

Cap 2

SPECIFICHE BIBLICHE

AMAREZZA

E' la profonda tristezza, talvolta mista a rancore o delusione, la difficoltà intrinseca, il lieve o acuto dolore (soprattutto se nell'animo).

“Le preoccupazioni e le amarezze sono quasi sempre le uniche ricompense per le persone oneste, colpevoli soltanto di essersi adoperate per gli altri dimenticandosi di se stesse.”

C'è qualcosa di più triste di esser lasciati e abbandonati?

Quanta tristezza ha prodotto in Gesù l'abbandono dei Suoi Appostoli?

E quello del Padre mentre Gesù era sulla croce?

Eppure Gesù non si è mai lagnato!

Così dice uno dei miei canti:

MA NON TI SEI LAGNATO TU

*Ti hanno schernito, Signore,
Ti hanno schernito:
senza pudore, Signore,
Ti hanno schernito!
Senza rispetto, Signore,
Ti hanno oltraggiato:
senza dei limiti, poi, Ti hanno ferito...
Ma non Ti sei lagnato Tu,
nemmeno quando all'ultimo respiro
solo sulla croce abbandonava Te*

*il buon celeste Padre sì pietoso!
E tanto amor mostravi, mio Gesù,
quando perdonavi quel ladrone:
Tu salvasti lui, hai liberato me
e tutta la mia vita dono a Te!
Se soffrir dovrò a Te rigarderò:
perdonare voglio, Te, Signore, imiterò!
Al mondo intero io di Gesù racconterò,
anche se nessuno ascolterà io parlerò,
anche se nessuno ascolterà io parlerò.*

Descrizione

Spesso ciò che ci fa stare male non sono gli avvenimenti esterni, ma il nostro modo di interpretare e/o giudicare quello che ci succede.

Dietro ogni emozione negativa c'è un pensiero catastrofista che porta a drammatizzare e a considerare terribili anche le cose che si potrebbero affrontare con serenità: e allora iniziamo a soffrire una sorta di "terribilite", un'angoscia amara che ci consuma dentro come se il mondo ci fosse caduto addosso.

Quando accade agli amici si usa l'espressione/luogo comune “prendila con filosofia”, ma se ti accade direttamente le cose cambiano!

I pensieri negativi sono spesso frutto di credenze irrazionali, prima fra tutte quella che per essere felici "abbiamo bisogno" di soddisfare una serie di requisiti: avere un partner, un lavoro, una casa di proprietà, una vita comoda, godere di buona salute...

Siamo esigenti con noi stessi, con gli altri e con la vita: soffriamo di una malattia che possiamo definire come "necessitate".

Con l'aiuto della psicologia cognitiva (vedi la mia dispensa TCCXDOC), si può imparare a contrastare la "necessitate" e la "terribilite", smettere di angosciarsi e raggiungere una soddisfacente stabilità emotiva. (Santandreu)

Infatti, la psicologia cognitiva (con l'analisi terapeutica) è una disciplina scientifica che può trasformare il nostro atteggiamento nei confronti della vita, orientandolo verso una buona stabilità emotiva.

Il cambiamento personale si può imparare: bisogna arrivare al risultato di cavalcare la vita anziché esserne cavalcato.

Questa terapia (TCCXDOC) si basa su pochi passi, semplici ma essenziali a cui io aggiungo una fase finale sia per la soluzione con gli interessati e sia per il proprio auto perdono:

- ✚ Individuare e smontare le convinzioni irrazionali che causano paure e angosce e impediscono di essere felici: prima fase (tirar fuori da sacco inconscio).
- ✚ Rimuovere gli ostacoli al cambiamento che ci creiamo: seconda fase (focalizzare quello che è emerso).
- ✚ Ridimensionare e inquadrare meglio i problemi: terza fase (applicare una prima soluzione per ridimensionare i disagi).

- ✚ Applicare la soluzione finale e realizzare l'auto perdono (concretizzare la terapia con un vero patto relazionale sia con Dio e sia con gli interessati).

“L'arte di non amareggiarsi la vita” è lo strumento ideale per tutti quelli che sono motivati a cambiare atteggiamento e non possono permettersi di spendere inutilmente denaro per psico-terapie infinite e, speso, inconcludenti perché prive di soluzioni.

Ad ogni modo, il Vangelo contiene già quanto serve per la psico-consulenza e se tutti noi lo vivessimo sarebbe senz'altro meglio, supereremmo meglio le nostre tempeste.

SUPERARE L'AMAREZZA

L'amarezza non provoca sintomi traumatici come insonnia, stanchezza e la mancanza di libido, ma a lungo termine può portare ad una bassa fiducia in sé stessi e all'incapacità ad avere rapporti interpersonali sani.

L'amarezza inibisce le relazioni interattive con gli altri.

In seguito verrà anche tutto il resto perché –comunque- sfocerà nella depressione.

Cosa fare se si rimane impigliati nella rete dell'amarezza?

Di seguito elenco 8 punti di un percorso contro l'amarezza, per risolvere e superare l'amarezza.

- 1. fare il punto della situazione con una seria e onesta valutazione di tutto.**

Quando proviamo amarezza per una situazione avvenuta in ambito lavorativo o familiare, è fondamentale fermarsi a riflettere e distinguere ciò che è realmente accaduto e ciò che è stato sconvolgente per noi.

Porsi delle buone domande per scavare più a fondo i fatti accaduti e i sentimenti percepiti. Rivalutare se l'amarezza è dovuta a ciò che abbiamo perso o il modo con cui lo abbiamo perso.

- 2. mettere in pausa le conseguenze della tua tempesta**

Prendi per un attimo quello che ti è successo, e che per una serie di delusioni ti ha causato una forte amarezza, e prova a metterlo da parte per un tempo definito.

Decidi di chiedere aiuto a qualcuno, uno psicologo, un consulente, per affrontare e superare l'amarezza che ti accompagna, e parla della tua storia.

Affrontarla ti servirà a capire perché sussiste questa amarezza.

Tutt'altra situazione è quando la storia viene raccontata continuamente senza un giusto motivo: in questo caso si rischia di rimanere bloccato nel vittimismo.

- 3. Riconosci le tue responsabilità**

In questo terzo punto, il consiglio per superare l'amarezza è quello di prendersi le proprie responsabilità.

In questo modo hai un quadro della situazione più ampio e con uno sguardo più razionale, che ti permette di subire meno il senso di amarezza.

Se per esempio hai perso dei soldi in una truffa, pensa alle tue responsabilità.

Non hai controllato abbastanza i tuoi soci? Hai peccato di negligenza? Sei stato frettoso?

- 4. affronta le tue paure nascoste: i tuoi giganti**

L'amarezza è spesso un travestimento della paura.

Se da questo momento in poi hai a che fare con la paura, non avrai più a che fare con l'amarezza: la paura va combattuta e la migliore arma è la Fede.

- 5. perdonare te stesso: perdònati.**

Quante volte si è sentito dire che il perdono è un grande sollievo a livello psicologico?

La verità è che spesso il perdono è un modo anche per negare come ci si sente, le proprie emozioni: dunque, non si può affrontare in modo superficiale.

Il passo importante per superare l'amarezza è quello di perdonare sé stessi.

E' possibile essere arrabbiati per troppo tempo con qualcun altro e non capire che in realtà si è solamente furiosi con sé stessi.

Questo passaggio che aiuta a superare l'amarezza è possibile con la psicoterapia dinamico esperenziale (TCCXDOC) che riesce ad avere risultati straordinari... purché il paziente sia davvero collaborativo col terapeuta.

Talvolta si registra una certa resistenza al trattamento terapeutico e il paziente lascia intendere che ritiene di poter guarire anche senza seguire le istruzioni: in quel caso il consulente potrà fare ben poco!

In quei casi non funziona e si deve ammettere che quel paziente è stato “resistente alla TCC”: non è il fallimento del terapeuta e nemmeno della TCC, ma dello stesso paziente che, in tal caso, si candida inesorabilmente all'amarezza perpetua.

6. impostare “obiettivi smart” ogni giorno

Come accennato al punto 4, l'amarezza spesso deriva dalla paura di affrontare una determinata situazione, di non osare.

Un modo per affrontare queste paure, è quello di porci degli obiettivi da raggiungere, e se questi obiettivi ci spaventano perchè ritenuti troppo grandi, proviamo a suddividerli in mini-obiettivi.

Spesso sono amareggiati coloro che vogliono sconvolgere il mondo in un giorno!

7. provare una nuova prospettiva

Un ottimo strumento per superare l'amarezza è quello di guardare la situazione da una nuova prospettiva.

Prova ad utilizzare l'immaginazione per pensare al problema in modo differente.

8. cerca sostegno

Se con il tempo l'amarezza dovesse sussistere, un consiglio è quello di parlarne con qualcuno: allora, se si hanno degli amici che sono ottimi ascoltatori, va bene, ma se si vuole fare un lavoro molto più profondo, è consigliato rivolgersi ad uno psicoterapeuta, meglio ancora se di counselling psico-pastorale (Cristiano maturo).

LA SINDROME DA AMAREZZA CRONICA

E' un nuovo disturbo prodotto dalla crisi del nuovo millennio.

Tra le principali fonti di stress un ruolo centrale è ricoperto dalle tensioni lavorative: il precariato crescente, la mancanza di prospettive lavorative di questi ultimi anni certamente non aiuta.

Un individuo rimugina in continuazione su ingiustizie reali o percepite/subite sul posto di lavoro.

Chi né è affetto ha continui pensieri negativi.

La sindrome da amarezza cronica è un disturbo che può colpire chiunque, perché non esiste una tipologia di persona maggiormente predisposta, anche se l'ansia gioca un ruolo molto importante. La somatizzazione è l'espressione fisica di un disagio psicologico: si è di fronte a psico-somatismo.

Il termine si riferisce in particolare ai disturbi funzionali, quelli in cui non si riesce a trovare una causa organica: i problemi fisici possono spostarsi da un organo all'altro, ma permangono se non si affronta la componente psicologica.

Coliti, gastriti e cefalee da tensione sono tra i principali effetti della somatizzazione dei problemi di ordine psicologico che possono essere riconducibili ad una condizione di precariato lavorativo, anche se non solo per il precariato lavorativo bensì per “il precariato in generale”.

Quindi, quel fastidioso mal di stomaco che colpisce a fine giornata non è sempre dovuto al cibo sbagliato o a cause puramente fisiche, potrebbe anche essere l'espressione della paura del futuro, dell'incertezza che avvolge la vita quotidiana, della rabbia nei confronti dei superiori o colleghi.

Molte malattie hanno una componente psicologica il cui peso può variare da una all'altra, da un individuo all'altro e anche da un episodio all'altro della stessa malattia nello stesso individuo.

Lo stress lavorativo, in particolare se associato a mobbing, appare un elemento sempre più importante perché costituisce un carico costante sull'individuo.

Si tratta di una psicopatologia sempre più ricorrente e con disturbi psico-somatici sempre più importanti.

EMOZIONI NEGATIVE E RIMEDI

PAURA

La PAURA può bloccare le nostre azioni? Certamente sì.

Il sentimento della paura è collegato alla non-azione e determina una sorta di blocco nella vita di colui che vive questa emozione come imprinting primario.

Il male possibile proviene sempre dalla non-azione: se colui che ha paura è bloccato nei suoi gesti e nel suo comportamento verrà, in qualche modo, deviato verso azioni che non sono mai in linea con i propri obiettivi o con le sue attese.

SENSO DI COLPA

Quanti tipi di sensi di colpa possiamo provare? E chi può fare un elenco preciso?

Sono davvero tanti.

- ✓ Per non accettato dalla famiglia
- ✓ Per non essere amato
- ✓ Per rifiuto di noi stessi
- ✓ Per richiamo compulsivo dell'amore affettivo/emozionale
- ✓ Ecc.

Questo e tanto altro produce sensi di colpa nonostante la vittima spesso non ha alcun torto da recriminare!

Il sentimento del senso di colpa è descrivibile come la propria energia in totale asservimento al desiderio ed al bisogno del prossimo, per averne in cambio un surrogato di affettività: chi si sente in colpa... diventa spesso servile per poter avere cose di cui, invece, avrebbe pieno diritto.

Vivere con il senso di colpa è garantire all'altro un'entrata diretta al centro della nostra volontà per costringerci a fare (in un modo oscuro, ma reale) quello che l'altro ci chiede.

Chi ha l'emozione/sentimento del senso di colpa, come imprinting primario porta addosso il segno del rifiuto; dell'essere stato rifiutato: se ne sente in colpa pur essendo talvolta del tutto estraneo a quello che accade.

Ad esempio, i figli dei divorziati pensano di essere stati loro la causa della rottura e si asserviscono così tanto a tutto e a tutti che finiscono per soccombere in ogni sfera, e in ogni modo!

Con la pulizia del senso di colpa la persona si riappropria della sua energia e comprende che la vita è anche rifiuto, e che l'unica strada percorribile è la sua accettazione.

Solo così il servilismo precedente accennato si trasforma in presa di potere della propria vita: molti devono riappropriarsi della propria vita dopo essersi sentiti in colpa per qualcosa che non avevano fatto e a cui erano stati del tutto estranei.

Nel gioco psicologico della vita, i persecutori sono sempre abili a generare senso di colpa nelle loro vittime!

In tal modo si ingenera una sindrome di Stoccolma perenne che induce al servilismo verso i propri aguzzini.

AMAREZZA

Ti senti vittima nelle situazioni? Ce l'hanno tutti con te?

L'amarrezza è uno stato emotivo particolare che coinvolge quotidianamente e continuativamente colui che lo vive.

L'amarrezza è come un loop emotivo, ripetitivo e meccanico tanto da farci credere che non possa esistere nulla in grado di interromperne il flusso: diventa un modo di non-vivere, addirittura una visione della realtà della quale si rischia di non poter fare più a meno.

Sì, proprio come se fosse necessario essere nell'amarrezza!

Colui che ha l'amarrezza come imprinting primario, ha problemi con la dipendenza e con la non accettazione di prendersi le proprie responsabilità.

E allora, abbandono a tutte le compensazioni!

TRISTEZZA

Hanno colpa gli altri della tua presunta "sfiga"?

In un momento di crisi il soggetto si ricollega automaticamente ad alcuni eventi che nel passato gli hanno procurato molta tristezza e vede tutto nero.

Questa emozione prevale su tutte le altre impedendo alla persona di vivere in modo preciso e tranquillo/soddisfacente la sua esistenza.

La tristezza spinge la persona a trovare sempre qualcuno o qualcosa su cui poggiare la colpa nel disperato tentativo di alleviare il dolore, quando in realtà questo atteggiamento non fa che alimentarlo.

La persona che ha come imprinting primario la tristezza vuole ridare vita ad emozioni morte e fallite per sentirsi ancora vivo! Strano, vero?

Pensa che la vita sia solo sofferenza e ricerca continuamente stati d'animo simili per il bisogno di una sedicente "vitalità" non bene compresa.

RABBIA

Non riesci ad esprimere ciò che provi o pensi?

Ci sono momenti che dai in escandescenze per poco e quando dovresti non lo fai?

Il sentimento di rabbia è collegato all'impossibilità di esprimere liberamente ciò che si vuole o si pensa.

La persona tende a chiudersi spesso in sè stessa fino al momento in cui esplode, ma questa esplosione genera sempre in lei una reazione esagerata rispetto al non nulla che l'ha innescata... e poi se ne sentirà in colpa!

La rabbia è come una mancanza d'aria, totale assenza di scambio e di relazione: è la più dura alienazione dal nostro proprio "sentire".

La pulizia della rabbia comporta il riallineamento della persona agli eventi che giornalmente vive, permettendole di cogliere in essi il reale valore percepito, senza più l'inquinamento esagerato di passate esperienze: purtroppo, il passato è un grande persecutore!

ANSIA

La tua è una paura repressa e atavica, oppure è reale?

L'ansia è semplicemente la proiezione di una paura che abbiamo vissuto nel passato e che temiamo possa accadere di nuovo nel nostro futuro.

Nel tentativo di difenderci da quella esperienza, in verità la stiamo tenacemente riprogrammando perché, invece di gettarcela alle spalle, la teniamo costantemente davanti a noi nella linea temporale: senza volerlo, è proprio così che la teniamo sempre in vita!

Togliere l'ansia e l'attacco di panico significa vivere con meno affanno e timore.

Quanti di noi non dimenticano e si legano al dito questioni spinose che li hanno fatti arrabbiare? Molti sono colpevoli di soffiare sul fuoco dell'amarezza, alimentandola, invece di cercare di dimenticare: la cattiva gestione emozionale induce all'ansia.

Soffermarsi sui i torti che ci sono stati fatti lamentandoci di continuo provoca pessimismo, umiliazione e rabbia.

La delusione e l'amarezza possono portare una persona a divenire cattiva? Certamente, sì!

Dopo aver avuto delusioni dalla vita, dopo essere stati feriti e amareggiati da determinate circostanze, si può divenire delle persone cattive, malvagie?

Sì e fino a commettere omicidio: questa è la causa di tanti rapus criminali di cui sentiamo e/o leggiamo!

Attenzione all'ansia: ci fa stare male, ma può peggiorare sino all'inverosimile.

LA DELUSIONE ESISTENZIALE

Essa è la «malattia mortale» che produce amarezza, cinismo e disperazione.

Kierkegaard (filosofo, teologo e scrittore Danese) sosteneva che la «malattia mortale» dell'uomo è la disperazione come conseguenza della delusione.

Probabilmente aveva ragione; tuttavia la disperazione è l'effetto, non la causa dell'angoscia dell'uomo: la disperazione è solo la conseguenza.

Non si deve confondere la conseguenza con la causa.

L'uomo di oggi vaga confuso e angosciato senza riuscire a ritrovare la bussola per orientarsi nel gran mare del relativismo e del nichilismo che lui stesso ha evocato e sponsorizzato col consumismo.

All'origine della sua confusione e della sua disperazione vi è la delusione esistenziale che lo ha riempito di amarezza e lo ha sospinto sulle aride vie del cinismo.

L'uomo contemporaneo è particolarmente esposto a tale malattia perché una delle caratteristiche fondanti della società odierna è precisamente la crescita esponenziale dell'aspettativa, così come - del resto - la crescita esponenziale della produzione, del consumo, del profitto, del prodotto interno lordo, e di molte altre simili cose.

La schiavitù del profitto come regola della vita ha reso l'uomo deluso e amareggiato come colui che resta schiacciato sotto il crollo del suo stesso mito: le aspettative su questo lo amareggiano perché tutte disattese!

L'aspettativa è la figlia malata dell'idea del cosiddetto progresso odierno: come uscire da questo vicolo cieco?

Semplicemente facendo la strada "a ritroso": se avanti non si può andare, torniamo indietro!

Il profeta Elia si era inoltrato 40 giorni nel deserto per una profonda delusione che gli aveva causato amarezza, ansia e angoscia, paura fino al punto che ora vorrebbe morire: come poteva venirne fuori?

Dio gli disse "che fai quà? Torna indietro!"

L'essere umano è ben lungi dal trovare pace e appagamento nelle aspettative a dispetto dell'aumento vertiginoso di comodità, sicurezza e benessere dei quali può oggi disporre.

La sua delusione esistenziale è evidente: la si legge sui volti d'innomerevoli persone; la si ode nei loro discorsi; la si respira nell'aria che le avvolge, impregnata di negatività, di cinismo e di amarezza.

E, cosa ancora più grave, esse la diffondono tutto intorno come un virus, infettandone altre persone e specialmente i giovani e i bambini, i quali avrebbero - invece - ogni diritto di non crescere in un ambiente così ammorbato e così saturo di cattivi esempi.

Ci siamo mai soffermati a riflettere che ogni nostro gesto, parola o pensiero esprimenti rabbia e delusione sono come altrettanti scandali per i bambini che ci stanno intorno e che ci guardano, e che si avviano a maturare la propria immagine del mondo deducendola, in gran parte, da quella che noi stessi ci siamo costruita, e che inevitabilmente trasmettiamo a loro?

Ci sono tanti modi di scandalizzare un bambino, di sporcare la sua innocenza: quello di comunicargli la nostra delusione esistenziale è senza dubbio uno dei più invasivi, suscettibile di produrre effetti nefasti a lunga scadenza.

Lo stesso dicasi del buonismo, o dell'intransigenza, ecc.

E il peggio è che vi sono adulti, i quali fanno tutto questo in maniera deliberata e consapevole. Così come vi sono dei disgraziati che volontariamente e consapevolmente infettano con il virus di qualche grave malattia delle persone inconsapevoli, forse così sperando di attenuare la propria angoscia di malati: allo stesso modo vi sono, purtroppo, degli adulti i quali godono a distruggere il mondo carico di speranze dei bambini, inculcando loro - esplicitamente o implicitamente - l'idea che qualunque cosa si faccia è tutto inutile perché la vita è cattiva, gli uomini sono tutti infidi e malvagi, e l'unica cosa buona (parafrasando un terribile passo di Giacomo Leopardi) è il non esistere, il non essere.

Questo è nichilismo, voglia di non essere molto simile alla convinzione del fedele Indù.

E' incalcolabile il danno che, in questo modo, le persone deluse dalla vita provocano non solamente a se stesse, ma anche agli altri.

È come se l'insieme delle persone amareggiate e deluse filasse una tela vischiosa e impalpabile, ma altamente velenosa, sullo splendore delle cose, intrappolandovi a loro insaputa anche coloro i quali conservano ancora la fede nel mistero luminoso del mondo.

Ci siamo chiesti perché sia così raro, tra gli esseri umani, il sentimento di gratitudine per la bellezza dell'universo?

Forse perché non lo hanno mai visto, o guardato!

Oggi non si ferma più nessuno per certe cose: si va troppo di fretta!

La maggior parte degli esseri umani non vede le meraviglie della natura perché è interessata ad altro, non vede la bellezza morale dei propri simili: si limita a concupire avidamente la loro bellezza fisica.

Proprio come l'industriale non vede, in un bosco, che la possibile ricchezza fornita dal legname; o il tecnico, davanti all'argenteo disco lunare, non pensa che al modo di costruire una nave spaziale più efficiente e più veloce per raggiungerla.

E la ragione di questa incapacità di vedere realmente le cose per quello che sono in sé stesse non è la fretta o la superficialità o il rozzo utilitarismo, poiché ciascuno di questi atteggiamenti è un effetto e non la causa.

La causa ultima della cecità davanti allo spettacolo dell'anima delle cose è la delusione da cui siamo intossicati: questo ci ha resi amareggiati e brontoloni fino all'inverosimile.

Da bambini, quando non eravamo ancora intossicati, sapevamo vedere l'anima delle cose e coglievamo tutti questi lampi di bellezza profusa nel mondo, dallo stormire della fronda allo scintillio delle migliaia di stelle nel cielo notturno.

Ma poi siamo diventati adulti: il che, per la maggior parte degli uomini e delle donne, vuol dire rimanere delusi dalla realtà.

Al tempo stesso, essi credono che il segno della propria maturazione consista nel dissimulare accuratamente la propria delusione, al punto da non vederla più essi stessi e pensando che in tal modo essa sparisca quasi per incanto!

La maggior parte degli adulti vivono disperati, ma occultano la propria disperazione: così facendo aggravano il male e si precludono ogni possibilità di liberazione.

Nascondono la testa sotto la sabbia e pensano che, così facendo, ogni pericolo se ne andrà per conto suo: questo è il reale motivo della deriva deleteria nell'esistenza odierna.

L'amarezza che li ha resi dei disperati non è fatta/causata di una singola delusione, per quanto grande e amara essa sia stata, anche se accade che essi vi si fissino sopra in modo da aver sempre a portata di mano l'oggetto del proprio rancore: è come se volessero gridare al mondo...

«avete visto tutti? Ecco ciò che mi ha impedito di diventare un grande uomo o una grande donna!».

E chiamano in causa la decisione dei genitori di far loro interrompere gli studi, favorendo un fratello o una sorella; o il matrimonio precoce con la persona sbagliata, che ha tarpato loro le ali; o la nascita indesiderata di un figlio, che li ha costretti a sgobbare per mantenere la famiglia e a riporre per sempre i loro sogni nel cassetto; e così via.

Tuttavia, la verità è che, di norma, non si tratta di una singola delusione, ma di una somma d'infinito delusioni, medie e piccole e, per così dire, quasi quotidiane; delusioni che subentrano al trauma di veder scemare in sé - e, di riflesso, fuori di sé -, l'incanto del mondo.

Per il bambino, il mondo è un luogo incantato; per l'adulto, è un luogo profano, arido e banale: il luogo della perenne disillusione.

E non si tratta, si badi, di una delusione dovuta al fatto che le aspettative o le speranze erano troppo grandi; ma di una delusione dovuta al fatto che non erano basate sulla realtà.

Il disperato, colui che ha perso l'incanto del mondo e si è lasciato sopraffare dalla delusione, diviene un ossesso e cova in sé, alimentandoli segretamente, un rancore e una collera tremendi. Può non esserne egli stesso consapevole, ma è così: e può accadere che quel rancore e quella collera esplodano all'improvviso, nelle circostanze più banali, magari per un incidente di poco o nessun conto, per una parola di troppo, per uno sguardo ironico.

Allora il deluso, il frustrato, il disperato, si erge di colpo come un demone della vendetta e scaglia sul primo che passa i fulmini di una rabbia violenta lungamente coltivata e repressa.

Le cronache dei giornali e della televisione sono pieni di questi sfoghi di rabbia improvvisa che degenerano in violenza cieca, incontrollata: un raptus incontrollato, si dice quasi a volerlo discolorare.

E, poi, si sprecano le parole di rito da parte dei conoscenti e dei vicini:

«Chi mai avrebbe potuto immaginarlo! Sembrava una persona così a modo e tranquilla...».

Ed ecco che il cittadino tranquillo e obbediente alle leggi, di colpo, scopre in sé una furia omicida e la sfoga sulla prima vittima designata oppure trovata al momento sbagliato sulla sua strada.

Si suol dire che bisogna imparare a convivere con le delusioni, ma questa è proprio la cosa da non fare, nel modo più assoluto: tanto varrebbe dire che bisogna imparare a convivere con un

cadavere in putrefazione che qualcuno ci ha legato sulla schiena e che noi ci portiamo dietro ovunque andiamo.

No! Non si deve convivere con le delusioni: si devono trovare delle soluzioni.

Le delusioni vanno espulse per evitare che ci intossichino.

Dobbiamo far tesoro delle cause che hanno prodotto la nostra delusione, ma non dobbiamo assolutamente tesaurizzare la delusione in sè stessa.

Non c'è niente di buono in un cadavere martoriato, che valga la pena di essere tesaurizzato: meglio seppellirlo sotto un metro di terra e imparare a guardare avanti.

Soprattutto, è necessario scongiurare il pericolo che la somma di tante piccole delusioni si trasformi in noi nella delusione della vita: una sorta di pacco ingombrante e pesante che ci schiaccerà.

La vita è sempre affascinante e misteriosa se noi conserviamo in essa la fede che avevamo da bambini: c'è bisogno che noi portiamo nel mondo non la nostra delusione, la nostra amarezza ed il nostro rancore, pronti ad esplodere in cieca violenza magari anche contro noi stessi, bensì la nostra freschezza, il nostro entusiasmo e la nostra capacità di scorgere lo splendore del mondo.

Se imparassimo a conoscerci con onestà, a perdonarci senza vigliaccheria e a volerci bene senza eccessive indulgenze, potremmo partecipare anche noi al dono di tutta quella bellezza in cui siamo immersi, e che - tanto spesso - non riusciamo neppure a vedere.

Aristotele disse che le cose non si auto generano, ma vengono generate sempre a causa di qualcosa e per qualcosa: tutte quante sono generate ad opera di qualcosa, derivano da qualcosa e divengono un qualcosa.

La chiave per comprendere il fenomeno della delusione esistenziale consiste nel mettere a fuoco quale sia la natura dell'uomo: da che cosa egli sia generato, da che cosa derivi e, soprattutto, che cosa divenga.

Se egli è generato dall'Amore e se la sua esistenza deriva da Dio, allora è anche chiaro che cosa dovrà divenire: una creatura armoniosa e appagata, che sa quale sia il proprio posto nel mondo e che aspira, al tempo stesso, a quella patria originaria di cui il mondo non è che un pallido riflesso.

Quando qualcuno che vi è caro vi ferisce, voi potete covare rabbia, risentimento e pensieri di vendetta oppure abbracciare il perdono e andare avanti.

Quasi ognuno di noi è stato ferito dalle azioni o parole di qualcun altro.

Vostra madre ha criticato le vostre capacità di nuovo genitore, un vostro amico ha spettegolato su di voi, Il vostro partner ha una storiella, ecc.

Queste ferite possono lasciare in voi sentimenti duraturi di rabbia, amarezza e persino vendetta. Ma se voi non praticate il perdono, voi potreste essere i soli a pagare amaramente.

Abbracciando il perdono, voi abbracciate la pace, la speranza la gratitudine e la gioia.

Sì, ma come perdonare? Cos'è il perdono?

Il perdono è il “dono per”, dono per amore: ti amo, dunque te ne faccio dono!

Siccome ti Amo, ti faccio dono della remissione.

In generale, il perdono è la decisione di gettare via il risentimento e i pensieri di vendetta. Perdonare qualcuno significa che voi state dimenticando o condonando quello che è successo? Assolutamente no: perdonare non è lo stesso che dimenticare quello che vi è successo: anche perché i torti subiti non si dimenticano!

L'atto che vi ha ferito o offeso può rimanere per sempre una parte della vostra vita (e resta in ogni modo e/o misura), ma perdonare può allentare la presa su di voi e aiutarvi a focalizzare le parti positive della vostra vita.

Perdonare non significa nemmeno che voi negate la responsabilità dell'altro nell'avervi offeso.

E non minimizza e giustifica l'errore: si può dire che perdonate la persona senza giustificarla.

Quali sono i benefici di perdonare qualcuno?

I ricercatori si sono interessati nello studiare gli effetti di avere attitudine a non perdonare e a perdonare: la prova si basa sul fatto che mantenere rancori e amarezza ci restano addosso in problemi di salute a lungo termine. Il perdono, d'altro canto, offre numerosi benefici, inclusi:

- ✚ pressione sanguigna più bassa
- ✚ riduzione dello stress
- ✚ meno ostilità
- ✚ capacità di gestire meglio la rabbia
- ✚ più basso ritmo cardiaco
- ✚ più basso rischio di abuso di droghe e alcol
- ✚ minori sintomi di depressione
- ✚ minori sintomi di ansietà
- ✚ riduzioni di dolori cronici
- ✚ più amicizie
- ✚ relazioni più sane
- ✚ maggiore benessere religioso e spirituale
- ✚ migliorato benessere fisiologico

Perché noi tratteniamo rancori e diventiamo risentiti, perchè non perdoniamo?

Le persone ci feriscono di più sono proprio quelle vicino a noi (i più vicini): il nostro partner, amici, fratelli e genitori, figli.

Quando siamo feriti da qualcuno che amiamo o in cui confidiamo – sia che si tratti di una bugia, un tradimento, un rifiuto un abuso o un insulto – può essere estremamente difficile da superare.

Anche la minima offesa può portare a grandi conflitti, a seconda dei casi.

Quando voi patite un'offesa dalle azioni o dalle parole di qualcuno, sia che sia intenzionale o no, voi potreste cominciare a percepire sentimenti negativi come rabbia, confusione o tristezza, specialmente quando è qualcuno vicino a voi.

Questi sentimenti possono essere ridotti sin dal loro sorgere, ma se voi non li affrontate subito, essi possono diventare più grandi e più potenti.

Essi possono pure cominciare a prevaricare sui sentimenti positivi: rancore nutrito da risentimento, vendetta e ostilità prendono piede quando vi soffermate su eventi o situazioni penose, che si ripresentano nella vostra mente molte volte e che, se perdurano, possono distruggere ogni cosa di buono in voi.

Potreste ritrovarvi ingoiati dalla vostra stessa amarezza.

Potreste sentirvi intrappolati e potreste non vedere la via d'uscita: a quel punto è molto duro lasciar andare i rancori, potreste rimanere pieni di risentimento e incapaci di perdonare fino ad esserne avvelenati sino alla morte!

Quando tratteniamo dolori, vecchi rancori, amarezza e persino odio, molte aree della nostra vita possono risentirne: se non perdoniamo siamo noi stessi a pagarne il prezzo all'infinito.

Potremmo arrivare a portare la nostra amarezza e la rabbia in ogni relazione, in ogni nuova esperienza: le nostre vite possono essere così avviluppate dal male da impedirci di gioire.

Altri segni che possano invogliare a perdonare sono:

- ✚ soffermarsi sugli eventi che circondano l'offesa
- ✚ sentire da altri che voi fate la vittima o che sguazzate nell'autocommiserazione
- ✚ essere evitato da famiglia e amici perché non gradiscono la vostra compagnia
- ✚ avere scoppi di rabbia alla più piccola mancanza di rispetto
- ✚ sentirsi spesso incompreso
- ✚ bere eccessivamente, fumare o usare droghe per provare a tenere a bada il dolore
- ✚ avere sintomi di depressione o ansietà
- ✚ essere consumati da desideri di vendetta o punizione
- ✚ pensare automaticamente il peggio di persone o situazioni
- ✚ rimpiangere la perdita di una preziosa relazione
- ✚ sentire che la vostra vita non ha senso
- ✚ sentirsi in conflitto con i vostri credo religiosi o spirituali

Il perdono è l'impegno per un processo di cambiamento: esso può essere difficile e può prendere tempo, ognuno si muove verso il perdono in modo differente.

Un passo è riconoscere il valore del perdono e l'importanza nelle nostre vite ad un dato tempo, e un altro è di riflettere sui fatti della situazione, come abbiamo reagito e come questa combinazione ha condizionato le nostre vite, la nostra salute e il nostro benessere.

Perdonare significa anche che noi cambiamo vecchi schemi di credo e azione che sono pilotati dalla nostra amarezza: come noi lasciamo andare rancori, noi non delimitiamo più le nostre vite da come siamo stati feriti e potremmo persino trovare compassione e comprensione.

Perdonare può essere una gran bella sfida: può essere particolarmente difficile perdonare qualcuno che non ammette il torto o che non accenna ad un minimo pentimento.

Tenete in mente che il primo beneficiario del perdono siete voi stessi.

Se vi sentite bloccati, può essere utile prendere del tempo, parlare con una persona che voi considerate saggia e compassionevole, come una guida spirituale, un assistente sociale o un imparziale membro della famiglia, o un amico.

Può anche essere utile riflettere sulle volte che voi avete ferito altri e su quelli che hanno perdonato voi: se voi ricordate come vi siete sentiti, può aiutarvi per capire la posizione della persona che vi ha ferito.

Ovviamente è utile pregare, usare meditazioni guidate: in ogni caso, se l'intenzione di perdonare è presente, il perdono verrà.

Il perdono garantisce la riconciliazione?

Non sempre!

In alcuni casi la riconciliazione può essere impossibile perché chi ha offeso è morto.

In altri casi, la riconciliazione può non essere appropriata per diversi fattori che vanno dalla pericolosità del soggetto perdonato ad altro (ad esempio, se voi se voi siete stati attaccati o assaltati fisicamente, o con stalking).

Ma anche in quei casi, il perdono è ancora possibile, persino se non lo è la riconciliazione.

D'altro canto, se l'evento penoso ha coinvolto un membro della famiglia o un amico prezioso, il perdono può portare alla riconciliazione: questo può non accadere subito, dato che entrambi potreste aver bisogno di tempo per ristabilire la fiducia, ma alla fine la vostra relazione potrebbe tornare ricca e soddisfacente.

Che succede se io devo interagire con la persona che mi ha ferito, ma io non voglio?

Queste situazioni sono difficili.

Se la ferita coinvolge un membro della famiglia, potrebbe essere non sempre possibile evitarlo completamente: potreste essere invitato alla stessa riunioni di famiglia, per esempio.

Se avete raggiunto lo stato di perdono (realizzato nel cuore), potrete essere capaci di gioire in queste riunioni senza coltivare le vecchie ferite.

Se voi non avete raggiunto il perdono, queste riunioni possono essere stressanti per ognuno, in particolare se altri membri della famiglia hanno preso delle parti nel conflitto (se hanno parteggiato).

Come gestire una tale probabile situazione?

Primo, ricordate che voi avete la scelta se frequentare o meno raduni familiari: rispettate voi stessi e optate per la soluzione migliore.

Se scegliete di andare, non siate sorpresi di provare imbarazzo e persino sentimenti più intensi. È importante tenere a bada questi sentimenti: voi non vorrete certo che essi vi inducano ad essere ingiusti o scortesivi in ricordo di ciò che vi è stato fatto.

Se andate, evitate di bere alcol come espediente per intorpidire i vostri sentimenti o sentirvi meglio – è probabile che vi si ritorca contro. E tenete cuore e mente aperti, svegli e lucidi.

Le persone –in genere- non cambiano, ma forse la persona che vi ha offeso vorrà scusarsi o rimediare.

Come faccio a sapere quando ho veramente perdonato qualcuno?

Il perdono può risultare in parole dette con sincerità come “ti perdono” o abbracci...

Ma più che questo, il perdono porta ad un tipo di **pace** che vi aiuta ad andare avanti con la vita. L'offesa non è più al centro dei vostri pensieri o sentimenti: **la vostra ostilità, il risentimento e l'infelicità hanno fatto strada a compassione, gentilezza e pace.**

Inoltre ricordate che il perdono non è una cosa che avviene di botto: esso comincia con la decisione, ma poiché la memoria o un altro set di azioni o parole possono provocare vecchi sentimenti, avrete bisogno di ricorrere al perdono più volte.

E se la persona che sto perdonando non cambia?

Far sì che l'altra persona cambi comportamento non è il punto del perdono: noi dobbiamo perdonare per Amore, a prescindere e nonostante!

Infatti, non è affatto detto che il persecutore cambi atteggiamento o si scusi per l'offesa.

Pensate al perdono piuttosto come un modo per cambiare la vostra vita – portando a voi stessi più pace, felicità e benessere morale, soprattutto spirituale.

Il perdono sottrae all'altra persona il potere di continuare a influenzare la vostra via. Attraverso il perdono, voi scegliete di non considerare più voi stessi una vittima. La vittima soffre sempre e spesso si ammala di vittimismo!

Il perdono è prima di tutto fatto per voi stessi e meno per la persona che vi ha fatto del male.

E se invece sono io ad aver bisogno di perdono?

Sarebbe bene spendere del tempo per pensare all'offesa che avete commesso e provare a capire l'effetto che ha avuto su altri. A meno che ciò non provochi più danno e sofferenza, considerate di confessare a coloro che avete ferito il male che avete fatto, parlando del vostro sincero pentimento e chiedendo perdono – senza cercare scuse e/o attenuanti.

La Bibbia ci insegna come fare per riconciliarsi e ristabilire la comunione: il ravvedimento!

E, come ho detto tante volte e in tante occasioni, il ravvedimento consta di 4 punti imprescindibili:

- 1. Ho capito il male fatto: ho peccato**
- 2. Mi dispiace per il male fatto: sono pentito e ne provo dolore**
- 3. Confesso il male fatto: chiedo umilmente perdono, “per favore, perdonami”**
- 4. Mi impegno a cambiare: “non lo faccio più”**

Inoltre, tenete a mente che non potete forzare qualcuno a perdonarvi: essi avranno bisogno del loro tempo per perdonare e può darsi che non lo facciano mai, ma voi avete fatto la vostra parte e sarete comunque a posto!

In ogni caso, noi dovremmo impegnarci a perdonare noi stessi.

Mantenere risentimento verso sé stessi può essere deleterio nello stesso modo come mantenere risentimento verso qualcun altro: rendetevi conto che un comportamento mediocre o degli sbagli non fanno di voi un essere cattivo o inutile.

Accettate il fatto che voi – come chiunque altro – non siete perfetti.

Accettate voi stessi a dispetto dei vostri sbagli. Ammettete i vostri errori.

Cercate di trattare gli altri con compassione, empatia e rispetto.

Il perdono di voi stessi o di altri, sebbene non facile (è la cosa più difficile!), può trasformare la vostra vita: invece di indulgiare nel senso di ingiustizia e vendetta, invece di sentirsi arrabbiati o amareggiati, voi potete volgervi verso una vita di pace, compassione, gentilezza e gioia: infatti, l'amarezza rende aspri.

Prima della venuta di Gesù, il concetto del perdono non era diffuso (ad esempio, l'Islam non lo considera): all'epoca vigeva la legge del taglione, “occhio per occhio, dente per dente”.

Se leggiamo i Vangeli, i discorsi di Gesù sono principalmente incentrati sul perdono: lo descrive come la chiave che apre la porta del regno dei cieli.

Gesù ci ha mostrato che è possibile persino perdonare coloro che ci “crocifiggono”.

Ma perché è così importante? Perché Gesù ne ha fatto una questione di principio?

Entrare per “la porta stretta” indica soprattutto quello che per l'umanità è tanto difficile: il perdono! Come ho detto, etimologicamente “perdono” significa “dono per eccellenza”.

Già questa spiegazione ci fa capire che il perdono non è una piccola cosa...

Solo nel Nuovo Testamento, il termine è usato 142 volte di cui 47 solo in Matteo, 34 in Marco e Luca, e 14 in Giovanni.

La parola greca che vi corrisponde vuol dire “lasciar andare”, rinunciare, ma anche condonare e cancellare. La voce connessa –àphesis- è un sostantivo che può indicare liberazione dei prigionieri e degli schiavi. E questa è davvero una cosa importante perché è quello che Gesù ha fatto con noi che eravamo prigionieri e schiavi a motivo del peccato.

Gesù ha fatto con noi quello che fece con Lazzaro: Giov 11.4-44

- ✚ Lo risuscitò (ci risuscitò) nonostante “puzzasse già perché era il 4° giorno della sua morte)**
- ✚ Comandò di scioglierlo (liberarlo dai legami/bende del sepolcro): ci ha liberati dai legami della morte**
- ✚ Comandò di lasciarlo andare (di lasciarci andare)**

Come ho detto, nella maggioranza dei casi il N.T. usa questo termine nel suo significato originario di lasciare, lasciar andare, mettere in libertà, mandare via, abbandonare, lasciare dietro a sé, rinunciare.

Questo dà esattamente l'idea di ciò che avviene nell'animo di chi non riesce a perdonare: **tiene dentro ciò che lo blocca nella tomba della rabbia.**

Infatti, il risentimento nella persona offesa continua a creare un profondo stato di disagio che è il risultato del conflitto tra la coscienza, che vorrebbe essere liberata da questo peso, ed il senso dell'amor proprio che impedisce di compiere il primo passo verso la riconciliazione.

L'INGREDIENTE SEGRETO

Qual è "quell'ingrediente" che mi permette di perdonare? -Innanzitutto il perdono di Dio!

Questo perdono bisogna prima di tutto riceverlo dal Signore.

"Il perdono umano avviene come conseguenza del perdono di Dio": del resto, il perdono è conseguenza/segno dell'amore.

Se il perdono di Dio *"non è solo il condono del debito, ma è liberazione dal potere del peccato e riassunzione nella comunione con Dio"* (PC), anche il nostro perdono tenderà ad essere simile al Suo!

Se non abbiamo mai gustato l'Amore ed il perdono di Dio sarà molto più difficile darlo.

In 1Giovanni 1:7-9 si legge che non dobbiamo camminare nel buio dell'ignoranza, né peccare come stile di vita: se crediamo in Gesù e ci ravvediamo, il Suo sangue ci purifica da ogni peccato. Nessuno può dire di non averne bisogno, altrimenti inganna sé stesso perché tutti gli uomini peccano: allo stesso tempo, è bugiardo chi dice di avere comunione con Dio e continua a vivere nel peccato.

Solamente se confessiamo i nostri peccati e li abbandoniamo, otteniamo il perdono e la purificazione che ristabiliscono la nostra relazione con Dio.

Dunque, è importante nascere di nuovo (prioritario), ma è altresì necessario vivere, dopo la Conversione, una comunione quotidiana col Signore (relazione verticale): vivere vicino a Gesù giorno per giorno renderà tutto molto più facile, anche riuscire a perdonare.

Dando uno sguardo al nostro cerchio delle emozioni non troveremo l'amarrezza, ma alcune emozioni che possiamo considerare molto vicine ad essa e di cui è conseguenza imprescindibile: l'aspettativa e la delusione.

L'amarrezza è la risultante di un processo che, partendo da un'aspettativa – ossia da un sentimento di attesa verso un risultato da noi già prefissato – arriva ad un esito negativo deludente, generando una sensazione di delusione permanente che lascia il cosiddetto "amaro in bocca".

Mi vorrei soffermare su questi due primi passaggi perché determinano il grado e l'intensità dell'amarrezza che conserviamo dentro di noi, stato che condiziona il nostro atteggiamento verso il mondo rendendoci sfiduciati e pessimisti, acidi, abulici, apatici e malinconici.

Conoscete l'aneddoto dell'uomo a cui serviva un martello? Più o meno diceva così:

Un uomo doveva appendere un quadro e non trovava il suo martello.

Decise di andare a chiederlo al suo vicino di casa.

Iniziò, però, a pensare che il vicino potrebbe scocciarsi, rispondergli male e offenderlo per averlo disturbato, arrabbiarsi tanto da arrivare persino a dargli un pugno.

Il signore si convince così tanto della immaginata scortesia del suo vicino che, pieno di offesa e di rabbia, bussò al vicino e appena questi aprì la porta, gli sferrò un pugno dicendogli "Il tuo maledetto martello te lo puoi anche tenere!"

L'aver sperimentato una serie di esperienze negative porta a vivere con sfiducia e diffidenza le relazioni, ci si aspetta la delusione e abbiamo visto come ciò ci predispone in modo difensivo verso le relazioni.

Si può instaurare un senso generalizzato quasi costante di amarrezza che dà un colore di tristezza al tono di fondo personale: la mia chiusura sulla difensiva anziché darmi sicurezza, mi lascia solo e triste.

Dall'amarrezza, quale emozione transitoria legata ad una delusione, si può scivolare in uno stato più pesante e continuo che può sfociare in una sindrome, in una vera sintomatologia psichica.

BIBBIA E AMAREZZA

"Sia rimossa da voi ogni amarezza" Efesini 4:31

Biblicamente l'amarezza è un "dolore, tristezza mista a un sentimento di contrarietà e talora a lieve rancore" (Lessico Treccani) e non è facile combatterla.

L'amarezza segue un'aspettativa delusa a cui sembra impossibile porre rimedio.

Una strada a metà tra l'abbandono di un progetto a cui si teneva e qualcosa in fondo al cuore che non può cedere alla rassegnazione, e ci strazia nella sua agonia.

Nell'amarezza di un sentimento l'uomo può cadere nell'angoscia dello spirito, nel lamento dell'anima e nella nausea verso la vita (Giob. 7:11; 10:1).

Ma la tristezza può anche essere versata presso Dio e diventare preghiera, come fece Anna perché non aveva figli: *"Nell'amarezza della sua anima pregava l'Eterno piangendo dirottamente."* (1 Sam. 1:10): l'Eterno ascoltò le sue preghiere e diede alla luce il profeta Samuele.

La strada della Fede passa anche attraverso l'amarezza di piccole e grandi delusioni, per esempio quando i fratelli non ti capiscono e ti vengono contro ingiustamente, oppure quando vedi i figli che seguono una strada sbagliata, oppure quando ti sembra che l'empietà dei prepotenti trionfi.

Allora ti viene la tentazione di lasciar perdere tutto e di dire *"Signore basta portami via!"*.

Anche Elia forse pensò così (1Re 19:4) quando dopo aver fatto tanto e mostrato la straordinaria potenza dell'Eterno, vide che la perfida regina Jezebel non solo non si era pentita, ma andava da lui per ucciderlo.

Ma Dio assieme alla potenza distruttrice per gli empì ha in Sé una dolcezza meravigliosa verso i Suoi figli: è con la dolcezza che Elia viene ripreso e sospinto di nuovo verso il suo dovere, la missione profetica verso cui era destinato.

Ciascuno di noi ha una vocazione nella vita: dall'essere padre o madre all'essere un servitore di Dio: tale vocazione che diventa missione, può venire meno di fronte alle difficoltà e di fronte ad apparenti delusioni. In tali casi potremmo avvertire la nostra amarezza.

Tutto potrebbe sembrarci inutile, ma la dolce Parola del Signore è molto ferma e chiara nel richiamarci:

- *Io dunque, il prigioniero del Signore, vi esorto a comportarvi in modo degno della vocazione che vi è stata rivolta, con ogni umiltà e mansuetudine, con pazienza, sopportandovi gli uni gli altri con amore, sforzandovi di conservare l'unità dello Spirito con il vincolo della pace. (Efesini 4:1-3)*
- *Sia rimossa da voi ogni amarezza, ira, cruccio, tumulto e maldicenza con ogni malizia. (Efesini 4:31)*

Il Signore Gesù è stato anche "uomo di dolore" e sa perfettamente quello che talvolta proviamo, per questo non ci lascerà soli; con lo Spirito Santo ci ricorderà le Sue parole di vita.

Disprezzato e abbandonato dagli uomini, uomo di dolore, familiare con la sofferenza, pari a colui davanti al quale ciascuno si nasconde la faccia, era spregiato, e noi non ne facemmo stima alcuna. (Isaia 53:3)

Malgrado il trionfalismo dilagante nelle teologie moderne, che prende sempre più piede nei convegni, i Cristiani continuano a soffrire e spesso a lasciare le comunità in cui erano "nati di nuovo" ed avevano aperto il cuore/la mente alla visione di prospettive più che ottimistiche sul loro futuro terreno come Figlioli di Dio.

Mi pare chiaro che sia stato predicato spesso un Vangelo "roseo" e non reale: questo ha determinato aspettative false e, dunque, delusioni e amarezze!

"Noi siamo tribolati in ogni maniera, ma non ridotti all'estremo; perplessi, ma non disperati; perseguitati, ma non abbandonati; atterrati, ma non uccisi" (2 Corinzi 4:8-9).

- ❖ Il grande apostolo Paolo in un certo momento della sua esistenza si è sentito incerto, insicuro nei confronti di Dio: non era facile neanche per lui capire perché il Signore permettesse certe situazioni nella sua vita (2Corinzi 11:22-29), perché non rispondesse alle sue preghiere (2Corinzi 12:8), perché lasciasse il male trionfare, perché non manifestasse tutta quella pietà e misericordia nei confronti dell'uomo.
- ❖ Anche Gesù, perfetto Dio e perfetto uomo, di fronte alla croce si sente "oppresso da tristezza mortale" e chiede al Padre di liberarlo da quella morte terribile:
"Abbà, Padre! Ogni cosa ti è possibile; allontana da me questo calice!" (Marco 14:36).

Nell'uomo Gesù c'è il rifiuto per quello che dovrà accadergli di lì a poco; in Lui si è scatenato un conflitto talmente forte tra il desiderio di servire Dio e l'inaccettabilità umana del Suo piano, da portarlo a sudare come gocce di sangue.

Sulla croce poi griderà: *"Padre, perché mi hai abbandonato?"*

Cioè, Padre perché hai permesso questa sofferenza nella mia vita? Perché non mi hai protetto? Perché hai permesso al maligno di arrivare fino a tanto? Perché sei rimasto a guardare, seduto sul Tuo trono di Sovrano assoluto su tutte le creature dell'universo, senza muovere un dito? Perché non hai avuto compassione della mia condizione?

Nella tempesta siamo spesso perplessi.

La Bibbia non ci nasconde queste realtà, non ci mostra un Gesù che canta inni di lode nel momento della Sua massima sofferenza, o che dice come Giobbe:

"Ho accettato il bene dalla mano di Dio, e rifiuterò di accettare il male?" (Giobbe 2:10), manifestando così una Fede spettacolare, inamovibile, inattaccabile e a prova di qualsiasi tribolazione.

La Bibbia ci presenta un Gesù "Dio e anche Uomo", che dice parole che avremmo detto anche noi, un Gesù che si interroga, che percepisce un Dio assente e insensibile di fronte a quanto sta subendo in quell'istante fatale: un Gesù talmente simile a noi da poterci identificare in Lui e da sentirlo più che mai vicino, percependolo come uno di noi.

E se Gesù ha avuto la libertà di esprimere ciò che opprimeva il Suo cuore in quei momenti terribili, non potremmo farlo anche noi?

Perché dovremmo confinare tutto nell'inconscio e tappare con un pesante coperchio i nostri sentimenti e i nostri disagi?

Perché dovremmo fingere o metterci una maschera di spiritualità per ostentare quello che non siamo in quel momento?

Perché non potremmo essere noi stessi?

Perché non potremmo gridare a Dio la nostra amarezza e delusione?

Davide, l'uomo che il Signore si era cercato secondo il Suo cuore (1Samuele 13:14), che era stato scelto per rappresentare nel migliore dei modi Dio nell'esercizio del Suo potere nei confronti del Suo popolo e che era al centro del proponimento dell'Eterno, ha espresso in diversi suoi salmi l'amarezza della sua anima e la profonda delusione per l'atteggiamento di Dio che –in quei momenti- gli sembrava insensibile e indifferente!

Passiamo in rassegna alcuni dei suoi salmi:

- *"Fino a quando, o Signore, mi dimenticherai? Sarà forse per sempre? Fino a quando mi nasconderai il tuo volto? Fino a quando avrò l'ansia nell'anima e l'affanno nel cuore tutto il giorno? Fino a quando s'innalzerà il nemico su di me? Guarda, rispondimi, o Signore, mio Dio!" (Salmo 13:1-3).*
- *"Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato? Te ne stai lontano, senza soccorrermi, senza dare ascolto alle parole del mio gemito! Dio mio, io grido di giorno, ma tu non rispondi, e anche di notte, senza interruzione" (Salmo 22:1-2).*
- *"Porgi l'orecchio alla mia preghiera, o Dio, non essere insensibile alla mia supplica. Dammi ascolto, e rispondimi; mi lamento senza posa e gemo, per la voce del nemico, per l'oppressione dell'empio; poiché riversano iniquità su di me e mi perseguitano con furore...Paura e tremito m'invadono, e sono preso dal panico; e io dico: Oh, avessi ali come di colomba, per volar via e trovare riposo! Ecco, fuggirei lontano, andrei ad abitare nel deserto; m'affrettarei a ripararmi dal vento impetuoso e dalla tempesta... La sera, la mattina e a mezzogiorno mi lamenterò e gernerò, ed egli udrà la mia voce" (Sal 55:1-3,5-8,17).*
- *"Salvami, o Dio, perché le acque mi sono penetrate fino all'anima. Sprofondo in un pantano senza trovar sostegno; sono scivolato in acque profonde, e la corrente mi travolge. Sono stanco di gridare, la mia gola è riarsa; i miei occhi si spengono nell'attesa del mio Dio" (Salmo 69:1-3).*

Altri salmi, scritti dai figlioli di Core, esprimono gli stessi concetti:

- *"L'anima mia è assetata di Dio, del Dio vivente; quando verrò e comparirò in presenza di Dio? Le mie lacrime sono diventate il mio cibo giorno e notte, mentre mi dicono continuamente: Dov'è il tuo Dio? ... Dirò a Dio, mio difensore: Perché mi hai dimenticato?"*

Perché devo andare vestito a lutto per l'oppressione del nemico? Le mie ossa sono trafitte dagli insulti dei miei nemici che mi dicono continuamente: Dov'è il tuo Dio? Perché ti abbatti anima mia? Perché ti agiti in me?" (Salmo 42:2-3,9-11).

- *"In Dio ci glorieremo ogni giorno, e celebreremo il tuo nome in eterno. Ma ora ci hai respinti e coperti di vergogna e non marci più alla testa dei nostri eserciti...Ci hai svenduti come pecore destinate al macello, ci hai dispersi tra le nazioni. Tu vendi il tuo popolo per pochi soldi...Ci hai esposti al disprezzo dei nostri vicini, alle beffe e allo scherno di chi ci sta intorno...Tutto questo ci è avvenuto, eppure non ti abbiamo dimenticato e non siamo stati infedeli al tuo patto. Il nostro cuore non si è rivolto indietro, i nostri passi non si sono sviati dalla tua via, ma tu ci hai frantumati cacciandoci in dimore da sciacalli, e hai steso su di noi l'ombra della morte...Per causa tua siamo ogni giorno messi a morte, considerati come pecore da macello. Risvegliati! Perché dormi, Signore? Destati, non respingerci per sempre! Perché nascondi il tuo volto e ignori la nostra afflizione e la nostra oppressione?" (Salmo 44:8-9,11-13,17-19,22-24).*
- *Perché, Signore, respingi l'anima mia? Perché mi nascondi il tuo volto? Io sono afflitto e agonizzante fin dalla mia gioventù; io porto il peso dei tuoi terrori e sono smarrito. Il tuo sdegno mi travolge, i tuoi terrori m'annientano...le tenebre sono la mia compagnia" (Salmo 88:1-3,6-9,14-16,18).*

Davide e i figlioli di Core hanno vissuto momenti in cui si sono sentiti dimenticati da Dio e Lo hanno percepito insensibile di fronte alle loro suppliche, non hanno compreso la ragione di questa Sua durezza imprevedibile e impensabile che ha scosso le loro certezze e la loro Fede: in netto contrasto con quanto Lui dice di Sè stesso nelle Sacre Scritture e del tutto sorprendente, considerando il loro atteggiamento di fedeltà e ubbidienza alle leggi divine.

I loro salmi possono essere di consolazione per chi sta vivendo situazioni simili, per chi si sente bersagliato da Dio senza una ragione logica, per chi Lo percepisce quasi come un nemico e non più un Padre amorevole e tenero come aveva sperimentato nel passato, per chi non riceve risposta alle sue suppliche e alle sue lacrime e si trova ad affrontare la realtà impensabile di un Dio che appare insensibile, duro e lontano, privo di una pur semplice parvenza di misericordia e quasi spietato.

Ma questa consolazione, che deriva dal non sentirsi delle bestie rare per quanto ci sta succedendo e dalla vittoria che comunque Davide e i figlioli di Core hanno sperimentato alla fine delle loro tribolazioni, è resa possibile solo perché questi personaggi hanno avuto la libertà di esprimere la realtà del loro cuore, senza paura e senza ipocrisia.

Perché noi dovremmo mascherarci da "super-spirituali" per negare l'amarezza e la delusione presenti in noi?

Perché dovremmo temere di vedere certi sentimenti creatisi in noi in seguito a situazioni drammatiche o, comunque, pesanti da sopportare?

Perché dovremmo farci vedere sempre sorridenti e incrollabili nella fede in Dio, malgrado le vicissitudini che stiamo affrontando?

Perché non potremmo esprimere la nostra difficoltà nel vedere l'Amore del Signore per noi, di cui tanto abbiamo bisogno, nelle circostanze dolorose che Lui sta permettendo nella nostra vita?

La Bibbia ci presenta altri casi analoghi:

- *"Allora Giobbe aprì la bocca e maledisse il giorno della sua nascita. E cominciò a parlare così: Perisca il giorno che io nacqui e la notte in cui si disse: E' stato concepito un maschio! Quel giorno si converta in tenebre, non se ne curi Dio dall'alto, né splenda su di esso la luce! ... Perché non morii fin dal seno di mia madre? Perché non spirai appena uscito dal suo grembo? Perché trovai delle ginocchia per ricevermi e delle mammelle da poppare? Ora giacerei tranquillo, dormirei, e avrei così riposo...Perché dare la luce all'infelice e la vita a chi ha l'anima nell'amarezza? ... Perché dar vita a un uomo la cui vita è oscura, e che Dio ha stretto in un cerchio? Io sospiro anche quando prendo il mio cibo, e i miei gemiti si spargono come acqua...Non trovo riposo, né tranquillità, né pace, il tormento è continuo!" (Giobbe 3:1-4,11-13,20,23-24,26).*
- *"Io sono l'uomo (Geremia) che ha visto l'afflizione sotto la verga del suo furore. Egli (il Signore) mi ha condotto, mi ha fatto camminare nelle tenebre e non nella luce. Sì, contro*

di me volge la sua mano tutto il giorno. Egli ha consumato la mia carne e la mia pelle, ha spezzato le mie ossa...Mi ha circondato di un muro, perché non esca; mi ha caricato di pesanti catene. Anche quando grido e chiamo aiuto, egli chiude l'accesso alla mia preghiera...Mi ha squarciato, mi ha reso desolato...Egli mi ha saziato di amarezza...Tu mi hai allontanato dalla pace, io ho dimenticato il benessere. Io ho detto: è sparita la mia fiducia, non ho più speranza nel Signore!” (Lamentazioni 3:1-4,7-8,11,15,17-18).

La Bibbia non ci tiene nascoste le reazioni in netto contrasto con il piano di Dio di questi personaggi che sono delle colonne portanti nella storia del popolo eletto e ce le trasmette perché ne prendiamo coscienza, e perché possiamo considerarle come una realtà possibile nel cammino di ogni singolo Cristiano.

La porta per l'accettazione della volontà di Dio è stretta: può portarci a reagire con violenza e disperazione di fronte a situazioni che la nostra ragione rifiuta,

La nostra natura si rifiuta che le tempeste possano provenire da un Padre amorevole, non volendo affrontare in questo modo la cocente delusione che ne conseguirebbe, e non vuole credere che la sofferenza sia parte integrante della nostra vita in Cristo, un mezzo che Dio utilizza in continuazione per insegnarci le Sue verità.

Giobbe, che disse di aver solo sentito parlare di Dio, ha potuto dire di averlo visto (Giobbe 42:5), cioè conosciuto profondamente, solo dopo essere stato oggetto di prove tremende: la perdita dei figli, delle sue proprietà e della salute fisica.

Tutto questo lo aveva fatto affondare in una cupa depressione, determinata dalla sorpresa di percepire un Dio persecutore e non più protettore, dalla solitudine dovuta all'incomprensione di chi lo circondava e dalla desolante sofferenza fisica torturatrice nella sua continuità, giorno dopo giorno. Questa situazione lo aveva riempito di amarezza e lo sfogo violento che ne è seguito non è altro che la sua logica conseguenza.

Dopo la moglie, ci pensarono gli amici “molesti” a gettarlo ancora di più nello sconforto: erano andati a confortarlo, ma vollero fare soli i maestri e sarebbe stato meglio se non avessero aperto bocca!

La Bibbia, però, non ci presenta un Dio adirato con questi Suoi figlioli perché hanno osato esprimere un rifiuto e altrettanta rabbia per quello che Lui stava permettendo nella loro vita, né una condanna esplicita e inderogabile.

La Bibbia non ci dice la delusione di Dio perché i Suoi figlioli non hanno compreso e apprezzato i Suoi sforzi per renderli partecipi delle ricchezze del Cielo, ma ci vuole dire di non avere paura di fare la stessa cosa, cioè di cadere nelle stesse reazioni, perché sono alquanto normali e del tutto comprensibili in un essere umano sottoposto a disciplina.

Dio non ha abbandonato questi Suoi figli, ma è intervenuto nel momento da Lui ritenuto opportuno per risollevarli e aiutarli a riprendere il cammino e così farà anche con noi, non dubitiamo!

Alcune delle armi più potenti di Satana sono psicologiche: sicuramente la più grande e devastante consiste in un senso di inferiorità, di inadeguatezza, della scarsa stima di sé stessi...

Spesso satana utilizza altri Cristiani come strumenti di abbattimento e di crocifissione persecutoria.

Ci sono 4 modi in cui satana usa quest'arma:

1. La poca stima di te stesso **paralizza il tuo potenziale.**

Quando si ha un complesso di inferiorità la vita diventa senza entusiasmo, i doni o i talenti che Dio ti mette a disposizione vengono sprecati perché non hai più la forza o l'entusiasmo di utilizzarli; tutte le tue possibilità umane vengono disperse.

Se ricordate la parabola dei talenti, l'uomo con un solo talento era immobilizzato dalla paura e dalla sensazione di inadeguatezza: la paura di fallire fece sì che la sua vita fosse congelata, immobilizzata. Ha fatto quello che fanno tutte le persone con poca stima di sé, cioè niente!

2) La poca stima di te stesso **distrugge i tuoi sogni**

“Dove non c'è visione, la gente muore” (Proverbi 29,18).

Se si ha una visione errata di sé stessi, raffigurandosi inferiori e incapaci, sicuramente ci si autodistrugge; i sogni si frantumano e il grande piano di Dio per la vita non si compirà.

Dio ha sempre avuto dei progetti per ciascuno dei Suoi figli: purtroppo in tali casi noi dimentichiamo chi siamo e che cosa siamo davanti a Dio!

I nostri sogni di una vita felice e abbondante di vittorie, di benedizioni, si frantumano perchè abbiamo permesso a satana di farci credere alle sue menzogne: abbiamo creduto che agli occhi di Dio non abbiamo valore, che siamo destinati alla sconfitta.

Ma che fine hanno fatto i tuoi sogni per il tuo futuro?

Dov'è la visione che Dio ti ha messo davanti?

Sappi che è ancora tutto lì davanti a te, devi solo riprenderti ciò che satana ti ha portato via con le sue macchinazioni!

3) La poca stima di te stesso **rovina i tuoi rapporti con gli altri.**

Pensa in primis al tuo rapporto con Dio: se ti consideri indegno e ti commiseri, penserai che Dio non ti ama e non si prende cura di te.

Questo modo errato di pensare ti induce a dire dentro di te: *“In fondo è colpa Sua se mi ritrovo così, è lui che mi ha fatto così come sono!”*

Quando diventi critico sul “progetto”, inevitabilmente comincerai ad esserlo anche sul “progettista” (Dio) e così il tuo concetto di Dio si contamina: hai una visione distorta di chi Lui sia veramente.

Satana sfrutterà questa relazione compromessa per distruggere anche le relazioni con gli altri; avrai complessi di inferiorità verso chi ti circonda, tenderai a chiuderti in te stesso, cercherai di avere meno contatti possibili col mondo esterno.

Ricorda, sei in grado di dare agli altri solo quando hai una giusta opinione di te stesso: quando ti sottovaluti sei troppo immerso in te stesso e non ti rimane niente da dare agli altri!

Quali sono le persone più difficili da frequentare? Quelle che non ti piacciono!

Siccome non ti piacciono non apprezzano neppure gli altri (a questo si giunge!).

Se hai poca stima di te chiedi agli altri di fare ciò che dovresti fare tu, di farti sentire all'altezza e capace.

Questo comporta richieste gravose al marito/moglie, ai figli agli amici ecc. Diventi sospettoso, ostile, troppo servizievole e appiccicoso.

4) La poca stima di te stesso **compie un sabotaggio verso il tuo operato Cristiano**

Qual è l'ostacolo maggiore che impedisce ai Cristiani di funzionare come parti del corpo di Cristo? -Sottovalutarsi e pensare di non essere mai abbastanza pronti, preparati, adatti, ecc. per lavorare per Dio e con Dio.

Se ci pensate, tutti gli uomini scelti da Dio non erano così perfetti come si può pensare:

✚ Mosè era balbuziente,

✚ Paolo si ritiene un debole e difettoso, ma proprio grazie alle sue debolezze, in Lui si manifesta la potenza di Dio!

Gesù è il grande “Dottore dell'anima” e Lui non è venuto a salvare solo il nostro spirito, che vivrà per sempre in comunione con Lui, ma per redimere “l'intero nostro essere: spirito, corpo e anima!”

Grazie a Dio, noi abbiamo un vero esperto in materia, il più grande “Dottore dell'anima”!

È dunque importante per la nostra salute ottenere la “guarigione del cuore spezzato”!

➤ *Egli sarà chiamato “Consigliere ammirabile” ... Isaia 9:5*

➤ *Il Signore è vicino a coloro che hanno il cuore spezzato. Salmi 34:18*

➤ *Egli guarisce quelli che hanno il cuore spezzato e fascia le loro ferite. Salmi 147:3*

➤ *Lo Spirito del Signore mi ha mandato per guarire quelli che hanno il cuore spezzato. Lc 4:18*

Noi sappiamo che il nostro “spirito” ha già ricevuto la salvezza nel momento in cui abbiamo accolto Gesù nel cuore, e che il nostro “corpo” erediterà la Sua salvezza eterna nel giorno della resurrezione: ma dal momento in cui il nostro spirito si è salvato, fino al giorno in cui saremo risuscitati, è iniziato un processo di guarigione per l'anima che ci renderà capaci di vivere come esseri liberi sulla terra e, infine, nella dimora celeste che il Signore avrà preparato per noi.

Ma come vediamo realmente noi stessi? E gli altri intorno a noi?

Non è sufficiente riconoscere di avere un cuore spezzato, ma dobbiamo invitare Gesù a visitare le parti più intime del nostro cuore, permettendogli di gettare luce nella nostra vita e di operare in noi l'intervento necessario per dare il via al processo di guarigione di cui abbiamo bisogno...

Gesù ha la diagnosi e la terapia personalizzata per ognuno di noi, ma per riceverla bisogna saper ascoltare la Sua voce che parla al cuore.

Quando andrete a destra o quando andrete a sinistra, le tue orecchie udranno dietro a te una parola che dirà: "questa è la via; camminate in essa"! Isaia 30:21

La maggior parte delle volte non è una voce udibile all'orecchio umano, ma piuttosto una voce che ci parla da dentro il cuore.

La Parola di Dio indica come "il sussurro di una brezza leggera" (1Re 19:12) e dà istruzioni precise per ascoltarla: il risanamento dei nostri ricordi si basa sulla realtà-verità dell'Amore eterno di Gesù per ogni uomo, e quindi per ciascuno di noi.

Quando nella preghiera presentiamo a Gesù un ricordo chiedendogli di risanarlo, quello che è più importante è domandargli con semplicità e fiducia di mostrarci "quel" ricordo "completo".

Ciò significa pregare perché Gesù ci aiuti a vedere tutto ciò che è accaduto a proposito di quell'episodio che tormenta la nostra memoria, soprattutto i dettagli, a cui allora non avevamo posto attenzione.

Ci vuole la potenza dello Spirito Santo per guardare questi ricordi in faccia, questi eventi che tanto ci hanno ferito, facendoli emergere dalle profondità del nostro spirito: serve assolutamente la Pienezza dello Spirito Santo.

E' un atto coraggioso di Fede chiedere a Gesù che ce li mostri interamente e senza preclusioni.

Il perdono è la chiave per liberarti dal passato e aiutarti ad andare avanti: il perdono è un balsamo di guarigione!

Se qualcuno ti ha fatto del male facendoti soffrire oltre ogni immaginazione, tu chiedi perdono per loro e anche per la loro guarigione!

Oppure se tu hai fatto del male, hai fatto soffrire qualcuno oltre ogni immaginazione, vai a chiedere perdono.

In tal caso, che decidano di perdonarti o no, non avrà alcuna conseguenza sul tuo destino, perché una volta che ti sei pentito e che hai chiesto perdono, il Padre che è nei cieli ti ha perdonato e non se ne ricorderà più!

La loro decisione di perdonarti sarà un fattore determinante per la loro guarigione e per il loro futuro, ma non per il tuo!

Infatti, dal momento del tuo ravvedimento con conseguente richiesta di perdono o dal momento della tua concessione di perdono, tu sei libero dal passato e puoi incamminarti verso il tuo destino senza alcun timore o condanna!

"Non c'è alcuna condanna per quelli che sono in Cristo Gesù" (Romani 8:1)!

Apro una piccola parentesi che riguarda eventuali conseguenze dei peccati commessi per rispondere ad una domanda che mi è stata rivolta di recente.

Domanda: **"se confesso un peccato, questo viene definitivamente cancellato nel cielo? Oppure ne rimane una traccia che mi sarà comunque "ricordata" quando sarò davanti a Cristo (e davanti a tutti)?"**

Rispondo che non esiste un solo passo nella Bibbia in cui si dica che il male fatto non sarà preso in considerazione in quel giorno: direi il contrario!

Ma non v'è niente di coperto che non abbia ad essere scoperto, né di occulto che non abbia ad esser conosciuto. - Lu 12:2

Mi pare di capire che il peccato viene cancellato nel senso di conseguenze punitive (ma non nel senso di disciplina terrena!), ma nel contempo bisogna ammettere che nel giorno in cui dovrò rendere conto... esso sarà ricordato per l'ultima volta!

A quel ricordo non seguiranno punizioni, ma privazioni e umiliazioni.

- *Se l'opera che uno ha edificata sul fondamento sussiste, ei ne riceverà ricompensa;*
- *se l'opera sua sarà arsa, ei ne avrà il danno; ma egli stesso sarà salvo, però come attraverso il fuoco. 1Co 3: 14-15*
- *secondo la mia viva aspettazione e la mia speranza di non essere svergognato in cosa alcuna; ma che con ogni franchezza, ora come sempre Cristo sarà magnificato nel mio corpo, sia con la vita, sia con la morte. - Fili 1:20*

Chi sarà premiato ne porterà la corona eternamente e gli altri... ne saranno eternamente privati con grande umiliazione!

So che tanti, invece, sostengono che ogni peccato perdonato non sarà mai più ricordato (nemmeno in quel giorno): ma, allora, quali sarebbero “le cose” che potrebbero svergognare?

Gli assertori della cancellazione totale si rifanno a versi simili:

➤ *poiché avrò misericordia delle loro iniquità, e non mi ricorderò più dei loro peccati. - Eb 8:12*

➤ *E non mi ricorderò più de' loro peccati e delle loro iniquità. - Eb 10:17*

Questi due brani riguardano la nuova nascita e insegnano che Dio si salva completamente subito: invece, è diverso il caso di 1Cor 3, dove “il fuoco” non è affatto figura del purgatorio! Personalmente, ritengo che 1Cor 3 e tanti altri versi simili non riguardino la salvezza ma “i premi”: il CR li associa alla salvezza, ma in tal caso saremmo salvati per opere!

E allora, ecco l'estrema unzione e il purgatorio per mondare l'anima prima dell'ingresso in paradiso: ovviamente, tutto eretico!

Devi pregare che ti perdonino per la loro guarigione (perché –comunque- la tua guarigione avverrà a fronte del tuo ravvedimento), così che essi vengano liberati dal passato e possano incamminarsi verso il destino che Dio ha preparato per loro!

Questa è la ragione per cui chiedere perdono: per amor loro, così che abbiano la possibilità di perdonarti e di esser liberati dal risentimento e dall'amarezza.

Quando chiedi a qualcuno di perdonarti, anche se non pensi che fosse tutta colpa tua, e potrebbero essere anche loro responsabili di quello che è successo, stai dando loro l'opportunità di liberarsi dal laccio dell'amarezza e di mettersi nuovamente in cammino, liberi da ogni peso del passato!

È per amor loro che devi farlo, solo perché li ami e desideri renderli liberi: non si tratta di chi ha ragione o di chi ha torto, ma è una semplice questione d'Amore!

Li ami tu ... i tuoi angariatori, oppure le tue vittime?

Ecco, il perdono è un buon sistema per verificare l'Amore.

UN NEMICO ASFISSIANTE

E' straordinario vedere come questo servo di Dio è disposto ad accettare tutta la volontà di Dio. Come ti senti quando, animato da buoni propositi per cose che oggettivamente appaiono secondo il volere di Dio, Egli ti dice di no?

Dio rispose “no” all'Appostolo Paolo quando questi gli chiese per tre volte di liberarlo dalla sua “spina”: ne fu deluso? Se ne lamentò mai?

No! Paolo aveva imparato l'accettazione: era la sua prova e la portò sino in fondo poggiandosi solo su Cristo.

Ognuno di noi ha provato cosa significhi avere i nostri sogni infranti.

Sembrava che le cose dovessero seguire un certo iter, il lavoro diverso da quello che volevano, una posizione sociale differente, tutte cose lecite e normali..., ma Dio ci dice “no” perché ha qualcosa di diverso da quello che noi pensavamo.

E forse faremo i conti con l'avversario che si chiama “delusione” (il nostro perenne gigante Golia), che ha la capacità di condizionare negativamente tutta la nostra vita.

Può accadere di essere delusi, ma guai a noi se la delusione ci schiaccia fino ad asfissiarci e ad amareggiarci!

La Parola ci ricorda molti personaggi che hanno incontrato la delusione, ma sono riusciti a vincerla.

La delusione è alla porta delle nostre vite e picchia sempre: il nostro avversario la usa come una tra le sue armi più vincenti!

✚ **Il re Davide fu uno di quelli ch'è stato deluso ma che ha riportato la vittoria.**

Egli aveva grandi sogni e non egoistici e riconducibili a sè stesso: i suoi sogni erano indirizzati a Dio perché riconosceva che Dio era stato buono con lui e quindi voleva mostrarsi riconoscente.

Dopo molte lotte Davide è in un momento di riposo: lo troviamo nel suo nuovo palazzo, mentre riflette sulla bontà del Signore ed ecco un sogno: costruire una dimora nuova per il Suo Dio: non fu qualcosa di egoistico.

Il desiderio del re era qualcosa di buono e persino Nathan il profeta lo benedisse umanamente.

Nathan esamina e capisce che questo sogno è alla gloria di Dio e dà una risposta guidata dalla sua esperienza: tutto sembra procedere bene, ma la volontà di Dio è diversa, la Sua volontà e i Suoi pensieri sono molto al di sopra dei nostri perché Dio è il Re.

✚ **Gesù stesso è stato deluso come uomo: Pietro, Giacomo e Giovanni erano stati scelti da Lui, ma non Lo sostennero addormentandosi nella notte estrema.**

✚ **Paolo fu deluso da Alessandro il ramaio e da Dema.**

Sono tante le cose buone che potremmo fare, edificare, inseguire, ma il Signore vuole che noi inseguiamo qualcosa di specifico.

Paolo aveva in cuore di evangelizzare l'Asia e la Bitinia, ma lo Spirito Santo gli disse di no.

Le cose buone diventano eccellenti solo quando sono dirette dal Signore.

Il Signore aveva messo il veto al re e Davide in qualche modo dovette gestire la delusione: **come si possono gestire i "no" del Signore?**

Allora il re Davide andò a presentarsi davanti all'Eterno, e disse: 'Chi son io, o Eterno Iddio, e che è la mia casa, che tu m'abbia fatto arrivare fino a questo punto?

E questo è parso ancora poca cosa agli occhi tuoi, o Dio; e tu hai parlato anche della casa del tuo servo per un lontano avvenire, e hai degnato considerarmi come se fossi uomo d'alto grado, o Eterno Iddio. 1Cron 17.16- 17

• Dio gli aveva espressamente detto *"Mi costruirà una casa tuo figlio Salomone ed lo renderò stabile il suo trono per sempre."*

E' una risposta straordinaria. Accetta i proponenti di Davide: non accetta solo che sia lui a compierli. I nostri buoni propositi saranno sempre portati a compimento dal Signore, con noi o senza di noi. E' Lui che sceglie gli strumenti da utilizzare per la Sua gloria.

• Sempre Dio gli aveva aggiunto *"Tu vuoi costruire una casa per me ma sarò io a costruire una casa stabile per te."*

Il Signore mise sul trono di Davide la sua discendenza, fino ad arrivare a Gesù, il figlio di Davide, che regnerà in eterno.

Ogni tanto un bagno di umiltà fa bene alla nostra salute spirituale e a volte la delusione è un ottimo metodo: soprattutto se tendiamo a fare i giudici maestrini dall'alto della nostra colonna!

E' importante solo capire come bisogna reagire alla delusione e Davide è un ottimo esempio. Molti benedicono il Signore quando ricevono un "sì", ma quando ricevono dei "no" si arrabbiano.

Invece, i "no" di Dio spesso ci evitano problemi per la nostra vita e dovremmo essere riconoscenti al Signore proprio per quei "no"!

in ogni cosa rendete grazie, poiché tale è la volontà di Dio in Cristo Gesù verso di voi. - 1Te 5:18

Davide non si amareggiò e non si ribellò, ma con umiltà accettò la decisione di Dio.

Dal verso di 1Cron 17.16 in poi vediamo la sua risposta: *"Chi sono io e cos'è la mia casa?!?"*

Il re non dimentica le benedizioni passate e le riporta alla mente: *"chi sono io per pretendere un sì?"* In base a quali diritto potrei pretendere qualcosa? In base a quale diritto lamentarmi?

Quel sogno era andato parzialmente in frantumi, ma non c'era alcun motivo per avercela col Signore: quando Dio ci dice un "no", ricordiamo tutti i Suoi "sì" sapendo che la volontà di Dio è sempre la migliore, qualsiasi sia la Sua risposta.

Or noi sappiamo che tutte le cose cooperano al bene di quelli che amano Dio, i quali son chiamati secondo il suo proponimento. - Ro 8:28

Ogni volta che ci lamentiamo stiamo -di fatto- dicendo "questa cosa no, non coopera al mio bene, ti stai sbagliando o Dio!"

Invece, combattere quello che Dio ci da/permite ci renderà perdenti: abbracciarla accettandola ci farà vincenti.

Chissà se Adamo aveva avuto un'idea di come sarebbe stata la sua compagna: fatto sta che appena vide Eva la accettò felicemente!

E badate bene che Dio non gli diede alcuna possibilità di sceglierla perché gliene portò solo una e senza averlo nemmeno consultato: l'aveva fatta mentre dormiva!

Davide progettò il tempio e ne preparò tutto il materiale affinché altri potessero costruire la casa di Dio: fu una gioia per lui preparare la strada a chi avrebbe preso gli onori della costruzione, ma che importa?

Un'altra lezione da imparare: non importa essere il primo violino nell'orchestra di Dio, basta far parte dell'orchestra e che alla fine esca una musica armoniosa.

Non potrò svolgere io questo incarico, ma lo farà un altro ...: che farò?

Gli metterò i bastoni tra le ruote? No: lo aiuterò con tutte le energie di cui dispongo.

Se guardo indietro al mio ministero, alle umiliazioni, alle innumerevoli delusioni, alle innumerevoli volte in cui sono stato moralmente crocifisso, comprendo che sono proprio queste cose che mi hanno formato fortificandomi perché io fossi quello che sono.

Se le delusioni della vita ci stanno tormentando e ci hanno riempito di amarezza verso Dio e verso gli altri, il Signore vuole curare il nostro cuore: se glielo permettiamo, Egli ci renderà forti.

Non permettiamo alle delusioni di sfociare in sentimenti negativi, ma accettiamo la volontà di Dio: anche perché non possiamo cambiare nulla, affidiamo nelle Sue mani il nostro intero essere.

Se Dio ci ha detto un "no" per quella cosa, ci sono molti "sì" che aspettano di essere afferrati per Fede e che possono benedire la nostra vita, la nostra casa.

Come essere liberato dall'Amarezza

L'amarezza è come un cancro che ti distrugge da dentro, ti consuma lentamente sino a farti scomparire, sino a ridurti alla vita larvale.

Chi ha un cuore pieno di amarezza è schiavo della sua amarezza ed è gravemente colpevole davanti a Dio: cadrà nella commiserazione e peccherà senz'altro.

Questo peccato danneggia moltissimo la persona in cui è radicato.

Infatti, è proprio come un cancro, che per molto tempo può rimanere invisibile, creando terribili danni al cuore della persona delusa.

Quando finalmente si cominciano a notare i chiari sintomi, questo peccato avrà già fatto molto danno all'interno.

Allora, non solo questo peccato farà male alla persona stessa, ma anche a quelli intorno ad essa.

Parlando di cibo, è amaro quando ha un sapore difficile da sopportare e lascia un gusto sgradevole in bocca: una persona in preda all'amarezza medita sul male che ha subito, nella sua mente pensa e ripensa al dolore, all'ingiustizia che gli è stata fatta.

Solitamente, l'amarezza è una reazione ad una situazione in cui qualcuno ci ha fatto del male che a nostro parere era ingiusto: raramente ci viene l'amarezza se una difficoltà ci sembra giusta. Per esempio, immaginiamo una famiglia in cui i genitori stabiliscono delle regole giuste, che sono spiegate bene al figlio: poi succede che il figlio disubbidisce e viene punito esattamente come gli era stato spiegato prima.

Nel suo cuore egli sa che merita quella punizione e perciò è improbabile che sarà tentato ad avere amarezza nei confronti dei genitori.

Invece, se i genitori non stabiliscono regole chiare e giuste, e puniscono il figlio per sfogare la loro ira (i loro nervi), è molto probabile che il figlio vedrà la sua punizione come ingiusta e potrà facilmente avere amarezza verso i suoi genitori.

Quindi, ricordiamo che l'amarezza si manifesta quando una cosa ci sembra ingiusta: anche una piccola ingiustizia può essere difficile da sopportare e può causare amarezza, soprattutto se il soggetto è molto sensibile o piccolo di età: gran parte delle amarezze creano "disagi rimossi" se si verificarono nella tenera età.

Ad ogni modo, indipendentemente dal motivo per cui potrebbe manifestarsi l'amarezza, essa è sempre un peccato.

Come possiamo evitare l'amarezza?

Cosa dobbiamo fare quando qualcuno, che sia Credente oppure no, pecca contro di noi comportandosi in modo ingiusto, soprattutto se poi non ci chiede neanche perdono?

Come possiamo evitare l'amarezza in queste situazioni?

“Via da voi ogni amarezza, ogni cruccio e ira e clamore e parola offensiva con ogni sorta di cattiveria!” (Ef 4:31 NRV)

Il comandamento di Dio è chiaro.

Non è difficile capire questo comandamento: ciò che è difficile è metterlo in pratica.

Per non avere amarezza, dobbiamo ricordare e meditare sulla verità che Dio renderà giustizia per ogni ingiustizia: Dio porterà una giustizia perfetta e totale in tutta la terra. Dobbiamo avere Fede che Dio manterrà la Sua Parola.

Quando fissiamo i nostri occhi sull'ingiustizia del momento e dimentichiamo le verità che riguardano l'eternità, è difficile riuscire a sopportare l'ingiustizia.

Ogni volta che ci focalizziamo sull'ingiustizia, stiamo dimenticando che Dio sta tenendo conto di tutto: non esiste alcuna ingiustizia che non sarà punita.

Al momento stabilito da Dio, Gesù Cristo ritornerà e giudicherà il mondo con giustizia: in seguito, la giustizia regnerà per tutta l'eternità.

Quello che vediamo oggi è solo temporaneo: dobbiamo avere Fede in Dio.

Egli dichiara che ci sarà/ci farà giustizia e dobbiamo crederci.

Inoltre, chi siamo noi per voler cercare di stabilire la nostra giustizia?

Sappiamo noi meglio di Dio il modo e il momento migliore di giudicare e di rendere giustizia?

Avere il nostro cuore turbato a causa di un'ingiustizia vuol dire dubitare della giustizia di Dio: non commettiamo questo peccato. Camminiamo per Fede in Dio.

Un giorno mia moglie disse per una cosa simile: “sì, ma Dio è lento...”!

E io risposi <<“meno male”, ma la Sua “lentezza” è il vero modello sia per l'ira e sia per il giudizio! Siamo noi ad essere “frettolosi”!>>

Se noi fossimo stati al posto di Dio... avremmo incenerito il mondo da millenni!

Impariamo a rinunciare ai nostri metodi “veloci e spicci” per lasciare posto al Signore!

“«Se tuo fratello ha peccato contro di te, va' e convincilo fra te e lui solo. Se ti ascolta, avrai guadagnato tuo fratello;” (Mt 18:15)

Il brano continua, spiegando cosa bisogna fare se il fratello non si ravvede: andando avanti, troviamo Mt 18:21-35.

Il brano continua, con la parabola dei due servi: uno di loro aveva il debito con il padrone, che gli fu condonato, e l'altro, che aveva un piccolo debito con il suo conservo, che non gli fu condonato. Alcuni Credenti presumono erroneamente che finché uno non ci chiede perdono, non bisogna perdonarlo.

Leggendo in 1Giovanni 1:9, che solamente quando chiediamo perdono a Dio Egli ci perdona, presumono similmente che anche noi dobbiamo fare così.

Però, questo brano non insegna quel principio: per esempio, il versetto Matt 18.15, che parla di andare e convincere il tuo fratello, sta parlando di come riuscire a guadagnarlo.

Cioè, la motivazione per cui uno deve andare dal proprio fratello non è per ottenere giustizia, ma perché, avendolo già perdonato nel cuore, si vuole guadagnarlo per ristabilire il buon rapporto con lui: infatti, se uno non ha già perdonato il fratello nel suo cuore, sarà impossibile per lui di andare dal fratello con il cuore benevolo.

Dobbiamo perdonare subito/immediatamente nel nostro cuore, ancora prima che l'altra persona ce lo chieda.

Un altro brano rende ancora più chiaro l'insegnamento che riguarda quando dobbiamo perdonare.

“Quando vi mettete a pregare, se avete qualcosa contro qualcuno, perdonate; affinché il Padre vostro, che è nei cieli vi perdoni le vostre colpe.” (Mr 11:25 NRV)

In questo brano, Gesù ci sta insegnando quello che dobbiamo fare per poterci presentare a Dio, chiedendo perdono per i nostri peccati.

Quando ci mettiamo a pregare, se abbiamo qualcosa contro qualcuno dobbiamo perdonarlo.

Se abbiamo qualcosa contro qualcuno significa che quella persona ha peccato contro di noi e non ha ancora messo a posto il peccato: in altre parole, Gesù sta parlando di quei casi in cui qualcuno ha un debito nei nostri confronti, un debito di peccato che non ha ancora pagato con l'umiliazione del ravvedimento.

E quel debito rimane in lui finché egli non ci chiede perdono: allora, prima di presentarci a Dio nella preghiera, che cosa dobbiamo fare? Dobbiamo perdonare quella persona.

e rimettici i nostri debiti come anche noi li abbiamo rimessi ai nostri debitori; - Mat 6:12

Visto che Gesù sta parlando del momento in cui ci mettiamo a pregare, è ovvio che l'altra persona non sarà presente: quindi questo perdonare dobbiamo farlo già nel nostro cuore, prima ancora che l'altra persona ce lo chieda.

Infatti, non possiamo chiedere perdono a Dio per i nostri peccati, se non abbiamo già perdonato nel/col nostro cuore gli altri che hanno peccato contro di noi.

Dobbiamo perdonare gli altri anche se non ci hanno ancora chiesto perdono, affinché Dio perdoni noi: perdonare gli altri di cuore non è facoltativo per un Credente: è essenziale, imperativo!

➤ *“Siate invece benevoli e misericordiosi gli uni verso gli altri, perdonandovi a vicenda come anche Dio vi ha perdonati in Cristo.” (Ef 4:32 NRV)*

➤ *“ma se voi non perdonate agli uomini, neppure il Padre vostro perdonerà le vostre colpe.” (Mt 6:15 NRV)*

Dunque, dobbiamo perdonare chi ci fa del male, chi ci tratta ingiustamente, anche se non ci ha chiesto perdono: dobbiamo farlo, altrimenti neppure noi saremo perdonati da Dio.

Ma com'è possibile perdonare qualcuno che non ci ha chiesto perdono?

Padre, perdona loro, perché non sanno quello che fanno. (Luca 23:34)

Quante di quelle persone che Lo maltrattavano Gli avevano chiesto perdono? Nessuno!

Dobbiamo seguire il Suo esempio: dobbiamo perdonare subito, prima che la persona ce lo chieda. Solamente avendo già perdonato nel/col nostro cuore, possiamo ubbidire al comandamento di amare i nostri amici, di fare del bene a coloro che ci fanno del male, di benedire coloro che ci maledicono. È impossibile essere pieni dell'amore che Dio ci chiama ad avere verso coloro che ci hanno fatto del male se non li abbiamo perdonati nel/col nostro cuore.

“Allora Pietro si avvicinò e gli disse: «Signore, quante volte perdonerò mio fratello se pecca contro di me? Fino a sette volte?» E Gesù a lui: «Non ti dico fino a sette volte, ma fino a settanta volte sette.” (Mt 18:21-22 NRV)

Dobbiamo perdonare senza contare, infinitamente: sarà Dio a disciplinare o punire la persona, in base alla Sua giustizia perfetta e ai Suoi tempi perfetti.

Lasciamo a Dio le cose che Gli appartengono. A noi tocca perdonare.

I DUE TIPI DI PERDONO: esso ci viene presentato di due tipi.

A. Il perdono attivo (dato): io ti perdono quando mi offendi (vedi il padre della parabola: infatti, non era arrabbiato, ma solo dispiaciuto, e lo aspettava sempre per fare festa al suo sicuro ritorno ...)

B. Il perdono passivo (ricevuto): ricevo e realizzo il perdono quando confesso e abbandono col cuore (il figlio della parabola)

Elenco le 7 caratteristiche del perdono: il perdono deve essere dato esclusivamente per Amore e come segue.

- 1. Definitivamente**
- 2. Completamente**
- 3. Immediatamente**
- 4. Immeritevolmente**
- 5. Incondizionatamente**
- 6. Infinitamente**
- 7. Accoratamente**

Perché è difficile perdonare

Quando qualcuno pecca contro di noi, vogliamo giustizia “a prescindere”: il nostro orgoglio viene ferito e finché l'altra persona non si umilia ravvedendosi, non vogliamo perdonare.

Ricordiamo che ora Dio è paziente verso i malvagi, come è stato paziente verso di noi prima della nostra salvezza, e nello stesso modo in cui è paziente con noi tuttora: ma la pazienza di Dio non durerà per sempre.

Anche Dio, persino Lui, perderà la pazienza... nel senso che verrà il tempo in cui non ne manifesterà più!

Gesù raccontò la parabola del giudice iniquo...

“Rendimi giustizia sul mio avversario”. (Luca 18:3)

Dopo tanto tempo, il giudice le rese giustizia. Poi Gesù dichiarò:

*“Dio non renderà dunque giustizia ai Suoi eletti che giorno e notte gridano a lui? **Tarderà nei loro confronti? Io vi dico che renderà giustizia con prontezza.**” (Luca 18:7-8)*

Dio ci renderà giustizia quando punirà ogni ingiustizia degli uomini malvagi, ma spesso agisce anche “prontamente”, come vede opportuno.

Perché è così tanto difficile “perdonarti”!

Questa è una sezione che viene quasi sempre sconsiderata, quasi come se non esistesse! Invece, la vera liberazione dal male subito, soprattutto dal senso di colpa, dipende quasi esclusivamente dal perdonarti.

Se è difficile perdonare lo è ancora molto di più perdonarti!

Abbiamo un ego che vuole sempre “uscirne pulito” e quando la nostra ragione inconscia (psiche) si sente in colpa per qualcosa di vero o presunto che noi abbiamo fatto di male... il nostro ego si ribella!

Il punto è che spesso non ci amiamo e, dunque, facciamo fatica ad amare gli altri: siccome il perdono è soprattutto una questione di Amore..., allora, ecco la difficoltà. Dobbiamo imparare PRIMA ad amarci (ad esempio, con la Conversione ci amiamo al punto da pensare alla nostra salvezza eterna!), poi ad amare: in tal modo, ci perdoneremo e perdoneremo.

ama il tuo prossimo come te stesso. Mat 19:19

Chi non si perdona, è perché non si ama perché il perdono è il più grande dono dell'Amore!

E' sempre la solita storia: diciamo che siamo peccatori, ma quando è il momento che dobbiamo perdonare e/o perdonarci facciamo fatica ad ammetterlo e ad agire di conseguenza.

Poi c'è anche il concetto diabolico e religioso dell'espiazione: come dire, visto che ho peccato voglio espiarlo, devo espiarlo con la sofferenza.

E allora via con le auto-flagellazioni!

Invece, la verità è che non esiste una vera espiazione per alcun peccato: né per quello che subiamo e né per quello che facciamo.

L'espiazione l'ha fatta solo Cristo e noi dobbiamo rinunciare a volerla fare come per una sorta di aggiunta compensativa e/o di auto-punizione.

Oltre al sangue di Cristo non esiste alcuno smacchiatore di peccato e alcuna azione che possa farlo.

Dobbiamo certamente disciplinarci (vedi il concetto di auto-disciplina), ma non per espiare il male fatto: questa sarebbe pura illusione!

Se ci auto-discipliniamo eviteremo che Dio ci disciplini e miglioreremo la nostra vita per evitare altri peccati: ma quelli fatti restano.

LE COMPENSAZIONI

La samaritana aveva un desiderio infinito di affetto e oggi esistono molte “samaritane”, uomini e donne che vanno avanti per compensazione, alla ricerca di compensare/riempire dei vuoti esistenziali.

Nel dialogo tra Gesù e la Samaritana notiamo domande e risposte.

Gesù non risponde mai “a tono” alla donna, sollecitandola così ad andare al di là delle sue stesse domande: Egli pilota la donna verso concetti più alti e più utili per lei.

Egli porta la donna a interrogarsi per capire quello che per lei è un problema, a chiamare per nome le sue delusioni, le amarezze, i desideri della sua esistenza.

Il dialogo si innalza sempre più e, giunto quasi all'apice, la Samaritana pare volersi sottrarre, rimandando la spiegazione autentica della verità a quel Messia che "dovrebbe venire", quasi a dire: *“finiamo questo discorso e se/quando un giorno questo Messia verrà, vedremo”.*

Chi è realmente la Samaritana? È una delusa: dopo tante esperienze e promesse, è fiaccata da maltrattamenti, crudeltà, vendette, abbandoni...: perciò tutta presa dal desiderio di evasione,

esausta dall'essere sfruttata, delusa, scettica, amareggiata, vuole eludere ogni discorso impegnativo ... ma Gesù la incalza ad andare oltre...

Che cosa attende la Samaritana? Non attende nessuno e nulla, le aveva provate tutte nella sua esistenza e non poteva più dar credito a nessuno... Ma quel barlume interiore, il desiderio della venuta del Messia che finalmente facesse "luce" - anche se era un desiderio assai vago - fa sì che, proprio a lei, il Messia si svelasse: «Il Messia sono io, proprio io che parlo con te»!

La donna mostra ancora di essere chiusa dentro l'attesa messianica tradizionale (cf. v. 25) e Gesù attira l'attenzione su di Sé, sul presente: le chiede di accorgersi che il futuro che spera per lei è già iniziato!

Solo allora la donna, lasciate con Gesù le sue (tante!) precedenti preoccupazioni, paure, disinganni, ferite, progetti infranti, tradimenti, maltrattamenti - (la donna «lasciò la brocca») - correrà in città e annuncerà il Messia.

La Samaritana è figura di ognuno di noi: quando ci rassegniamo a una vita quotidiana scialba e sempre identica a se stessa; quando ci accontentiamo della nostra fatica di attingere acqua del pozzo per una giornata e basta; quando ci infastidiamo di richieste che ci scomodano...

Proprio in questo momento il Signore viene; ci porta oltre la nostra quotidianità e la nostra banalità e ci fa capire che l'altro, qualsiasi altro, non è un intruso, ma rappresenta un invito ad andare oltre noi stessi, a trovare il meglio di noi.

Gesù le si fa incontro nella sua sete, va da lei nella sua realtà esistenziale, in ciò che ella vive. Dagli oggetti con i quali pensa di colmare il suo desiderio, Gesù la porta al Soggetto stesso del desiderio, a quel Soggetto desiderante che non si lascia colmare da alcun "oggetto" del desiderio (si tratti di cose, di relazioni affettive, o anche di religiosità).

La storia della Samaritana è la storia di un desiderio che non si lascia soddisfare da oggetti, di un vuoto che non si lascia riempire da alcuna lusinga, è materiale, affettivo, spirituale che sia...

È una sete che non può esser soddisfatta da nessuna acqua, ma solo dalla Sorgente che richiama una simile sete: può essere colmata solo da Dio.

Che cosa può riempire la nostra mancanza?

Cerchiamo sempre di colmare la mancanza in diversi modi, sempre insoddisfacenti e che ci lasciano ogni volta un po' più di vuoto, "assetati", un po' più sofferenti.

Come la Samaritana, siamo persone-di-desiderio, ma desideriamo un'acqua che ci disseti per sempre, non solo per un istante.

E allora, lasciamo il nostro secchio pieno ai piedi di Gesù e corriamo a proclamare che Egli è il messia liberatore.