

DAVID CABRERA MOLINO

**LIBERARSI
DALLA PAURA**

Una volontà che si affida

Prefazione di MARTA GARCÍA FERNÁNDEZ

Queriniana

Introduzione

Allora Gesù andò con loro in un podere, chiamato Getsemani, e disse ai discepoli: «Sedetevi qui, mentre io vado là a pregare». E, presi con sé Pietro e i due figli di Zebedeo, cominciò a provare tristezza e angoscia. E disse loro: «La mia anima è triste fino alla morte; restate qui e vegliate con me». Andò un poco più avanti, cadde faccia a terra e pregava, dicendo: «Padre mio, se è possibile, passi via da me questo calice! Però non come voglio io, ma come vuoi tu!». Poi venne dai discepoli e li trovò addormentati. E disse a Pietro: «Così, non siete stati capaci di vegliare con me una sola ora? Vegliate e pregate, per non entrare in tentazione. Lo spirito è pronto, ma la carne è debole». Si allontanò una seconda volta e pregò dicendo: «Padre mio, se questo calice non può passare via senza che io lo beva, si compia la tua volontà». Poi venne e li trovò di nuovo addormentati, perché i loro occhi si erano fatti pesanti. Li lasciò, si allontanò di nuovo e pregò per la terza volta, ripetendo le stesse parole. Poi si avvicinò ai discepoli e disse loro: «Dormite pure e riposatevi! Ecco, l'ora è vicina e il Figlio dell'uomo viene consegnato in mano ai peccatori. Alzatevi, andiamo! Ecco, colui che mi tradisce è vicino» (Mt 26,36-46).

La paura fa parte dell'esperienza di ogni essere umano; nessuno può dubitarne. Ha sfumature diverse, in molti casi

origini sconosciute, e provoca reazioni molto differenti, dal momento che le sue cause sono varie e lo sono anche i modi di sperimentarla e di affrontarla.

La paura è una realtà antropologica e, in quanto emozione umana, non si può bollare eticamente come negativa. Anzi, serve a mettere in guardia dal pericolo e, in questo senso, ci protegge. Questo sentimento può comunque colpirci in modo negativo, tanto nel processo di crescita personale quanto nel modo di funzionare dei gruppi, dal momento che si tratta di un sentimento complesso, in cui intervengono diversi elementi e fattori.

Mentre negli animali la dinamica della paura si basa su un meccanismo di causa-effetto, nell'essere umano c'è l'elaborazione della percezione dell'oggetto temuto, e la propria soggettività interviene in modo decisivo in questa interpretazione. Per questo, paure non superate possono generare croste sociali o personali, ferite mal curate e anche una predisposizione timorosa verso la vita.

Nell'ambito della spiritualità, la paura ha due accezioni, una negativa e l'altra positiva. Riguardo alla prima, di solito è sinonimo di sfiducia o di insicurezza. Può essere indice di una fede debole, incapace di appoggiarsi a Dio nella difficoltà e di dare la svolta che la fiducia comporta. Nella sua accezione positiva, la paura può essere tutto il contrario: espressione della fede. Di fatto, il "timor di Dio" è l'atteggiamento richiesto al credente che conduce all'obbedienza e alla disponibilità assoluta¹.

¹ Cfr. W. BEILNER, *Paura*, in J.B. BAUER (ed.), *Dizionario di teologia biblica*, Morcelliana, Brescia 1969, 995-1001.

Proprio per queste connotazioni “etiche” che si attribuiscono alla paura nell’ambito della spiritualità, la scena del Getsemani risulta scioccante. Qui riconosciamo un Gesù che «non è un eroe onnipotente, né un allegro martire, ma un semplice essere umano terrorizzato davanti a un destino indesiderabile»². Tuttavia, vogliamo rendere questa scena lo stimolo per il tema che ci proponiamo di approfondire: la paura della propria vocazione.

Quando l’essere umano sente questa forte chiamata ad affidare la propria volontà ed è messa in discussione l’esigenza profonda della fedeltà, compare la paura, che potrebbe benissimo essere un pericolo con connotazioni negative. Paradossalmente, il nostro timore principale è la paura di vivere e di evolverci vocationalmente. Di fatto, la relazione tra chi chiama e chi si affida è in genere il punto nevralgico di molti problemi, dal momento che la libertà dell’altro ci risulta difficile da integrare e per questo tendiamo ad addomesticare la relazione, oppure a transigere in modo che altri – o la società – ci addomestichino e ci facciano essere come loro. In un certo senso, la paura si trasforma in un paralizzante dello sviluppo personale.

Nel 2015 mi fu diagnosticato un cancro al colon allo stadio tre. Non sapevo bene, in quel momento, cosa significasse la malattia, al di là della possibilità reale della morte. L’epilogo di questa malattia in genere è fatale. Fino ad allora non avevo

² J.A. BADIOLA, *La voluntad de Dios Padre en el Evangelio de Mateo*, ESET, Vitoria-Gasteiz 2009, 256.

avuto nessuna esperienza umana tanto terrificante quanto quella del cancro. Dopo l'impatto iniziale e l'avanzamento della malattia, la paura iniziale andò trasformandosi.

Se oggi mi chiedessero se ho smesso di temere la morte, direi chiaramente, e con forza, di no. La morte continua ad essere per me, come per molti, una possibilità che porta alla paura. Dall'impatto iniziale della notizia del cancro fino ad oggi si sono verificati avvenimenti che mi hanno trasformato come persona, come gesuita e come sacerdote. Ma, soprattutto, come credente. Fu sorprendente per me, con il passare dei mesi, sentire una pace profonda che poteva venire solo da qualcosa di più assoluto di me stesso. Dio stava occupando, nel volto di Gesù, un luogo più sensato e preferenziale.

Se c'è qualcosa che ho constatato durante i tanti mesi di chemioterapia – che strano! Quello che ti cura sembra ucciderti – è che ogni essere umano vive il suo Getsemani. Momenti di angoscia, di tristezza e di paura che, quasi senza sapere come, riusciamo ad attraversare in pace. Io l'ho vissuto così e sono convinto che capiti anche a molte altre persone. La grazia di Dio che ci raggiunge interiormente è capace di placare la paura emotiva che lacera. Gesù diventa un modello che ha più senso perché in lui scopriamo il vero uomo e il vero Dio.

Dalle mie conversazioni su questo tema (la paura e Dio) con Toño García, compagno gesuita che da anni è il mio assistente spirituale, arrivai alla conclusione che non serviva a nulla chiedere a Dio che mi evitasse la morte, in quei momenti di malattia. Aveva molto più senso abbandonarmi nelle sue mani. Feci spazio al desiderio di guardare a Gesù,

di tornare sempre a lui, per sentirmi accompagnato e fratello, anche nella paura, nella sofferenza e nel dolore. Mi sgorga dal cuore questa preghiera al Signore che si conclude sempre così: «Siamo in due». In Gesù scopro un Dio nel quale credere, abbandonarmi e confidare, perché egli possa infondere in me una gioia serena e la speranza di futuro, pur nella paura e nelle tante situazioni che viviamo ogni giorno.

Ciò che vorrei esprimere in questo libro è una riflessione personale, accompagnata dalla vita, dalle lotte e dai fallimenti, in cui la paura provocata dal desiderio di essere fedeli alla propria vocazione e il racconto del Getsemani ci offrono lo scenario adatto in cui radicare la nostra esperienza rispetto all'affidamento vocazionale della vita.

In primo luogo, vorrei “smitizzare” alcuni pregiudizi che non aiutano l'integrazione spirituale della persona, dal momento che la paura si associa alla sfiducia e, per questo, talvolta la si nasconde, o si cerca di superarla a forza di spavalderia o di spiritualizzazione. Contemplare che Gesù ha paura e prova angoscia non solo risulta consolatorio, ma aiuta a riconoscere in noi questa emozione legittima di fronte alla possibilità di perdere la vita e, quindi, a darci da fare. Pertanto desidero approfondire questa esperienza e analizzare tutti i meccanismi che la compongono.

Secondo: nel Getsemani convergono due fattori. Questa paura – legittima e normale – della morte è indice di salute psichica: non sperimentarla significherebbe soffrire di una patologia. Dunque, il credente è chiamato a superarla, perché la minaccia della morte proviene dalla fedeltà alla propria vocazione o progetto di vita. Qui entra in gioco tutta una serie

di dinamiche sottili, di movimenti interni (psichici e spirituali) che convergono e spingono verso una risoluzione. Il modo in cui Gesù gestisce questa situazione, e soprattutto ciò che la sua relazione con il Padre comporta, è molto ricco e intenso. Analizzarlo e non restare semplicemente angosciati di fronte alla sua morte, ma vedere come questa tiene in scacco tutto il suo sistema di relazioni, la sua immagine di Dio Padre, il modo di viverci come Figlio... ci offrono elementi interessanti per accompagnare processi e non per semplificare soluzioni.

Terzo: tutto ciò che Gesù accetta è redento. Ma questo non succede in modo automatico e senza lotta personale. Per questo conoscere la profondità dell'esperienza di Gesù, analizzare il processo e tutti i meccanismi che si snodano in questo vissuto può essere utile per introdurre e orientare le persone nel momento in cui si trovano a vivere la profondità di questa esperienza di abbandono e per rinforzare interiormente la loro libertà davanti alla paura – legittima e reale – che può provocare in loro il fatto di prendere certe decisioni. Inoltre ritengo che, così facendo, la teologia dogmatica e fondamentale sia arricchita dalla spiritualità. Vale a dire, illuminare questo processo con la teologia spirituale e la psicologia può fare luce anche su questo punto classico in cui, nella storia della teologia, si è incagliato e con cui ha a che vedere il problema della duplice natura di Gesù. Di fatto, tanto la scena del Getsemani quanto il grido di Gesù sulla croce («Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?») hanno aperto questioni serie.

Questo è il motivo per cui ho come orizzonte il Getsemani, dal momento che presenta al grado massimo un'esperienza

che lì è liminare ma che fu presente in tutta la vita di Gesù: non lasciarsi abbattere dalle minacce, dall'incomprensione, dalla solitudine, dalla poca gratitudine, ma seguire fedelmente il progetto del Regno e il modo di comprendersi e di viverci come Figlio in una relazione costante e dinamica con Dio Padre, con tutto ciò che questo comporta di costruzione e decostruzione dell'immagine dell'altro e della propria identità.

L'agonia del Getsemani, oltre ad essere un'esperienza limite e, in questo senso, tipologica o paradigmatica (cioè in cui si mettono in rilievo e si visualizzano meglio fattori che in altre occasioni sono più latenti), presenta un processo dinamico, perché non solo indica che Gesù prova paura e angoscia, ma mostra la lotta interiore che sostiene e come la supera. Mi hanno accompagnato in questa riflessione le domande: Di cosa ha paura Gesù? Come vive questa paura? Si può superare la paura?

La morte reale entra in scena nella vita di Gesù in questo momento, in cui è in gioco un affidamento totale e definitivo: mantenersi fedele alla vocazione ricevuta. La paura si può superare; la fiducia che nasce dalla consolazione spirituale ci apre un orizzonte che rende possibile questo superamento. La consolazione impedisce che la paura ci paralizzi e freni la sequela di Cristo.