«'Vivere in pienezza':
Ciò di cui adesso possiamo già fare l'esperienza
è qualcosa di cui speriamo
la realizzazione in pienezza.
La tensione tra aspettative e realizzazione
ci mantiene vivi qui – e verrà un giorno
definitivamente superata
nel compimento di tutti i desideri»
(A. Grün).

Con queste parole Anselm Grün tracciava, nel suo *Il libro dell'arte della vita*, l'itinerario per una 'vita buona'.

Indicava un'esperienza possibile e una speranza. L'esperienza della vita umana non è già perfetta, per nessuno, ma può essere animata dalla speranza di trovare un suo compimento.

Anche nel limite può essere scoperto un senso ora nascosto. Ciò che ora è pesante può essere reso più leggero da un sentimento di gratitudine per il fatto che ci è donato di vivere. E questa consapevolezza, che la vita è un dono, può renderci attenti a vivere adesso bene con noi stessi e con tutti.

## Fonti

I testi sono tratti tutti dai seguenti libri di Anselm Grün, pubblicati presso la Editrice Queriniana:

- Non farti del male, Queriniana, Brescia 1999. 20099.
- Abitare nella casa dell'amore, Queriniana, Brescia 2000. 2011<sup>5</sup>.
- Scoprire la ricchezza della vita. Immagini bibliche per una cura d'anime che guarisce, Queriniana, Brescia 2000. 2008<sup>4</sup>.
- Ritrovare la propria gioia, Queriniana, Brescia 2000. 2008<sup>5</sup>.
- Il libro dell'arte della vita, Queriniana, Brescia 2003. 2008<sup>4</sup>.
- Il senso del limite. Impulsi spirituali per riuscire ad incontrarci, Queriniana, Brescia 2006. 2007<sup>2</sup>.

- Le sorgenti della forza interiore. Evitare l'esaurimento – sfruttare le energie positive, Queriniana, Brescia 2007. 2009<sup>3</sup>.
- Lo spazio interiore, Queriniana, Brescia 2008. 2009<sup>2</sup>.
- Essere persona umana completa. La forza di una fede matura, Queriniana, Brescia 2008. 2008<sup>2</sup>.
- Fiducia. Rintraccia la tua forza di vita, Queriniana, Brescia 2009. 2011<sup>3</sup>.
- Alla ricerca dell'equilibrio interiore, Queriniana, Brescia 2009. 2009<sup>2</sup>.
- La vita è adesso. L'arte dell'invecchiare, Queriniana, Brescia 2010.
- Confidare nella trasformazione. Come la nostra vita diventa integra, Queriniana, Brescia 2011.