purtroppo questo testo io l'ho trovato soltanto in greco e in latino nell'edizione del Migne del 1770.

Il testo provocatorio di Giovanni Crisostomo

Il saggio del vescovo di Costantinopoli, che è stato certamente composto attorno all'anno 400, mi ha tanto affascinato da indurmi a tradurre per mio uso personale i pensieri più significativi. Ultimamente ho inserito più spesso questa frase provocatoria nell'accompagnamento spirituale individuale e nei lavori di gruppo. Le reazioni sono state differenti. In un primo momento mi imbattevo spesso nel rifiuto perché il concetto era considerato troppo semplicistico e perché, dicevano, è tanta la sofferenza che ci colpisce dall'esterno e che noi non possiamo assolutamente evitare. Altri pensavano che a questo punto io avrei messo sulle loro spalle anche la colpa di tutto ciò che andava loro storto. Ma, una volta superata la prima irritazione, molti cominciavano a pensare che in que-

sta frase c'era del vero. Guardando alle loro ferite, si rendevano conto che era pur vero che una parte di sofferenza era stata aggiunta da loro stessi. Una signora pensava che, con le sue esperienze, avrebbe potuto scrivere un romanzo sull'argomento perché questo era costantemente il suo problema.

È sempre disastroso presentare una frase come un assoluto. Vorrei dunque proporre anche questo pensiero di san Giovanni Crisostomo come non universalmente valido. Non possiamo evitare le ferite che ci sono state inferte da bambini. A quell'età non avevamo la possibilità di difenderci e di sottrarci alle offese, ma appartiene invece alla sfera della mia responsabilità decidere se voglio continuare a crogiolarmi nelle vecchie ferite, tormentandomi ancora, oppure se intendo riconciliarmi con esse e non pensarci più. Dipende naturalmente dalla singola persona quanto tempo sarà necessario per giungere al distacco dalle offese ricevute in passato. Spesso, durante la terapia, diventa perfino necessario rivivere ancora una volta consapevolmente le proprie ferite e lasciare fluire il dolore che allora ho provato, ma ho rimosso troppo in fretta. Solo a questo punto potrò accomiarmi dalle ferite. Ma oggi si registra senz'altro anche la tendenza a coltivare le proprie ferite. Il filosofo francese Pascal Bruckner ha centrato questo aspetto nel suo saggio polemico *Soffro, dunque esisto*, nel quale parla della tendenza al vittimismo.

Contro la tendenza, oggi largamente diffusa, «a prendere il posto più ambito, che è quello della vittima» (Bruckner, 145), Crisostomo enuncia la tesi radicalmente opposta «che nessuna vittima è vittima di un altro, ma ognuno ha la sorte che si è decretato da sé» (*RAC* 647). Leggendo in Bruckner a quali esiti può condurre l'ideologia della vittima, comprendiamo che la tesi del vescovo del quarto secolo accende anche oggi la miccia della critica. Se oggi, per esempio, una donna, che si ammala di cancro ai polmoni perché ha fumato troppo, intenta un'azione giudiziaria contro i produttori di tabacco, accusandoli di scarsa informazione sui pericoli derivanti dal fumo, e la vince; se un'altra donna mette il suo cane ad asciugare nel forno a microonde e le viene data ragione nel processo intentato contro la ditta produttrice del forno, allora si capisce dove può arrivare il vittimismo. Sentirsi vittima significa sempre dichiararsi esente da colpe, attribuire la colpa ad altri. Contro questa ideologia vale almeno la pena di riflettere sulla frase di Crisostomo, anche se non dobbiamo farne una controideologia. Con le ideologie, infatti, non si aiutano le persone ad andare avanti. Si tratta, invece, di analizzare seriamente la storia concreta della singola persona e di aiutarla a riflettere nel modo più creativo possibile sulla sua vita e anche sulla sua sofferenza.

Un'analisi approfondita della tesi stoica, secondo la quale siamo sempre noi stessi a ferirci, può quanto

meno mettere in questione l'ideologia della sofferenza che ci porta a sentirci sempre male e a pensare che tutto vada sempre male, costringendoci a riesaminare il nostro modo di vedere. Naturalmente, la tesi non deve indurci a negare o banalizzare il dolore vero. Il profondo rispetto per la sofferenza umana è certamente un atteggiamento cristiano. Nella tesi di Crisostomo mi sembra d'importanza decisiva che il vescovo di Costantinopoli, e con lui i Padri della chiesa, abbiano generalmente interpretato il cammino spirituale come un cammino che è sempre anche terapeutico, un cammino che ci porta ad analizzare con maturità le nostre ferite e la nostra storia vitale. Il fine del cammino spirituale è la guarigione e la liberazione della persona umana. Cristo è l'uomo libero, il cui destino non è totalmente determinato nemmeno dal dolore che lo colpisce dall'esterno, non è stabilito dal mondo, ma da Dio. Chi è stato segnato con l'impronta di Dio, chi nasce da Dio è veramente libero. Questo è il messaggio biblico fondamentale e tale è stata l'esperienza fatta dai primi cristiani. Il presente testo si propone di guidare a vivere questa esperienza di libertà interiore.

La mistica come cammino di libertà

Per la chiesa delle origini il cammino della graduale esperienza di Dio è stato anche un cammino di sem-

pre maggiore libertà. Per me, la via della mistica è l'autentico cammino verso la libertà. Per tale motivo vorrei descrivere in questo libro alcuni aspetti del percorso mistico secondo la visione del Nuovo Testamento. Sul cammino mistico c'imbattiamo anzitutto nella nostra verità personale. E solo la verità ci farà liberi. Qui scopriamo i nostri modelli di vita dei quali siamo prigionieri, i nostri modi di vedere illusori che distorcono la realtà e a causa dei quali ci facciamo del male. Più ci avviciniamo a Dio e più chiaramente riconosciamo la nostra verità. Più siamo uniti a Dio, più diventiamo liberi. Tutti aneliamo alla libertà, ma la vera libertà non è la liberazione da una sovranità esterna a noi, bensì libertà interiore, libertà dal dominio del mondo, libertà dal potere degli altri uomini e donne e libertà dalle costrizioni interiori ed esteriori. Poiché io sono convinto che la via della mistica conduca a questa libertà, vorrei esporre tre passi tratti dagli ultimi libri del Nuovo Testamento, che a mio avviso descrivono questo cammino mistico. Si tratta della lettera a Tito e della prima e seconda lettera di Pietro. Per molti esegeti questi testi non rappresentano più il vero messaggio della Bibbia. Per alcuni autori protestanti, in particolare, questi scritti sono sospetti. Essi parlano di cattolicesimo primitivo e deplorano che qui il messaggio paolino, che essi considerano il nucleo del Nuovo Testamento, non sia più conservato nella sua radicalità. Ma in questi ulti-

mi anni ho capito sempre meglio come questi scritti siano importanti per il dialogo attuale con le altre religioni e con altri percorsi spirituali. Perché lì si è tentato di tradurre il messaggio di Gesù affinché fosse compreso dalla spiritualità ellenistica. Il mondo ellenistico recava l'impronta della filosofia greca, della gnosi (un movimento molto diffuso che aspirava all'illuminazione) e dei culti misterici che avevano assunto alcuni elementi della pietà orientale. Questi testi tardivi potrebbero allora indicarci una strada per formulare oggi in modo nuovo il messaggio di Gesù al fine di poter dialogare proprio con la spiritualità orientale.

La psicologia transpersonale e la mistica

Negli ultimi trent'anni la psicologia transpersonale, in modo particolare, si è occupata delle esperienze mistiche che si fanno con l'apprendimento delle tecniche di meditazione orientali, ma anche delle visioni della mistica cristiana e nella mistica ha scoperto anche un percorso terapeutico. Perciò io vorrei sviluppare il messaggio cristiano della libertà, così come viene espresso nella predica di Giovanni Crisostomo e nei passi biblici citati, facendolo interagire con la psicologia transpersonale. Deve diventare chiaro che la libertà costituisce un aspetto essenziale del mes-

saggio cristiano e che ogni cammino spirituale autentico conduce alla fine alla libertà interiore. Questo perché l'esperienza di Dio e l'esperienza della libertà interiore sono intrinsecamente connesse.