

MONICA ANTONIOLI

UN TaNgO CON DIO

**La Fede, La Speranza, La Carità
nella vita
di una donna
rivoluzionata dallo Spirito.**



Note per il lettore:

In questo testo, ogni parola messa in risalto dal corsivo è una sorta di invito a cogliere una possibilità di approfondimento e crescita.

Prologo

Un detto dei nativi americani Hopi recita così: *“Cammina sul sentiero dello spirito con mocassini pratici”*. Questo è quello cerco di fare oggi nella vita privata e nel lavoro testimoniando, come meglio posso, la mia quotidiana relazione con Dio fatta di dialogo e consuetudine, straordinarietà e normalità, dolcezza e perentorietà, costanza e un intimo, commovente sentire d’essere *figlia amatissima*. La Via che percorro per mantenere la comunicazione viva passa attraverso il Cuore e all’inevitabilmente esperienza *spirituale e fisica della Fede, della Speranza e della Carità o Amore*.

La spiritualità è la cosa più concreta che esista, talmente concreta che tutta la materia ne è impregnata, compreso il nostro corpo, la nostra mente, le nostre relazioni, la Natura e il movimento che trasforma inesorabilmente le piccole e le grandi cose. Oggi gusto questa consapevolezza gustando il viaggio dell’esistenza e abbeverandomi ad una fonte di stupore nei confronti della perfezione del creato che spesso emerge proprio quando le situazioni sono meno piacevoli.

Non è sempre stato così, nella mia vita.

Prima che le cose di colpo cambiassero era tutto molto diverso anche se all’apparenza era assolutamente uguale anzi, per certi versi era persino migliore: più comodo, più prevedibile, più codificato e usuale. Consapevolmente non ho scelto di percorrere questa Via e con tutta sincerità dubito che una qualunque persona nelle mie stesse condizioni di allora, l’avrebbe fatto.

Accadde tutto in un istante, senza nessun preambolo, sul finire di giorno come tanti. Un’altra dimensione, un’altra realtà, un’altra strada mi sono apparse davanti improvvisamente come uscendo da uno squarcio apertosi nella tela di fondo del palcoscenico della vita. La luce che scaturì da quei pochi istanti di assurdo fu di tale violenza che dapprima spalancai gli occhi terrorizzata e subito dopo mi accasciai a terra cieca, disorientata e coperta di sola paura.

L’aspetto positivo di tutto ciò fu che da subito intuì di non avere molte scelte: o morire o raccogliere i frammenti di quel che era rimasto del mio senno e incominciare a *camminare*.

Era il mese di Febbraio del 1995.

A quel tempo ero un'imprenditrice rampante con i problemi di stress e difficoltà nella gestione della quotidianità e delle relazioni che molte persone della mia specie avevano e hanno. In quel momento potevo pensare che mi accadesse di tutto tranne quello sconcertante e improbabile evento che in pochi minuti avrebbe tracciato nella mia esistenza una netta separazione tra passato e futuro, tra la persona che ero stata e quella che, da quel punto in poi, sarei diventata. Mi ci è voluto molto tempo per riuscire a raccontare, attraverso una forma scritta comprensibile, quello che accadde in quella nebbiosa sera d'inverno. Ma prima ancora, parecchio tempo mi è servito per comprendere e accettare che le svolte e i mutamenti che da quel giorno avrebbero fatto vorticare la mia esistenza, fossero frutto dell'azione dello *Spirito*. Ho compreso solo dopo che le cose dello *Spirito* sono difficili da narrare perché il linguaggio comune non possiede né le parole né i simboli capaci di descrivere

una percezione degli eventi così distante da quella normalmente condivisa. Occorre prendere una distanza dai fatti, serve far scorrere il fiume del tempo che porta nuova conoscenza e comprensione e lasciare che l'anima faccia emergere spontaneamente il ricordo associandolo a parole che abbiano un senso per chi le legge. Dopo dodici anni sono stata pronta per iniziare a ricapitolare e a raccontare. Ora, dopo diciassette anni mi sento pronta anche per condividere pubblicamente la mia esperienza.

A quei tempi neppure lontanamente sapevo cosa significasse la parola *spiritualità*. Come la maggior parte delle persone, la confondevo col concetto di religione e questo bastava a farmi stare lontana da qualunque cosa, libro o persona menzionasse simili argomenti. Non mi poteva neppure sfiorare l'idea che una persona possa, d'improvviso, essere toccata da *un'energia molto potente* capace di squassare all'istante la sua personalità. Tantomeno potevo sapere che quello che istintivamente chiamai il *fulmine*, potesse portare alla follia ma anche ad un improvviso *risveglio della parte spirituale dell'essere*.

In realtà nella vita di molti mistici sia d'oriente che d'occidente, sia antichi che contemporanei ma anche di moltissime persone qualunque ci sono vicende simili, ma al tempo in cui il *fulmine* fece irruzione nella mia vita, nulla del genere faceva parte del mio bagaglio di conoscenze e interessi. I miei valori erano il successo, il denaro, la carriera e quando accadde quel che accadde, non stavo né pregando né meditando. Non mi trovavo né in Himalayana né in una chiesa. Come milioni di uomini e donne, stavo lavorando chiusa nel mio fumoso ufficio in un grigio aeroporto del nord Italia.

Era verso sera e stavo guardando una stupida stampante sputare dati di bilancio. All'improvviso, mentre scrutavo tra colonne e righe cifre e voci relative a clienti e fornitori, mi pervase una vampata di calore che mi attraversò non so dire se dal basso verso l'alto o viceversa. Sentii il sudore grondare lungo il corpo e un qualcosa che saliva dalla pancia verso il centro della testa che potrei definire come un branco di bisonti al galoppo.

Il cuore correva al ritmo dei bisonti.
Voragine in mezzo al petto.

Disagio sempre più dilatato e disturbi all'udito e alla vista. Percezione generale ovattata. Mi guardai intorno non riuscendo più ad articolare i pensieri.

Cosa mi sta succedendo?

Non mi aveva mai toccata l'idea che la mia mente, quella mente di cui andavo tanto fiera, potesse improvvisamente scoppiare in mille pezzi come una fragile palla natalizia eppure il mondo intorno a me iniziò a sprofondare nell'assurdo. Più nessuna origine, nessuna fine, nessuna motivazione o scopo. Sentivo che tutto stava per sciogliersi, che io stavo per sciogliermi, che la stanza, i colleghi, la luce, il buio e l'inverno fuori stavano per sciogliersi annientati dal *nonsenso* di ogni cosa. Il *nonsenso* di quella stampante, del suo gracchiare mostruoso. Il *nonsenso* di quelle luci al neon e del fumo di sigaretta che saturava la stanza.

Le persone e i pensieri, il tempo, lo spazio, il significato, la collocazione e il nome di ogni oggetto andarono rapidamente a svuotarsi di qualità, quantità, misura, giudizio.

Iniziai a muovermi spinta da puri riflessi automatici, incapace di prendere decisioni o chiedere aiuto. Cosa avrei potuto dire? E ammesso che

fossi riuscita ad aprire bocca, come e a chi avrei potuto descrivere la *dissoluzione del mondo dentro e intorno a me?* Fu come se l'esperienza esistenziale vissuta fin lì si fosse tramutata di colpo in una scaglia di nulla e da qualunque parte mi voltassi percepivo solo sequenze di immagini, forme e pensieri tragicamente inconsistenti. Un guizzo di stupidità mi spinse a dare una risposta "razionale" circa quello che mi stava accadendo. Non più di una settimana prima, a causa di una bronchite acuta, ero passata da trenta sigarette al giorno a zero ed in qualche modo mi sovvenne di mettere in relazione le due cose e che dunque quello che stavo vivendo non era altro se non una crisi di astinenza da nicotina. Tremando, presi una Marlboro dalla scrivania del mio socio, la accesi e detti una profonda boccata. Smettere di fumare era stata la cosa più saggia che avessi fatto per me stessa negli ultimi anni. Il mio corpo lo sapeva e mi dette immediatamente una dimostrazione del proprio disappunto: la pressione mi salì di colpo, il cuore iniziò a battere ancora più forte, come impazzito. Pensai di morire e tutte le sensazioni presero ad amplificarsi ulteriormente, a dismisura.

Uscii dall'ufficio di nascosto.

Non so bene come feci ad arrivare a casa. Ricordo che l'idea di sbattere contro un muro o di finire nel fiume era al tempo stesso terrorizzante e liberatoria. Quei pochi chilometri macinati centinaia di volte mi parvero immersi in una giungla disseminata di trappole ed ombre condensate, abitata da oggetti meccanici, cuori d'acciaio, voraci, ingordi, pronti ad annientarmi.

Appena entrai in casa dovetti fare i conti con lo specchio. Mi ritrovai faccia a faccia con una persona che non riconoscevo più. Un'esplosione di dolore fece breccia al pianto e capitoli davanti all'assurda impossibilità di compiere i gesti che compivo tutti i santi giorni da anni: salire le scale, urlare "ciao sono arrivata!", abbracciare i miei figli, chiedergli come era andata la giornata, preparargli la cena, entrare in bagno, spogliarmi, scostare le coperte e infilarmi nel letto, spegnere la luce, chiudere gli occhi, aprire gli occhi, accendere la luce...D'improvviso erano diventate azioni impossibili alle quali la mia volontà ridotta in poltiglia non poteva più rispondere. Ero avvolta in una coltre di melma terrificante.

Senza preavviso qualcuno o qualcosa mi aveva scaraventato nell'assurdo.

Fu risparmiato ai miei figli, che allora avevano 12 e 9 anni, di vedermi in quello stato perché quella sera, fuori programma, avevano deciso di rimanere a dormire dal papà.

Mi trascinai per ore da una stanza all'altra incapace di trovare il benché minimo indizio di familiarità. Tutto era estraneo e incomprensibile. Iniziai a domandarmi quale *forza* avesse mai potuto farmi una cosa simile. Respiravo centellinando l'aria. Avevo l'impressione che ogni molecola di ossigeno che scivolava nei miei polmoni andasse ad alimentare una sorta di *coscienza sconosciuta* che a poco a poco prendeva forma. Quel sentire era talmente assurdo, forte e pesante che mi schiantava il fulcro delle ossa rendendo ogni minuscola sensazione devastante. Come in una sorta di sdoppiamento, sentivo con tragica consapevolezza tutto quello che mi stava accadendo, sentivo alla perfezione che ogni nervo mi era stato come sguainato da qualcosa di invincibile, da un'energia esterna e interna al tempo stesso. I pensieri presero a vorticare seguendo da un lato percorsi

che attraversavano territori dimenticati dell'anima e dall'altro percorsi analitici praticati per anni per cui, conosciuti. A poco a poco due distinte voci presero a commentare insieme la situazione.

Una tentava di abbozzare spiegazioni razionali: la stanchezza, lo stress, i problemi. L'altra, più pacata, in sintesi ripeteva una sola parola: *arrenditi*.

Nulla di quel che avevo intorno poteva più essere definito reale o sensato. *La realtà* in quel momento non aveva più confini: era diventato uno spazio immenso e vuoto ma al tempo stesso gravido e pesante. Io ero in quel territorio, *al di là dello specchio, al di là dell'abisso*. Ero al cospetto di una cosa gigantesca, potente e indescrivibile. Oggi so che in quel momento stavo contemplando *l'essenza unitaria delle cose* e che mi trovavo in una dimensione della coscienza al di là del bene e del male, della vita e della morte e ne avevo *paura*.

Una paura mai provata prima. Avevo paura di essere annientata, paura della follia e di non poter più ritornare a quella che fino a qualche ora prima chiamavo realtà e che ora intuivo essere una sorta di enorme, drammatica bugia.

Telefonò mia madre. Sentendomi in preda alla confusione totale, capì che qualcosa di grave mi era successo e chiamò da casa sua la guardia medica. Non so dopo quanto tempo, arrivarono sia lei che il medico e mi misero a letto. Cercavo di trovare le parole per rispondere alle domande di quel giovane, attento e gentile specializzando in cardiologia ma riuscivo solo ad articolare delle frasi che iniziavano con "è come se": *è come se tutto fosse finto; è come se tutto intorno fosse irreale rispetto a quello che sto vivendo. Quello che sto vivendo - mi sforzavo di descrivere - è come se fosse reale in modo insostenibile.*

Rimasi in quello stato, con *l'anima nuda*, per circa venti ore. Fu l'evento più sconvolgente della mia vita. Oggi mi ritrovo ciclicamente in quella stessa condizione anche per lungo tempo e sono momenti sempre molto intensi ma bellissimi. Prima di arrendermi e imparare a non aver paura d'essere annientata dalla quella forza mi è occorso molto lavoro. Ho dovuto innanzitutto, lasciarmi trascinare fino in fondo alla voragine che improvvisamente mi si era aperta nel centro del petto.

Rientrai in ufficio dopo una brevissima "malattia" badando bene a non dire cosa mi era accaduto. Sentivo sgomento e vergogna perché non potevo più essere la persona di prima, non avevo più le capacità di prima, il controllo, la determinazione di prima. Avevo solo paura, mi sentivo sperduta come se vivessi in un mondo estraneo e non sapevo come giustificare tutto questo. Non c'erano scuse tangibili come una malattia fisica, un incidente, un lutto. Dalla sera alla mattina ero semplicemente diventata un'altra persona; per di più una persona che io stessa *non riconoscevo.*

Quando varcai nuovamente la soglia dell'ufficio mi assalì un urto di vomito. Piansi e stetti male fino a sera. Il giorno dopo, durante una discussione in consiglio di amministrazione, insultai ad alta voce ed aggredii fisicamente un commercialista che non avevo mai potuto sopportare. Seguirono il rifiuto a entrare in banca, in posta, in camera di commercio e in qualunque ufficio pubblico. Altalenavo fra gli atteggiamenti più disparati e disperati: il minuto prima insultavo un dirigente con fraseggi da portuale, il minuto dopo leggevo poesie alla mia segreta-

ria o ascoltavo con totale partecipazione le pene d'amore dell'autista. Precipitavo senza rete nelle emozioni degli altri sentendo ogni alitare di pensiero e sentimento. Ogni visita ai clienti si trasformava in un incontro dove le faccende private soppiantavano gli affari e pur di non parlare di denaro accettavo qualsiasi condizione di vendita e pagamento mi venisse controproposta. Ogni scusa era buona per stare all'aria aperta a camminare e respirare profondamente fino a quando il morso dell'angoscia non si allentava.

Piano piano iniziai a cercare risposte a ciò che mi era accaduto.

Mi illusi così che la colpa del *fulmine* fosse da attribuire all'accozzaglia di eventi del mio passato recente. In pochi anni ero passata attraverso una serie di vicissitudini che avevano sicuramente contribuito ad acutizzare un malessere che affondava le sue radici in un tempo molto più lontano. In quel momento potevo comodamente incolpare del mio stato alcuni fatti molto tangibili come il repentino fallimento dell'impresa di famiglia, tre anni prima, e la perdita non solo del lavoro e di tutti i beni materiali, ma soprattutto

di quell'illusorio stato di sicurezza che l'agio economico ereditato dalla famiglia spesso provoca. Potevo accusare lo stress causato da quel misto di rabbia, orgoglio e senso di rivincita che insieme ad alcuni ex dipendenti della vecchia azienda, mi avevano spinto a costituirne una nuova alla quale, in breve, ne avevamo affiancata un'altra. E poi, solo l'anno prima, era arrivata la seconda separazione e insieme ad essa la solitudine, le responsabilità economiche e l'educazione dei bambini da dover affrontare da sola. Era tutto molto reale, plausibile, comprensibile, *giustificabile*. Eppure sapevo che non era quella la vera causa di ciò che stavo vivendo.

La notte, rannicchiata nel mio letto troppo grande, vuoto e freddo, balbettavo ossessivamente *tutto tornerà come prima, tutto tornerà come prima, tutto tornerà come prima...* ma nel fondo del cuore sapevo che non sarebbe stato così. Fu in una di quelle notti gelide che per la prima volta in vita mia, sentii con prepotenza il bisogno di *pregare. Lo sentii nel corpo* e senza neppure accorgermene mi ritrovai sullo scendiletto in ginocchio con la disperazione che ululava nella

piena delle lacrime a ripetere *Dio mio, Dio mio ti prego, aiutami*. Ancora non sapevo che era proprio quello il modo che *Dio* aveva trovato affinché fossi obbligata a volgere gli occhi dentro di me per ritrovare il filo di un *dialogo d'amore* interrotto molto, molto tempo prima.

Sin da piccolina ero stata una persona un po' particolare, molto precoce e amorevole, ma anche esuberante, irrequieta e, successivamente, ribelle. La mia natura eclettica emerse molto presto e questo non facilitò né il compito della mia educazione né la comprensione di chi fossi realmente. Nonostante tutto, provo un'immensa gratitudine per mia madre che, consciamente o guidata da chissà quale mano, mi ha sempre indirizzata verso splendidi insegnanti di cui porto nel cuore una traccia di riconoscenza e gratitudine indelebili.

In realtà fu all'età di otto anni che ebbi la mia prima vera chiamata spirituale quando durante la preparazione alla prima comunione, mi innamorai perdutamente di Gesù. Il richiamo della chiesa, della

sua pace e del suo profumo erano fortissimi e con naturalezza e gioia passavo dalle corse nei campi a lunghi momenti di comunicazione con Cristo nella penombra delle navate dell'Abbazia di San Donato, a Sesto Calende. Quando i miei genitori, una domenica, forse per paura di quel mio comportamento così strano, mi impedirono di partecipare all'eucarestia, scappai di casa. Non ricordo di preciso cosa fecero per distogliermi da quella passione, ma so che ci riuscirono. Non certo per cattiveria o con cattiveria, ma spinti dalla difficoltà di gestire ben quattro figlie di cui una forse un po' troppo impegnativa, fecero semplicemente ciò che a loro sembrava giusto per il mio bene e io, semplicemente, li seguii.

Ma se dentro di noi è *fissato un appuntamento con Dio*, non possiamo cancellarlo. Possiamo solo posticiparlo in data da destinare. La data era arrivata in quella sera di Febbraio, ma io, nel frattempo, avevo scordato tutti i codici necessari a quel tipo di *comunicazione*. Dai tempi della dolce intimità con Gesù fino a quel momento di disperazione inginocchiata ai piedi del letto erano passati più di venticinque anni

durante i quali avevo vissuto miriadi di esperienze intense e preziose, come lo è tutto nella vita, di cui molte non edificanti e qualcuna decisamente distruttiva. Avevo iniziato a raccogliere i frutti amari di alcune di esse senza avere la benché minima idea del fatto che molto di ciò che ci accade nella vita ha una precisa causa nelle nostre azioni passate e trapassate. Dei colpi bassi della vita accusavo la vita stessa, la sua contorsione, ingiustizia, casualità. Avrei potuto persino pensare che all'origine dei miei casini ci fosse Dio, se di Lui avessi ancora avuto una piccola percezione cosciente. Invece nulla.

Avevo fatto precipitare Dio nell'abisso del mio cuore e mi sorpresi non poco di ritrovare il Suo nome all'improvviso, proprio lì, sulle mie labbra.

In ufficio era un disastro. Vomitavo quattro, cinque volte prima di riuscire a varcarne la soglia.

Poi un mattino venni svegliata da una voce perentoria che disse: *molla tutto*. Lavoro, ufficio, clienti. Tutto.

Non fu esattamente come trovarmi davanti a un bivio nel senso che sentivo chiaramente di non avere scelta. La posta in gioco non era continuare

la vita di sempre o tentare di cambiare vita ma era *vivere o morire*. Certo, allora non era chiaro il senso di quella che percepivo come una strada a senso unico. Ancora non sapevo che da lì in avanti avrei solo potuto vivere la mia vita momento per momento ed essere quella che ero senza più possibilità di bleffare. Qualsiasi impresa io abbia abbozzato trasgredendo a questo principio, mi si è subito ritorta contro. Per imparare la lezione mi ci è voluto tempo durante il quale ho mosso i primi, timidi passi sulla Via che conduce a Casa.

Tempo durante il quale, a furia di cadere e rialzarmi, ho compreso che la vita ha un sistema di leggi molto rigoroso e che la trasgressione, come è normale che sia, prima o poi si paga. In questo senso quello che è cambiato dal fulmine in poi, è il tempo di riscossione. Niente più posticipi o dilazioni. Quando sbaglio mi viene chiesto di saldare il conto molto in fretta.

Decisi di annunciare le mie dimissioni e il mio ritiro dalla società quel giorno stesso. Il fatto era che, a parte quel che mi spettava, non solo non avrei più avuto uno stipendio ne avevo risparmi per far fron-

te ad emergenze ma, messa com'ero, non potevo neppure immaginare di fare qualcosa di nuovo o di diverso. In effetti non avrei più guadagnato soldi per quasi tre anni, ma quel mattino non ebbi alcun dubbio che quel *qualcosa o qualcuno* verso il quale avevo ancora pudore a rivolgermi, avrebbe in qualche modo provveduto a me e ai bambini. E così fu. La Provvidenza ha sempre accolto e continua ad accogliere il mio bisogno, come del resto fa con tutti. Il problema di noi Uomini, a volte, è che non abbiamo *l'umiltà di riconoscere di avere bisogno e la fede nel fatto che, quando chiediamo, veniamo perennemente ascoltati*.

Nel primo periodo dopo il *fulmine*, le mie emozioni erano suscettibili ad ogni alitare di vento. Tutto era forte, spietatamente forte. Ero terrorizzata da quelle tempeste che all'improvviso si abbattevano nel corpo e nell'anima lasciandomi scossa e priva di energia per giorni ed era altrettanto spaventoso scivolare di continuo nell'emoività altrui ritrovandomi impantanata nei territori del dolore, dell'eccitazione, dell'impotenza e della rabbia. Provavo tutto come se fosse mio, identificandomi in ogni colorazione del sentire e

proiettandomi nelle costruzioni mentali delle persone con una lucidità devastante.

All'inizio non capivo bene dove mi stessi dirigendo e perché ma in breve, tra le macerie ancora fumanti del mio passato recente, iniziai a trovare i primi doni.

Mi resi conto, per esempio, che la mia capacità di apprendimento era molto cambiata. Potevo leggere tre, quattro, cinque libri di temi diversi nello stesso momento ed elaborarli tutti insieme in uno stato di trans simile al dormiveglia in cui tutto quello che avevo letto assumeva un significato chiaro e unitario. Ero attratta da testi spirituali di ogni tipo e in tutti trovavo pezzetti di un misterioso mosaico che lentamente prendeva forma. Capii che la *conoscenza* non era l'apprendimento di formule, concetti o nozioni ma era la capacità di portare *alla luce della coscienza* qualcosa che è già dentro di noi e che giace in una sorta di archivio profondo e immenso al quale chiunque, in un certo stato di silenzio, profondità o coscienza, può accedere. Continuavo a leggere ma trovando nei testi le conferme di quel che *una parte di me, antichissima*, già conosceva. Quell'archivio

viene chiamato in tanti modi: inconscio collettivo, campo olografico, matrice, coscienza universale ma avrei dovuto attendere ancora anni per dare un nome a tutto questo e per associare la mia esperienza all'esperienza spirituale di moltissime altre persone del nostro tempo e a molte ricerche che coinvolgono scienziati di ogni disciplina nonché medici, psicologi e mistici d'ogni parte del mondo. In quel momento potevo solo cercare di cavalcare al meglio la mia ipersensibilità. Essa si manifestava anche attraverso dolori lancinanti alla testa che accompagnavano premonizioni chiare e devastanti.



La morte e il morire

Tra il 1995 ed il '96, la *morte* fece una pesante visita a me e alla mia famiglia portando con sé molti cari e amici intimi. Sentivo *l'arrivo di questi eventi* con un anticipo angosciante e con reazioni fisiche ed emotive fuori dal mio controllo. Il culmine di questo periodo si manifestò intorno a Natale. Il

24 Dicembre del '95, in una sorta di sogno lucido vidi una donna nuda, nera di pelle che mi girava le spalle facendo ondeggiare dei lunghi capelli scuri. Cercavo di chiamarla, di farla voltare ma lei camminava imperterrita senza ascoltarmi. Dopo quella visione vissi due giorni paralizzata da un'incomprensibile, totalizzante paura. Il 26 dicembre, in pieno giorno, un ragazzo di soli venti anni, colpito da un lampo di follia, uccise una giovane donna nera, una prostituta, sgozzandola con un coccio di bottiglia e scaricando il suo corpo senza vita sulla soglia del cancello di casa nostra. Lanciò poi i suoi effetti personali oltre la recinzione, nel giardino. La parrucca della ragazza, lunga e nera, si impigliò su un ramo di nocciolo e rimase lì, come nella mia visione, ad ondeggiare al vento. Mentre tutto ciò accadeva io ero fuori e sulla strada di ritorno a casa, in auto, ebbi una crisi di dolore lancinante e un'ansia che non mi permetteva neppure di guidare. Quando finalmente riuscii a rincasare, la polizia, chiamata dai miei che avevano udito le urla della ragazza, aveva già isolato la zona. Mi precipitai in fondo al giardino superando le transenne in

qualche modo certa del fatto che, quello che avrei trovato, qualunque cosa fosse stata, avrebbe dato un senso al mio dolore. Quando vidi i lunghi capelli penzolare, lo shock fu talmente forte da proiettar-mi in una dimensione della coscienza dove il significato di *morte* era svincolato dall'orrore, dal senso di impotenza e disperazione. Quel tragico evento segnò al tempo stesso il culmine di una fase molto importante della mia trasformazione e l'inizio di un insegnamento che non mi avrebbe più lasciata.

L'insegnamento della morte ebbe inizio con la fulminea e liberatoria consapevolezza che, in sincronicità con quel che mi stava accadendo intorno, io stavo velocemente *morendo a me stessa* e che, pur conservando il mio corpo fisico, ciclicamente avrei continuato a morire e rinascere.

Da quel giorno, la morte ha iniziato a non essere più solo la drammatica e misteriosa chiusura del sipario della vita fisica ma una parte integrante, indispensabile della *Vita*. Nel cimitero di Borgo Ticino, a poche decine di metri, sono seppellite una delle mie due nonne che sono morte tra Settembre e Ottobre di quello stesso

anno, e la giovane donna nera alla quale, non so chi, ha dato il nome fittizio di Patricia. La mia preghiera e il mio profondo *grazie*, la accompagnino per sempre, ovunque ella sia.

Un'altra Vita nella stessa vita

Durate i tre anni successivi al fulmine, ho *attraverso i territori bui della mia anima* dando un nuovo senso alla parola *guarigione*. Lungo il percorso mi sono venute incontro persone molto speciali, guide che hanno scorto in me qualcosa che io ancora non riuscivo a vedere. Tra le tante, la mia gratitudine per sempre va a G., la psicologa che in un grigio ambulatorio del servizio pubblico di salute mentale per un lungo tempo mi ha accolta, ascoltata, scossa, capita, accudita e poi mi ha riconosciuta, ha creduto in me e mi ha stimata molto prima che io riuscissi anche solo ad intravedere chi fossi e quale fosse la mia strada.

Feci molte volte l'esperienza della *luce abbagliante e di quella dimensione vuota*, senza attributi che lentamente

- e non senza fatica - stava diventando parte di me. In poco tempo iniziai ad abbassare la resistenza e a fluire nel mare di questa nuova intensità.

La mia energia sessuale iniziò a condurmi su sentieri mai esplorati e di pari passo la creatività prese a gonfiarsi come un fiume in piena. Dopo anni di inattività artistica, ricominciai a dipingere, a suonare il pianoforte ma soprattutto a scrivere con una passione e una tenacia quasi maniacali che nulla avevano a che vedere con la composizione di timide e graziose poesie di un tempo. Ore e ore al giorno davanti al computer a montare e smontare storie che, nell'arco di breve, divennero lo specchio di ciò che succedeva dentro di me e saliva su, fino alla pelle. Spinta da questo fuoco indomito, intrapresi una rapida e folgorante carriera letteraria. La partecipazione a un premio internazionale di letteratura erotica particolarmente pubblicizzato e l'inaspettata vittoria, mi portò, oltre a una certa notorietà, una ventata di squisita felicità e una buona dose di fiducia in me stessa. Nonostante le premesse fossero apparentemente incoraggianti, mi accorsi abbastanza in fretta che non era

quella la strada tracciata per me. Mi stavo arrendendo a un processo che, anche se l'avessi voluto, non avrei più potuto arginare. L'onda del cambiamento continuava a cavalcare oltrepassando velocemente tutto quello che non era la mia destinazione, se non per fugaci istanti.

Mentre imparavo a non accanirmi su ciò che non andava, a non attaccarmi a nulla che fosse troppo complicato e a *fluire* con quell'onda, una timida saggezza mi suggeriva di rilassarmi, di lasciare che le cose semplicemente accadessero.

Lascia che sia, mi si ripeteva. *Lascia che sia*, ripeteva a me stessa.

Non fu immediato dare un nome a quella voce profonda, a quello scambio di amore e conoscenza che, da allora, prese ad esser parte della mia vita d'ogni giorno. Poi, con naturalezza, senza forzature, presi ad utilizzare quell'unica parola che, nel mio vocabolario e nella mia comprensione riusciva a descrivere tutto quello che stavo vivendo: la parola, il nome era Dio e lentamente presi a nominarlo con sempre meno timore, vergogna e sempre più confidenza, serenità, intima gioia.

Spinta da forze misteriose che non corrispondevano a pensieri o pratiche religiose, ho trovato il modo per *costruire una relazione con Dio* attraverso una disciplina che, a poco a poco, si è creata da sé. Mi hanno accompagnata sia l'estasi che la disperazione, sia la felicità che la paura ma col tempo, temprandomi alle tempeste dello spirito, ho imparato a fluire e lasciare che le cose accadessero integrando il tutto nella mia vita quotidiana e nella cosiddetta *normalità*. Non è stato facile per parenti e amici assistere alla mia trasformazione. In un primo momento ho sentito con dolore quella sorta di rifiuto che proveniva anche dalle persone che mi amavano di più. Ho faticato ad accettare l'inesorabile pulsione ad allontanarmi da alcune persone e di vederne tante altre allontanarsi da me.

Allora non mi era chiara quella legge di natura per cui siamo attratti e attraiamo nella vita persone, situazioni, ambienti, esperienze che, in termini spirituali ed energetici, vibrano in modo simile a noi e *ci allontaniamo o siamo allontanati da quelle che vibrano su frequenze diverse*. Quando la nostra vibrazione interiore cambia repentinamente, questo pro-

cesso è velocissimo e quasi incomprensibile così come è difficile comprendere, in generale, che una persona toccata profondamente e apertamente dallo spirito rimane, nell'essenza, una persona normale, che vive una vita normale, con valori condivisi normali. Si veste in modo comune e desidera realizzare le cose che desiderano tutti: avere relazioni armoniose, una famiglia unita, una vita di coppia felice, una bella casa, degli amici veri, poter essere d'aiuto al mondo, una buona salute fisica e mentale, prosperità economica. E poi rispettabilità, riconoscimento, successo, vedere realizzati i propri progetti. Nella mia vita la sola e, mi rendo conto, importante differenza rispetto a prima è che tutte queste cose sono state pervase da una luce che ha il potere di rendere *la normalità una cosa straordinaria e la straordinarietà una cosa normale*. Non è diverso ciò che faccio, desidero, realizzo ma il senso che, progressivamente, negli anni successivi al fulmine, ha assunto tutto questo. Non sono le istanze della vita in sé, ma la percezione del come e del perché dei miei pensieri, delle emozioni e dei gesti ad essere stati trasformati.

Mi rendo conto che molti uomini e donne che vivono in questa parte del mondo e in questa epoca così straziata dal punto di vista spirituale, spesso chiedono che gli si mostrino definizioni, etichette, segni o simboli formali che, in qualche modo, contrassegnino le persone che, come nel mio caso, hanno avuto una conversione spirituale e valoriale radicale. E' come se la scelta e/o il destino di vivere una vita alla luce dello Spirito fosse una sorta di eccezione che deve essere sottolineata da uno stile e da un comportamento che riveli una qualche tipicità. Le persone, a volte, si sentono molto confuse davanti a questa mancanza di segni, appellativi o anomalità formale. In realtà la Via che mi ha scelta e che ho accettato di percorrere, richiede che tra la mia vita privata, quella spirituale e l'insegnamento che propongo non vi sia separazione ma un'integrazione sempre più profonda. Questo non significa "mischiare" pubblico e privato o non avere un'intimità familiare o personale. Significa al contrario l'impegno, ma anche il vantaggio e la gioia di vivere con coerenza e trasparenza rispetto ai propri valori, traendo il più alto insegnamento spirituale proprio dalla vita quo-

tidiana e fare di essa la vera beneficiaria dell'insegnamento e della pratica spirituali. Quest'ultima non comprende solo i momenti di solitudine, studio, silenzio, meditazione, preghiera, servizio ma include in pieno la vita familiare, il rapporto di coppia e quello con i figli, l'eros, il lavoro, le passioni e con essi anche i momenti di crisi, di conflitto, gli errori, le tentazioni. Tutto può farsi "materia" di apprendimento e insegnamento spirituale. Anche ciò che comunemente non si penserebbe essere tale come la sessualità, la creatività, l'autostima, il successo personale.

Non so perché il fulmine e tutto quello che ne è seguito è accaduto proprio a me e in quel modo. Non so se è stato perché ero ad esso destinata o pre-destinata o perché avevo una sorta di disposizione personale che ha attratto un certo tipo di esperienza o perché la follia, ad un certo punto, ha sterzato e si è diretta verso uno sconosciuto, *immenso mare di opportunità*. Forse è un insieme di tutte queste cose. Forse. So però che nelle testimonianze circa la trasformazione che segue il tocco dello Spirito, indi-

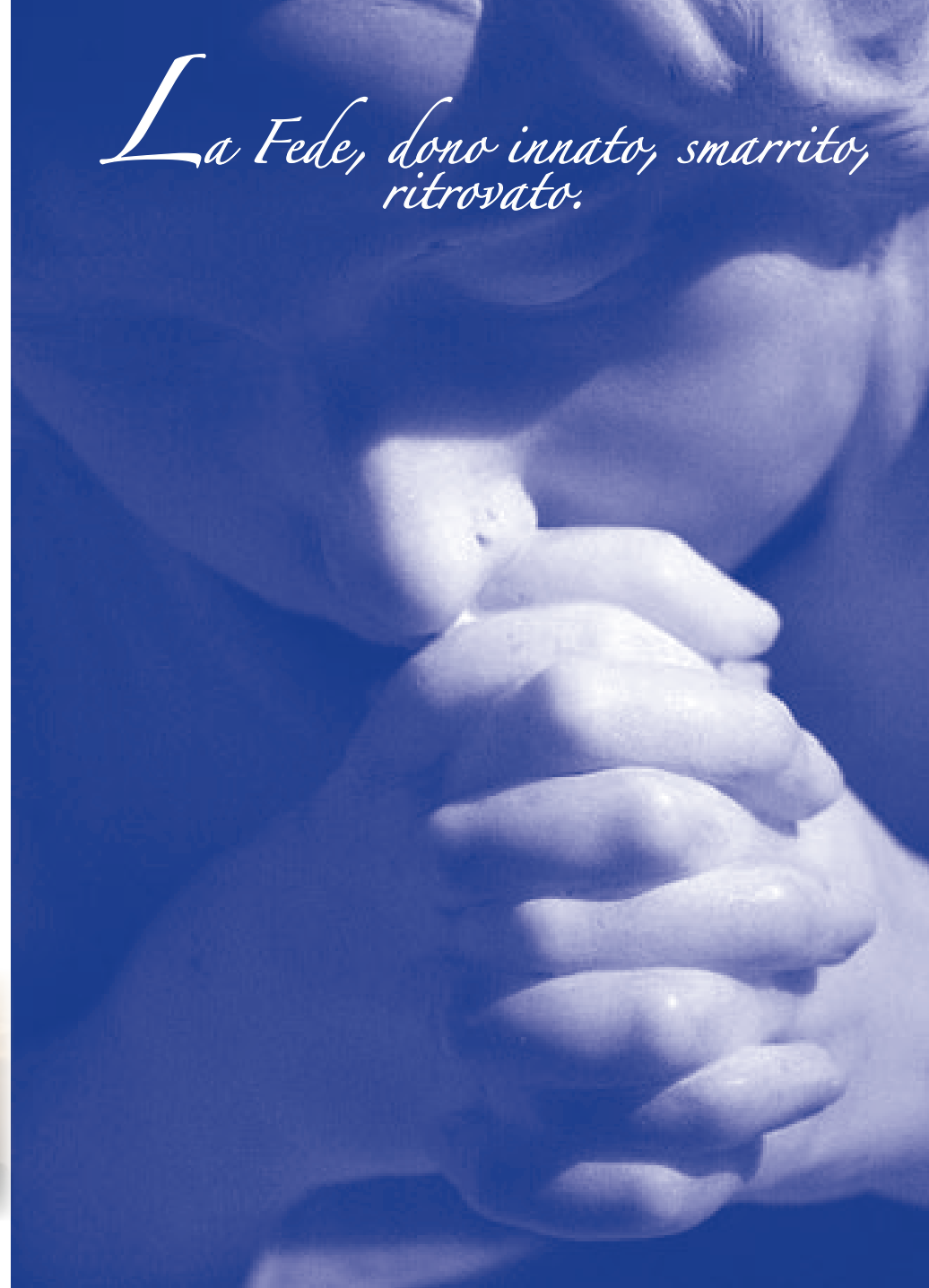
pendentemente dal fatto che provengono da persone appartenenti a diverse religioni o atee, istruite o senza istruzione, uomini o donne, giovani o vecchi, ricchi o poveri ci sono alcune caratteristiche comuni. Una di queste è la descrizione della formazione improvvisa, nel centro di sé, di un grande spazio che all'inizio viene vissuto, specie dalle persone prive di un'educazione spirituale, come un vuoto senza limiti né connotati, buio, angosciante, pauroso che si accompagna all'ulteriore paura della perdita di senso e dell'effettiva perdita di senso rispetto a molti dei valori nei quali si era sempre creduto.

E' la prima, drammatica, *buia notte dell'anima*, come l'ha definita e descritta S. Giovanni dalla Croce. Un'altra è che non appena ci si arrende al dolore e si accetta di precipitare, di abbandonarsi a quel vuoto, nell'arco di un tempo mai troppo lungo, appare una traccia, una sostanza, luce, fragranza indescrivibile che si mischia al dolore dell'ego ferito a morte e al bisogno, a volte disperato, di ritrovare un barlume di senso a quel che sta accadendo. Penso che tutte queste persone, me compresa, nell'istante in cui hanno accettando di abbandonarsi

al vuoto o al caos abbiano ritrovato, più o meno consapevolmente, *il dono della fede*. Sì, perché a quella debole traccia che alcuni descrivono come illuminazione, altri come sussurro o tocco, occorre dar fiducia aprendo il proprio cuore e facendola entrare in sé. Cosa che in alcuni potrebbe, se possibile, acuire ulteriormente un dolore già terribile oltre ogni immaginazione. E' invocando il primo aiuto, balbettando la prima preghiera di soccorso, di protezione, di sostegno a Dio, che accade il primo, vero *miracolo*. Il vuoto, progressivamente e inesorabilmente, inizia a riempirsi di un nuovo senso e la traccia diventa sempre più percepibile, chiara, radiante. La Salvezza parte sempre dalla nostra rinuncia a mantenere il controllo, a farci domande e darci risposte e accettando di lasciarci andare grazie a quel qualcosa che, oggi, chiamo *il dono innato, smarrito e ritrovato della Fede*.



La Fede, dono innato, smarrito, ritrovato.



Stare

Non per tutti il percorso deve necessariamente essere così radicale. Il carattere traumatizzante della mia iniziazione e progressione spirituale, era e continua a essere la cosa giusta *per me* ma assolutamente non deve esserlo per gli altri. I cicli di trasformazione messi in atto in me dal fulmine continuano a essere costanti a volte un ancora po' prepotenti ma per la maggior parte del tempo ora sono morbidi, temperati.

Ci sono stati periodi in cui ho visto trasformarsi il mio corpo, le mie emozioni, la mia affettività e sessualità con una rapidità sconcertante e non ho potuto farci nulla se non adattarmi con sempre maggior velocità godendo il più possibile del processo. Non sempre è stato facile accettarlo. A volte è stata una gran fatica. Ma poi arriva sempre *quell'impulso a stare*, quella dolce richiesta di *non scappare*, di *non reagire* e di *ascoltare*, di *lasciare che sia* e non dubitare, di abbandonarsi al vuoto e alla Provvidenza. *E' la fede.*

La fede vuole la resa, il rilassamento dell'anima. Sono queste le attitudini che

tutti possiamo sviluppare anche e soprattutto col nostro sincero *volere*. Esattamente come alleniamo i muscoli per sviluppare potenza fisica, la memoria per esercitare prontezza intellettuale, le emozioni per forgiare equilibrio interiore. *Possiamo se lo vogliamo*. A poco a poco iniziamo ad avere il presentimento che tutto, proprio tutto, è volto al nostro massimo bene e al bene delle persone e delle cose intorno e che il *bene* è l'evoluzione dell'essere che ha come culmine *l'evoluzione spirituale*. Il bene a volte include ciò che percepiamo come male o come dolore o meglio, l'insegnamento che da esso si può trarre. Se impariamo a *stare*, a non scappare dal disagio e lo osserviamo accogliendolo come strumento della nostra crescita, in breve tutto si trasforma in senso e perfezione. Allora fiorisce lo stupore e da esso lo stato di Grazia.

Una parte fondamentale del mio servizio, come persona e come professionista, consiste proprio nell'indicare alle persone che me lo chiedono, un modo a loro consono per strutturare e rafforzare la propria identità spirituale destrutturando al contempo, con gradualità e dolcezza, le co-

razze dell'ego, personale, familiare e culturale, evitando che la rigidità delle sue regole e l'espandersi della sua prepotenza, diventino fatali. Tutto può partire da una o più scelte precise tipo la scelta di stare meglio, di guarire, di essere felice alla quale si accompagna la pratica di una disciplina intrinseca alla vita di tutti i giorni, gioiosamente nutrita e possibilmente condivisa con le persone che amiamo o con chi scegliamo come guida e da buoni amici che ci sostengono. Il mio compito non è quello di convincere le persone a fare qualcosa o a credere in qualcosa. La mia funzione è quella di porgere una testimonianza viva e qualche strumento di cui ho appreso il funzionamento e metodo che ho praticato, che possano far luce nelle persone su ciò che è già dentro di loro. Fare luce, per esempio, *sul fatto di avere Fede*.



Sento che la *fede* è un dono di Dio proprio perché nasce con

noi e, come la Vita, è un attributo del nostro corredo genetico e spirituale. *La fede nasce col corpo-anima*. Nell'Anima sono depositate tutte quelle conoscenze che pensiamo di non avere, tutte quelle risposte che cerchiamo fuori da noi e che invece sono lì, nel profondo di noi stessi e per sempre rimarranno. Nell'anima è contenuta anche lei, la Fede, sottoforma di un potenziale che tutti possiamo *ricercare, nutrire, rafforzare, testimoniare*.

Basta osservare un neonato: esso è *pura* fede perché per sopravvivere non può che affidarsi al processo della Vita che implica conoscenze innate, come sapere dov'è la mamma che lo nutre, e lasciare che un altro essere si prenda cura di lui. Un biologo o uno psicologo dello sviluppo chiamerebbe tutto ciò istinto. Io lo chiamo *seme della fede* ma penso che due cose, illuminate dalla sacralità di bios, della Vita, siano in realtà la stessa cosa espressa con linguaggi differenti. Ognuno di noi è stato un piccolo, luminoso agglomerato di fede per cui, se lo desideriamo, possiamo recuperare dal profondo di noi stessi *la capacità di farci amare senza condizioni, aprendoci*

totalmente a ricevere come abbiamo fatto appena venuti alla luce.

Se siamo qui, ora, significa che *la Vita*, in modi a volte insondabili, si è *presa cura* di noi. Dobbiamo solo ritornare fiduciosi e fedeli come bambini, ritrovando *la purezza*. E' vero, crescendo scopriamo che l'amore, o quello che pensiamo essere l'amore, a volte fa male. Allora il dolore e la paura prendono a crescere in noi. Li nutriamo al posto di nutrire la fede scordandoci di questo dono innato e della bellezza e perfezione di cui siamo fatti. *Ma Lei c'è*. Non ce l'ha rubata nessuno perché dall'Anima, senza il nostro permesso, nessuno può portar via nulla.

Occorre *voler cercare* con coraggio, pazienza, umiltà e tanta *gioia*.

La fede è massimo abbandono nelle braccia della Vita.

E' sentire che nulla può nuocerti, perché tutto avviene per il tuo più alto bene ed è *perfetto*.

E' sentire ad ogni istante che sei amata, amatissima.

E' non sentirti mai solo, perché solo non potresti mai essere.

E' sapere che, se non sai, non fa nulla. Una risposta se

la chiedi arriva sempre ed è sempre quella giusta. E' sapere che tu *puoi molto, anzi, moltissimo*, che hai il potere di decidere tante cose e di scegliere fra innumerevoli esiti di vita diversi persino quando tutto sembra perduto. E' sapere che ogni volta che lasci andare, ogni volta che sei disposto a perdere qualcosa, quel qualcosa ritornerà a te. E' anche sapere che il senso di marcia è sempre in avanti e che, prima o poi, ritornerai anche tu al punto di partenza ma a quel tempo sarai molto cambiato e la prospettiva sarà completamente diversa. E' sapere che le svolte principali, spesso, sono direzioni obbligate. Quelle non le puoi decidere perché appartengono ad un campo del *destino* che è molto più vasto della tua coscienza del momento. Ma ancora una volta: hai l'immenso potere di *accettarle o non accettarle avendo fede nel paradosso* che sarà proprio grazie a questa *sottomissione al destino*, che *la tua coscienza si espanderà*.

Ciò che ti chiede *l'accettazione* è *sconvolgente, a volte*. Ti chiede di gettarti in un fiume in piena e di farti trasportare; ti chiede di non pensare, ma di agire; ti chiede di non pre-

parati per il domani ma *lasciare che il domani ti trovi esattamente come sei*. *La fede ti spinge ad accettare e l'accettazione di invita di aver fede*: accettare che ad ogni respiro cambi e aver fede nel cambiamento; accettare che a ogni ispirazione nasci, ti espandi fino a un culmine e che subito dopo inizi ad espirare, inizi a contrarti, inizi a morire ed *aver fede nella bontà di questo ciclo*.

La Fede implica che in diversa misura si rinunci ad aggrapparsi alle *false certezze* per abbandonarsi nelle mani della *provvidenza* specie quando la Vita ci spinge con veemenza, a volte persino con violenza, a realizzare *colui o colei che siamo nati per essere*. Per mezzo di malattie, incidenti, capovolgimenti repentini di tipo affettivo, lavorativo, finanziario ma anche occasioni incredibili, opportunità inaspettate, incontri giusti, innamoramenti, intuizioni improvvise la Vita ci indica la direzione che permetterebbe ai nostri talenti e al progetto della nostra anima d'essere compiuto. Occorre non scordarsi mai che l'anima ci spingerà sempre verso quella che, in un dato momento, è la soluzione migliore per realizzare se stessa. La pena

per impedirne il compimento è l'inutilità, la perdita di senso, la morte.

Aggrapparsi all'illusione che le cose non possano o non debbano cambiare; che c'è un'assicurazione che paga per tutto; che le persone, le situazioni, i sentimenti, i valori e i desideri sono e devono rimanere gli stessi per tutta la vita è il risultato di una terribile mancanza di logica e di razionalità. Pur rimanendo tutto uguale, dentro e fuori, in natura come nell'anima, nelle società e nelle culture, nei nostri corpi e nelle famiglie, *tutto cambia, è sempre cambiato e sempre cambierà*.

A noi la scelta se attaccarci a nostri modelli personali di come dovrebbe essere la Vita o fluire con essa, con i suoi cicli creativi di costruzione, distruzione, conservazione e con la perenne danza pulsante tra libera scelta e sottomissione al destino.

Dopo il famoso fulmine, sono sbocciati molti fiori nella mia anima. Alcuni hanno dato frutti, altri sono morti come i rami sui quali erano attaccati.

La Vita ci chiede di far emergere da noi il meglio di noi stessi e donarci al mondo senza paura e senza risparmio proprio come chiede a

un albero di fiorire e fruttare. Per far fruttare i nostri talenti bisogna potare, senza indugio, i rami secchi. Occorre molta Fede anche per essere dei buoni, saggi, pazienti e audaci giardinieri. Ci sono molti strumenti sia per fare buone potature sia per apprendere l'arte di coltivare sé stessi. Penso che siano tutti utili a patto che si impari a conoscerli, che se ne comprenda l'uso e che si nutra la Fede nella propria capacità di utilizzarli.

La Fede è anche la certezza che tutti stiamo andando verso un'unica meta prendendo strade diverse e che ogni strada è *sinceramente buona*. Spesso sento che qualunque immagine o idea abbiamo di Dio, qualunque religione o mezzo o tecnica per cercarlo è bellissima anche perché umanamente *ingenua rispetto all'immensità del Suo mistero*.

La danza dell'Amore

Ho iniziato a camminare lungo un sentiero che passa attraverso il Cuore perché lui, il Sentiero, ha scelto me, come fa un innamorato. E io, come un'innamorata, gli ho detto Sì.

Non avrei dovuto stupirmi del fatto che, dopo qualche anno da quel Febbraio, arrivò il giorno in cui la voce che mi parla attraverso tutte le cellule del corpo, disse che d'ora in poi, non avrei più potuto prescindere dall'Amore. Come sempre il tono era forte e il senso al di là di ogni dubbio. Come sempre mi accade in certi momenti, mi ritrovai in uno stato di stordimento simile a quando ci viene detto qualcosa di talmente evidente da bloccare in gola ogni tentativo di replica, di *ma o di se...* Il senso di quello che avvertivo come una sorta di ammonimento, era che se volevo *andare oltre* nel mio percorso di crescita spirituale, avrei dovuto fare in modo che l'Amore diventasse il punto di partenza e d'arrivo di ogni mia azione e che, per fare questo, avrei dovuto incominciare col rimettere totalmente in discussione il modo di stare a fianco *d'un compagno* e di condividere con lui il mio percorso di vita.

La voce dello spirito aveva toccato in me un punto doloroso, un particolare scottante, qualcosa che mi aveva sorpreso in balia di un gigantesco incompiuto. Mi sentivo profondamente imbarazzata perché ero consapevole che per un'intera vita avevo ricercato l'amore di coppia con l'affanno e la disperazione di chi ha bisogno di ripetere in modo inconscio un copione malato. In quel momento intuivo che quella ricerca, spinta dal dolore antico di generazioni di donne e uomini accecati da passioni assolute, *non avrebbe più trovato nutrimento*.

Compresi che ciò che mi si chiedeva era di *convertire tutto all'Amore* e che per realizzare questo non potevo più permettermi di dissipare energia tentando e ritentando di far funzionare una relazione percorrendo in modo cieco un sentiero tanto familiare quanto, ormai, fuori itinerario. Quello che dovevo imparare *era tutto un altro modo di amare. Anche, di amare un uomo*. Se da un lato sapevo che questo mi sarebbe costato una fatica immensa e che il mio egoismo, reso ostinato dalla paura, non mi avrebbe facilitato il compito, dall'altro lato il cuore mi rinfrancava sussurrandomi che da lì a

poco sarebbe iniziata l'avventura amorosa più bella della mia vita: *quella con l'Amore stesso*.

Capii che la relazione d'Amore con un uomo, così come *tutte* le relazioni d'amore, non è altro se non lo specchio umano di un *aspetto importantissimo del rapporto d'Amore con Dio* e che l'uno nutre e rafforza l'altro. Ma nella mia esperienza esistenziale non c'era mai stato nulla di tutto questo. Può sembrare assurdo ma dopo due matrimoni e molte relazioni tutte vissute, a mio parere, molto intensamente e tutte, sempre a mio avviso, fallite, rimasi sgomenta di fronte a quella che, in quel momento, mi si presentava come una rivelazione ovvero che una relazione d'amore matura, adulta, per essere tale, doveva coincidere con un consapevole *cammino di fede da percorrere insieme*.

Avevo sempre immaginato le belle relazioni d'amore come un'impegnativa e romantica danza a due, ma di fatto le mie erano state più simili ad un balletto classico dove io, l'étoile, interpretavo sul palcoscenico della vita la mia tragedia personale e dove i passi a due, oltre ad essere rari rispetto a quelli individuali,

erano perlopiù passaggi brevi e spettacolari dove la mia attenzione era puntata soprattutto sugli sbagli. Specie i presunti sbagli degli uomini. Secondo quello strano modo di intendere la relazione di coppia, i passi, le variazioni, i tempi di apertura e di chiusura del sipario potevo solo essere io a deciderli. Questo, da quel momento in poi, *non sarebbe stato più possibile*. L'amore nei termini di una vera danza con un compagno doveva essere per me, per come ero fatta io e per i valori che tracciavano l'itinerario della mia esperienza esistenziale, *il passaggio obbligato*, per imparare i passi e allenare il respiro, per danzare un *tango con Dio*.

Un tango con Dio

Sì, fu proprio questa l'immagine al tempo stesso bizzarra e forte che mi pervase: di stare imparando a danzare una sorta di *tango con Dio*. Il tango riesce a evocare dalla profondità dei danzatori una *passione appassionata* ovvero fine a se stessa e lo Spirito, irrompendo nella mia vita, aveva fatto la stessa cosa: aveva scatenato in me *un' ardente passione di vivere*. Il tango, sia in quanto filosofia che musica e danza, include ogni sfumatura esistenziale, ogni nota di risa e lacrime, ogni pulsione e tensione, ogni pausa e movimento. Include anche il silenzio. Il tango è *movimento dell'anima*, perché

è presenza e attenzione, cura e intuizione; è un'intensità mai fissa che coinvolge i due danzatori nel paradosso di *diventare una cosa sola grazie alla totale espressione della propria identità*. Tango è perenne pulsazione tra *il fluido* e *il netto* cambiamento, e la capacità di cambiare non lascia spazio a quella sofferenza stagnante che aveva caratterizzato per lungo tempo le mie relazioni. Nel tango tutto si trasforma, i tempi si accorciano, si allungano, stridono e poi si sciogliono, si avvitano e si dispiegano. Quando il tango rallenta non v'è mai titubanza semmai una sorta di prudenza, che è *la virtù del saper scegliere*. Nel Tango vi è audacia che è *l'andare oltre la paura* e ovunque *non vi sia paura, può sbocciare l'Amore*. Non era più questione di riprovare i passi della danza romantica alla ricerca del grande amore, ma di prepararmi ad una danza totale. *La danza dell'Amore Grande*.

Di lì a poco, all'improvviso, in una situazione strana, in un luogo strano, in una strana data e sul finire di un'ennesima relazione intensa e travagliata, *mi innamorai*. Per entrambi non era certo la prima volta, ma era la prima volta che l'amore mi trovava

così come ero in quel momento: esausta, completamente vulnerabile e bisognosa solo di tornare a star da sola con me stessa. L'amore però, non chiede al nostro ego il permesso di entrare...entra e basta e fu proprio in quel momento che capii che *Eros* è una delle *chiamate più frequenti, sconvolgenti e non riconosciute dello Spirito*. Avevo imparato da tempo a non oppormi e così scelsi di non chiudermi, di non difendermi, di abbandonarmi a quelle forti emozioni e di sentire tutto: gioia, passione, speranza, paura. Nonostante la stanchezza per la recente chiusura, scelsi di arrendermi al tamburo battente del cuore, ma solo dopo qualche mese, all'improvviso, si materializzò un antico scenario: il rifiuto di questa nuova persona di coinvolgersi in una relazione. Lavorai giorno e notte su me stessa per molti mesi per non cedere al rinnovarsi di un dolore antico. Rafforzai la mia fede per non arrendermi ai morsi della delusione e dell'orgoglio. Accolsi il mio ego impaurito lasciando il mio cuore ancora più nudo, sprofondando nella sofferenza. Non so come, ma quella resa verso me stessa si trasformò presto in una commossa compassio-



ne che mi permise di vedere e accettare quello che ero stata in passato senza più accampare nessuna giustificazione, ma assumendomi le mie responsabilità. Guardando la radicalità della trasformazione che mi aspettava che affondava le proprie radici lontano nel tempo, nelle storie incredibili, bellissime ma tragiche di chi mi aveva preceduto, mi resi conto di quanto lontana fossi da colei che dovevo e volevo diventare per poter accogliere la richiesta dello spirito. Sentivo che non potevo perdere l'opportunità di *quell'amore impossibile* per smembrare completamente il mio essere donna, femmina, compagna. *Rimembrandomi*, ovvero *ricordando chi ero*, sarei diventata la *Sposa* che non ero mai stata. Una sposa che si preparava alle nozze dell'anima con tanto di *abito bianco* che significa purezza, di *velo*, che significa pudore e mistero, di *anello* simbolo di fede nell'infinito amore ed *un'ardente promessa*. Più sentivo quell'uomo distante, più la mia anima cantava il suo canto d'amore grande a Dio finché, un giorno, non l'uomo, ma *Dio* rispose.

Fu in montagna, in un mattino di cristallina bellezza.

Attornata da un gruppo di persone che contemplavano la natura circostante, sentii semplicemente l'amore di Dio pervadere il mio essere.

Fu qualcosa di totale e anche di molto fisico che partendo dal profondo del mio grembo salì fino al petto spalancandolo ulteriormente come un potente vento sbaraglia una finestra. Fui trasportata in uno stato d'estasi intenso e una gioia inesprimibile prese dimora nelle mie cellule. Seppi in quell'istante che Lui era lì da sempre, da sempre mio Sposo pronto ad offrire il proprio Amore unicamente in attesa del mio *Sì*. In quel momento mi aveva trovata aperta, vulnerabile a sufficienza per poterlo ricevere. Gli permisi di amarmi come Lui sa amare: *immensamente*. E in quell'istante seppi che come me *ama tutti a prescindere da tutto perché Lui non può fare altro*. Lui *È* Amore e chiede solo che noi impariamo *a riceverlo*. Quell'evento segnò un'altra svolta fondamentale perché detonò la consapevolezza del fatto che *desideravo essere felice* e che per realizzare ciò occorreva che imparassi a *vivere pienamente la gioia*. *"Dio vuole solo la nostra Gioia"* dissi a me stessa.

La Speranza: presentimento dell'Infinito



Aprirsi al destino

Nonostante la tristezza d'essere tenuta distante *dall'uomo* fosse ancora presente, mi accorsi che non c'era più la sofferenza ovvero l'attaccamento al dolore e che quello spazio l'aveva preso la *Speranza* che è la *dolce, intima certezza che nonostante le cose sembrano essere contrarie ai nostri desideri, in realtà ci stanno preparando ad un bene ancora sconosciuto ma molto, molto più vasto*. In quel momento meraviglioso in alta montagna, la Vita era ovunque fuori e dentro di me, prima e dopo il tempo e lo spazio anche se sapevo che, con molta probabilità, ero al cospetto della morte dell'ennesima relazione alla quale avevo consegnato il mio profondo desiderio. Una gioia non spiegabile mi fece sorridere e rilassare. Finalmente potevo riposare perché, semplicemente, sapevo d'essere *pronta*. Non tanto pronta per l'uomo o per *quell'uomo*, ma pronta per l'amore Grande e per *la promessa*.

Tutto il resto non era più così importate. Sapevo che ogni cosa sarebbe accaduta in tempi e modi di cui non potevo e non volevo più avere il controllo. Nella Speranza tutto è

perfetto, persino la perdita di qualcosa e di qualcuno di importante. Nella Speranza senti che nulla è mai realmente morto ma tutto è trasformato e *l'attesa* diventa una dolce compagna di viaggio.

Con un giusto misto di tristezza e serenità, decisi di proseguire per la mia strada e lasciare che *quell'uomo*, andasse per la sua. Ma il destino a volte ci sorprende.

Non passò molto tempo da quel giorno d'amore e speranza, quando con una sorta di gioia mista ad urgenza *quell'uomo* mi raggiunse su una bella spiaggia del sud Italia. Mi disse con gli occhi negli occhi: *eccomi. Se mi vuoi, io ci sono*. Il mio sentire d'essere pronta aveva preceduto di poco il suo sentire d'essere pronto. Pronti ad un percorso che, sapevamo entrambi, non sarebbe stato ne semplice, ne facile.

Nessuno dei due, nonostante l'età non più giovane, aveva mai intrapreso una relazione nei termini di un cammino *d'Amore, di Fede e Speranza* tenuti per mano ed entrambi sapevamo che la nostra decisione di formare una coppia implicava questo e non meno di questo.

Consapevoli che la nostra relazione d'amore sarebbe stata,

prima d'ogni cosa, una scuola a tempo pieno dove a entrambi veniva offerta l'opportunità di imparare un *altro modo di amare*, abbiamo iniziato il nostro cammino insieme cogliendo, giorno dopo giorno i frutti della guarigione, dell'insegnamento e della fede nel processo vitale dell'Amore. Abbiamo imparato e continuiamo a imparare tante cose l'uno dall'altra cercano di cavalcare le difficoltà date soprattutto da un ritmo di cambiamento interiore a volte pressante, senza però negarci quella strana, profonda gioia condivisa, fatta da un apparente "niente di speciale" che la quotidianità e le consuetudini familiari sanno donare. Abbiamo attraversato periodi di crisi anche estremi ed estremamente dolorosi ma ogni volta *abbiamo chiesto e ci è stata data* la forza di attraversare il disagio e di non scappare, la forza di strare e di lasciar fare all'Amore, lasciare che cambiasse la direzione verso la quale eravamo diretti, lasciare che ci confondesse, piegasse, trasformasse anziché avere la presunzione, come nel passato, d'essere noi a dare forma e trasformare Lui.



La paura di ricevere l'amore

L'Amore, quando vuol essere Grande si pone a *prescindere* d'ogni scelta, considerazione o giudizio, specie a prescindere dall'aver o non avere ragione sulle cose.

Questo Amore è relazione interattiva con ogni aspetto della vita, anche i meno piacevoli. E' l'Amore che partendo dal centro di se stessi e dall'amore per se stessi, si espande cercando di integrare e accogliere il senso di ogni cosa, situazione, idea, fatto, persona, pensiero ed emozione. E', al tempo stesso, un Amore che chiede regole, patti solidi e mai prorogabili.

Il patto d'amore con l'Amore implica l'esigenza di *spazio* per cui lavori continui di ristrutturazione e di demolizione dei muri che l'egoismo e la paura costruiscono intorno al cuore. Ogni muro viene edificato per paura. I muri di cinta delle nostre villette, il muro di Berlino e quello di Gerusalemme in realtà sono tenuti insieme dal cemento della paura.

Paura di cosa?

Di tutto. Paradossalmente abbiamo paura dell'intensità dell'Amore, abbiamo paura del *tango*. Nonostante sentiamo tutti un bisogno spesso

disperato d'amore, raramente siamo disposti a *riceverlo*. Le nostre preghiere vuoi alla vita, vuoi a Dio si rivelano solo un fiume di parole inquinate da una paura con due teste. La prima ha il volto della *solitudine* e dell'incapacità di rimanere in intimità con noi stessi; la seconda ha il volto del *sacrificio dello stare insieme*, della rinuncia ad una lunga lista di privilegi e protezioni tra le quali l'evitare l'intimità a due, la *nudità interiore*, l'impegno e l'eventualità di ferite, tradimenti, abbandoni e ulteriori separazioni. Paura della quieta sottomissione al codice del *perdono*.

Di fronte ad un mostro di tali fattezze la possibilità di ricevere ciò che chiediamo diventa davvero esigua. Alziamo le mani giunte al cielo in preda al vuoto della solitudine chiedendo che l'Angelo dell'Amore ci venga inviato a scoccare la propria freccia ma poi non apriamo il petto per riceverla. Al contrario, le braccia si incrociano serrando il cuore in un goffo tentativo di protezione. E' vero, una freccia nel cuore può far male, anzi, lo fa di sicuro perché, al contrario *dell'Amore in sé che è infinito*, tutte le relazioni, nella forma che tutti conosciamo, prima o poi, finiscono. Il problema non

è tanto o non solo il sentimento di non accettazione nei confronti del ciclo della Vita e la paura del dolore che esso può portare. Il problema vero è la vulnerabilità della nostra struttura "cardiaca", della nostra affettività che non può reggere l'eventuale dolore, *ma neppure l'immensa gioia* e la passione che l'Amore porta con sé.

A furia di voler proteggere il cuore e di non esercitarlo all'intensità di Eros, alle sue tante emozioni, alle sue altezze e alle sue profondità, non gli abbiamo permesso di crescere. Proprio come, da genitori, spesso facciamo con i nostri figli. Proteggendoli da ogni minima fatica, frustrazione e intensità, li manteniamo piccoli, deboli, incapaci di affrontare la vita per quella che è. Anche il cuore rimane piccolo e debole al punto che il battito forte, il *bumbum*, ci risulta insostenibile. Con un movimento interiore automatico, scatta il serraglio e i sensi vengono chiusi in una prigione. Gli occhi non vedono più, le orecchie non sentono. Spesso siamo attorniti da uomini e donne che chiedono solo di donarci il loro amore ma noi non li sentiamo, non li vediamo. *Non ci facciamo toccare nel profondo*.

Per ricevere l'amore che chiediamo dobbiamo essere disposti ad avere occhi bene aperti, orecchie bene aperte, pori della pelle aperti. Tutto in noi si deve *aprire*. Come fa la Sposa che, aprendosi a ricevere il suo Sposo, allo stesso tempo dona se stessa e la propria genialità pro-creativa facendo maturare in sé il frutto del seme che ha ricevuto. Gli induisti ritraggono spesso la manifestazione femminile di Dio, la Shakty, come una donna supina, nuda e aperta nella posizione che può essere sia quella dell'amplesso sia quella del parto. In India ci capitò di ammirare una di queste rappresentazioni e fu un'esperienza indimenticabile. Era un antico bassorilievo in pietra. Rimanemmo a lungo in silenzio a contemplare quell'immagine che irradiava un'energia di tale forza da riempire con la propria luce l'intera stanza e la mia anima. Fui folgorata dall'evidenza della divina natura di quella posizione che la *creazione* stessa, sposa di Dio, è chiamata ad assumere per ricevere lo spirito fecondante del suo Sposo, per esserne impregnata e dare alla luce Vita su Vita grazie al suo potere di ri-crearsi.

Fede e Speranza: radici per un Amore che cresce

Indistintamente, uomini e donne, possiamo recuperare la capacità di abbandonarci, di aprirci a ricevere l'amore per poterlo a nostra volta donare. Per fare questo dobbiamo rafforzarcì nello spirito in modo di poter accettare tutto ciò che l'esperienza dell'amore implica, senza la paura d'essere feriti ancora. Ma per *abbandonarci a questa vulnerabilità* occorrono la *fede e la speranza*.

E' la Fede che ci aiuta a buttarci, a lasciarci andare nei flussi e riflussi dell'amore non cedendo alla paura di chiuderci e scappare, non cedendo alle insidie e alle tentazioni del nostro ego che ci sussurra cose come "non è ora" "non ne vale la pena" "E' il caso di soffrire ancora !?".

Sì, è il caso. Qui, ora, sempre vale la pena di rischiare di soffrire ancora. Ed è la Speranza che illumina il nostro percorso passo dopo passo e ci conduce attraverso il buio nel quale vive il demone che si nutre dei nostri ricordi dolorosi, delle voci ciniche, della superficialità, della disperazione e della rinuncia.

Accettare che la luce della Speranza ci indichi solo un passo alla volta non è facile per noi che viviamo di previsioni e pianificazioni. Previsioni del tempo, dell'economia, della moda, pianificazione del futuro: sembra che non sia più possibile vivere nella naturalezza dell'imprevisto, nella chiarezza che sorge spontanea dalla nostra anima nel momento in cui lasciamo che la Fede e la Speranza creino lo spazio affinché l'Amore possa affermarsi nella nostra vita al punto di diventare noi stessi *Amore*.

Sentire e Comunicare l'amore

A volte confondiamo l'Amore con il bisogno di essere amati, con il bisogno che qualcuno ci dica *ti amo* oppure *voglio stare con te*.

Per questo confondiamo l'Amore di Dio con la capacità o incapacità di comunicare con Lui.

Questo accade perché siamo come bambini che hanno bisogno di sentire la voce del padre per sentire il *suo bene*. Ci sentiamo amati se e quando percepiamo il suo Spirito come ispirazione, intuizione,

conoscenza. Ci sentiamo voluti bene quando la nostra mente è chiara, quando la colonna sonora delle nostre emozioni è come una musica melodica e soave, una musica di pace. Facciamo fatica a sentire il Suo Amore nei momenti di silenzio, confusione e buio. Quando siamo arrabbiati e frustrati o ci sentiamo preda dell'impotenza e del fallimento. Quando, in sintesi, non riusciamo ad accettare il su e giù naturale della vita. Finché il nostro cuore non sarà ricolmo del sentimento che il Suo grande dono d'Amore è proprio lei, *la Vita*; finché non ci ri-conosceremo come sua magnifica *manifestazione*; finché non apriremo gli occhi per *vederlo* in tutta la sua vastità, in tutto il suo miracolo e saggezza, tutta la presunta consapevolezza di quel Dio che tanto ci può coinvolgere e sconvolgere, prima o poi scomparirà inghiottita dal silenzio e dalla paura di non sentirlo più.



La paura di guarire e il desiderio di guarigione

E' la paura terrificante della perdita, di perdere quella certezza che Dio è qui e mi parla, mi ascolta per cui mi ama. *Ovunque c'è paura non può esserci amore.*

L'esperienza della paura della perdita è sempre incredibilmente uguale in qualunque relazione d'amore, anche in quella con Dio.

Sono molto grata alla vita per avermi permesso tante esperienze di relazione con la loro gioia e il loro dolore che è, soprattutto, paura. Ho avuto dei compagni e ho avuto genitori, nonni, sorelle, amici, allievi da amare. Ho avuto figli.

Una volta concepiti, la paura di perderli è atroce ma ancor più terribile è il diniego, che creiamo noi genitori, che questa possibilità accada. Per questa ragione la *morte* ci coglie sempre impreparati: perché facciamo coincidere l'amore con questo sensoriale non vedere più, non toccare più, non udire, non baciare. *L'Amore è oltre tutto ciò.*

Ecco perché la Speranza si rivela spesso *al cospetto della possibilità della morte delle cose o in presenza della morte*

stessa. Anche della morte del nostro corpo fisico. E' continuando a camminare nonostante il dolore, è continuando a guardare oltre il buio chiamando a voce alta la Vita col nome *dei nostri desideri più ardenti* che infine scopriamo quello che era sotto i nostri occhi da sempre. Scopiamo che non può esserci una fine assoluta, ma solo *segmenti di realtà finita* che emergono da uno spazio-tempo infinito chiamato Vita, chiamato Amore. Segmenti che iniziano con una nascita e finiscono con una morte di corpi, esperienze, relazioni. Forme. Ma ciò che precede e ciò che segue quel piccolo intervallo nell'immenso mare delle possibilità, è sempre *Vita*. Lo sentimmo bene il giorno che, alla dodicesima settimana di gravidanza, io e il mio compagno perdemmo il nostro primo figlio. Era bastato quel poco tempo per creare un vincolo d'amore potentissimo tra quell'Essere e tutti noi, ma lui, in un modo del tutto silenzioso e fisicamente indolore, se ne andò. L'amore, quello no, non se ne è andato. Ci fu chiaro che dando la nascita a un Essere, dandogli una forma, così come dando nascita e forma ad una relazione, gli diamo anche la morte e che questo

non significa fine della vita ma *ciclo della Vita*. Contemplando la bellezza dei nostri tre figli che potevamo vedere e abbracciare realizzammo che questo *amore che cerca di includere tutto ci rende liberi* e ci insegna a *guardare e toccare* la sofferenza del mondo senza farci fagocitare da essa. E' solo in questo modo che il nostro servizio nell' aiutare sia noi stessi che gli altri ad alleviarla, non sarà frutto del senso di colpa, dell'indignazione o dell'identificazione, ma solo della *compassione e della gioia di donare*.

Nella relazione con Dio le cose non sono diverse. A spese di lunghi periodi di dubbio e a volte di buio, ho scoperto che non è vero che se non sento la voce di Dio egli non mi ama. *L'Amore E'* a prescindere anche dai doni che impari a ricevere da Lui. *L'Amore coincide con la Vita stessa, con ogni battito del mio e del tuo cuore, con ogni respiro e con il cessare dello stesso*.

Spesso mi accade di incantarmi davanti alla bellezza e dalla perfezione che ci circonda. La straordinarietà e unicità di tutte le espressioni della natura sta nel paradossale legame d'Amore cosmico che è al tem-

po stesso *vincolo e libertà, costruzione e distruzione*. Nascita, morte e rinascita. Mi commuove l'innocenza della natura, la sua pulizia e al tempo stesso la passione assoluta, la gloria con la quale si manifesta e mi abbandono nella contemplazione della danza tra logica e assurdo, tra spazio e tempo, visibile e invisibile. So d'essere in un' immensa relazione d'Amore con Tutto e parte integrante di questo spettacolo nel quale scorgo il mio ruolo. Poi osservo le movenze della danza di noi uomini in contrasto con quella perfezione e mi viene a volte da ridere e a volte da piangere, perché appesantito com'è da tutta la sua cultura, l'uomo sembra un ballerino con indosso un buffo, ingombrante costume del quale va molto fiero, ma che rende i suoi gesti goffi, ridicoli, violenti, privi di significato. Tutto vive, pulsa, evolve entro un'immensa rete che è *biologica e spirituale al tempo stesso* e l'uomo ne è parte. Anche la nostra follia, la nostra malattia potenzialmente mortale che ci rende dimentichi della *rete* nella quale viviamo, ha una ragione d'essere. Una ragione evolutiva. E ogni malattia, in termini evolutivi, arriva per darci *l'opportunità di guarire*, di gua-

dare la nostra disarmonia e cambiare, trasformarci, dare la morte a tutto ciò che porterebbe ad una morte ancora più grande.

La grande opportunità che la vita ci sta offrendo è quella di salvarci che significa, con urgenza, prendersi la responsabilità di *guarire come individui*. Questo può voler dire rimuovere tutte le ragioni per le quali abbiamo smesso di sentire con l'istinto e il cuore che c'è una logica interconnessione tra la nostra sopravvivenza ed evoluzione e quella di tutte le cose così come c'è un logico legame tra le generazioni passate, presenti e quelle future e *sentire che tutto questo è sacro, cioè inviolabile*. La rete nella quale viviamo e che oggi continuiamo a strappare con i nostri folli gesti quotidiani, è *sacra*. Per non violare e violentare possiamo imparare ad *amare di quell'amore Grande* e, progressivamente, includere nella nostra famiglia una famiglia più grande, molto, molto più grande. *L'Amore Grande non può essere limitato*. Il suo destino è espandersi fino a quello che ieri mi sembrava il confine ultimo dell'umana capacità d'amare e che oggi è già superato dallo scorgersi di un nuovo orizzonte..

Come fare? Cosa fare? Da che parte iniziare?

Lo so, non è facile.

L'Amore è la cosa *più semplice* che esista e per noi uomini così complessi è anche la *meno facile*. A noi e solo a noi spetta il compito di scoprire questa verità. Come fare? Cosa fare? Da che parte iniziare? Non ho ricette.

Nessuno, in realtà, ha la formula "giusta", perché ognuno ha un modo tutto suo ed un suo percorso per tornare a Casa ed è la scoperta del proprio itinerario e dei veicoli a noi consoni la parte più formativa ed entusiasmante del viaggio. Quello che ognuno di noi può fare è *donare la propria testimonianza* mostrando con sincerità e umiltà il modo in cui ha affrontato e affronta ogni tappa.

Mostrando che non sempre è facile, non sempre si ha successo al primo e neppure al secondo tentativo. Ma mostrare anche che a volte il successo è frutto di tenacia, costanza e che se è stato o è possibile a me è possibile a tutti gli uomini e le donne di buona volontà.

Penso che per far crescere l'amore dentro di noi occorra

scegliere *gioiosamente* una sorta di disciplina.

Disciplina non è una parola facile e spesso viene confusa con l'obbligo.

La disciplina, invece, è una *pratica costante che scegliamo in tutta libertà*, proprio come scegliamo di seguire un programma di allenamento in palestra. La disciplina ci permette di curare le nostre relazioni, di nutrirle e di dedicare loro preziosi momenti per imparare ad equilibrare *il chiedere, il ricevere, il dare*.

Far diventare adulta una relazione è un po' come crescere un figlio che per grande possa diventare, richiederà sempre un po' di *cura* da parte dei genitori.

Questo è molto evidente nell'amore di coppia, perché tutti sappiamo che ogni giorno dobbiamo trovare il tempo per dedicarci ad esso se non con la presenza fisica, con una presenza *intensa del cuore*; la relazione d'amore con i figli, gli amici, i colleghi, con noi stessi, con la natura e ancor più quella con Dio non fanno eccezione. *Cura, dedizione, nutrimento*.

Disciplina, oggi, è soprattutto tenere viva la scelta di vivere nella *gioia senza cedere al bisogno di soffrire, d'essere*

vittima, di lamentarmi e accusare. Gioia è la consapevolezza di avere ad ogni istante la possibilità di scegliere, di cambiare: i pensieri, le emozioni, le azioni, la percezione.

E' l'immenso piacere che offre la capacità di rispondere di se stessi e ci ciò che ci circonda; è l'immenso sospiro di sollievo che ci apre la porta del potere personale, del dichiarare intimamente e con forza: *io posso*.

Gli effetti della *pratica per far crescere* la relazione d'Amore con Dio non passano mai, anzi, aumentano in modo esponenziale: crescono gioia, pace, presenza, senso della realtà e una passione non più esplosiva e a singhiozzi, come spesso accade nelle relazioni con uomini e donne, ma una passione intima, continua, stabile, temperata e forte al tempo stesso. Calda nel modo giusto.

Se ci dimentichiamo di essere presenti e se non alleniamo il cuore e il corpo a dare e a darsi, la relazione a poco a poco appassisce. Nello stesso modo occorre trovare un momento durante la giornata anche per *incontrare Dio* e penso che per l'Uomo d'oggi questa non sia più un'opzione, *ma*

una necessità. Occorre trovare il tempo, il luogo e il modo per stare con Lui, lodando, ringraziando, meditando, ascoltando, chiedendo consiglio, aprendosi a poco a poco per permettergli di *entrare*. Magari pochi minuti, ma essendoci completamente.

Qualunque luogo può diventare un tempio: non solo una chiesa, ma anche un parco, una stanza.

Possiamo sederci ovunque: sul pavimento, su una panca o una panchina, su una sedia. Semplicemente, possiamo provare a *respirare Amore nel centro del cuore*. Comunque la cosa che veramente è importante è sapere che quegli istanti più o meno lunghi di dedizione sono il frutto del nostro *desiderio di incontrare*

il Suo amore. Basta questo: *il puro desiderio*. Ci sono poi le occasioni speciali: quando ci si ritrova con gli amici, quando preghiamo insieme danzando, cantando, nei riti semplici o nella liturgia, qualunque liturgia.

Proprio come quando siamo innamorati, ben presto inizieremo a vedere con gli occhi dell'Amore che ci fanno scorgere la presenza di Dio nell'amato o nell'amata e nell'essenza di ogni cosa.

Accogliendo nella nostra vita la meravigliosa *disciplina della preghiera e della meditazione*, iniziamo ad accorgerci di tutte le perle di *bellezza e di saggezza* che quotidianamente la Vita ci dona. Allora la gratitudine inizia a farsi strada e a sgorgare dal nostro Centro, abbondante e per ogni cosa.



La Carità: Amore che si fa Dono



Rivelazione e miracolo

Tutto, con la pratica della Gratitude, diventa un miracolo! Si dice che gli Uomini, per abbandonarsi alla fede, abbiano bisogno di assistere ad un miracolo. Eppure i miracoli sono tra noi, in noi, accadono in ogni istante e ad ogni angolo di strada. Il miracolo è la Grazia di Dio che d'improvviso diventa visibile, udibile, toccabile, sensibile, ma ciò che ignoriamo è che la Grazia è disponibile ovunque, in qualunque momento. Pensiamo al miracolo come qualcosa di eclatante, qualcosa che ci lascia con la bocca aperta e gli occhi spalancati, ma soprattutto siamo convinti che non possa accadere a noi. Questo pensiero, questa convinzione, come tutte le convinzioni, agisce come un soporifero dei nostri sensi e del nostro cuore: è come se gli occhi si chiudessero, le orecchie si tappassero, gusto, olfatto, tatto fossero anestetizzati da un pregiudizio fossilizzato. Il cuore è chiuso. L'anima ingabbiata.

E invece.

I miracoli non solo possono accadere, ma accadono ad ognuno di noi indistintamente solo che, nella maggioranza dei casi, non abbiamo saputo dare il nome giusto al giusto

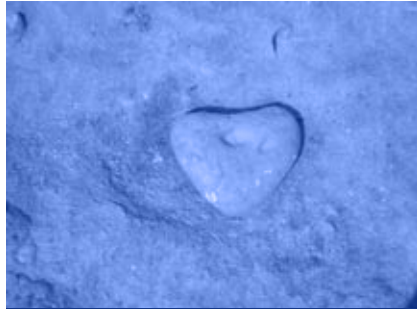
evento. Non abbiamo avuto fiducia in noi stessi, nella nostra intuizione o non l'abbiamo riconosciuto, perché chissà cosa ci aspettavamo che succedesse, esteriormente, in presenza di un miracolo! Fuori non succede nulla: niente trombe, niente fuochi d'artificio né qualcuno che ci dica: ecco questo si chiama miracolo, ma dentro sì, *dentro accade tutto in una frazione di secondo.*

Un giorno, per esempio, accade che la mattina ti alzi come sempre e compi i gesti che ti accompagnano da anni e anni: infili le pantofole, vai in bagno, esci dal bagno e, nell'andare in cucina vieni attratto dalla luce che filtra dalle persiane. Provi un particolare desiderio di *luce* e, semplicemente, apri la finestra e spalanchi le ante. E ti appare... IL SOLE. Non il sole ma IL SOLE. Ogni tua cellula vibra, ogni tuo senso è percorso da un'onda anomala di delizia e dal tuo cuore sale quello stupore che è *intimità con il creato, che è Comunione.*

Quel giorno, dopo magari trenta, quaranta, sessant'anni di vita sulla Terra hai visto IL SOLE. In quel momento ciò che i tuoi occhi contemplano non è la stessa luce del giorno prima, non è lo stesso calo-

re, lo stesso colore, la stessa qualità d'immagine. No. Quel SOLE, quella stessa stella che ogni giorno da quando sei nato hai guardato alzarsi e coricarsi come la cosa più ordinaria e normale che potesse accadere, oggi si è *rivelato* nella sua realtà, oggi è un *miracolo* e il tuo corpo lo sa perché l'onda anomala lo sommerge d'emozione e gli occhi si riempiono di lacrime, la pelle si inumidisce e nel cuore... oh! Nel cuore germoglia qualcosa che le parole non sono capaci di descrivere. Se siamo fortunati proviamo qualcosa di simile nei confronti della persona della quale scopriamo di essere innamorati: *lo stordimento della bellezza*. L'esplosione nel centro del petto che, quasi, fa male e poi ti senti sciogliere dentro, naufrago in un mare di meraviglia... Una relazione d'amore che comincia con questa *rivelazione del miracoloso*, ha molte probabilità di crescere a patto che al miracolo non ci si attacchi, che non si pretenda di trattenerlo. Anche l'inizio della relazione d'amore con Dio può essere chiamata innamoramento, perché ne ha tutte le caratteristiche: la rivelazione è stordente, il miracolo della trasformazione che accade in noi è poderoso, il tocco della

Grazia illumina ogni cosa, ma anche qui, la capacità di continuare a vedere e sentire il miracoloso nel rapporto con l'Amato la devo costruire io, *con pazienza, nel tempo*.



Andare all'appuntamento

A volte ci sentiamo talmente brutti, umorali, confusi da non credere di poter neppure essere guardati, figuriamoci accolti o addirittura amati. Andare ad un appuntamento con Dio pieni di tutto il nostro tormento, è vero, potrebbe essere un problema, specie per la comunicazione, ma il problema più grande si rivelerebbe la decisione di non andare. Scappare davanti alla difficoltà di sentirsi "brutti" significa scappare davanti al sacrificio, al *fare sacro*, che richiede la costruzione della relazione. Questo significa anche fuggire dalla cosa più importante

della vita! Se non sto bene, sono stanca, confusa, arrabbiata, annoiata, se sento di non avere tempo e ho paura di non attendere alle aspettative mie ed altrui la cosa migliore, anzi, urgente da fare è andare nel nostro luogo d'incontro, fermarsi e dire le stesse cose che, se fossimo saggi o forse solo un po' più umili, diremmo al nostro compagno o alla nostra compagna ovvero: *mi dispiace, oggi sono un po' così... ti chiedo di accogliermi per quella che sono. Ti chiedo aiuto. Ti prego: ascoltami*. Nutrendo la fiducia *nell'essere amati così come siamo*, impariamo ad accettare che Dio ci ama così come siamo ma impariamo anche a donare il meglio di noi stessi senza condizioni; ci apriamo alla speranza dell'eternità dell'amore contemplando la meraviglia dei suoi paradossi e dei suoi misteri e questo si traduce, nella nostra relazione con Dio così come in quella sponsale, in un progressivo *rivelarsi*, in un *lento alzare il velo*. Il rito nel quale lo sposo, lentamente, alza il velo rivelando il volto della sposa è il simbolo di questo stupore continuo, della bellezza che, giorno dopo giorno, ci illuminerà dopo le nozze. Di tutto il rito matrimoniale trovo sia uno dei

momenti più belli ed intensi. E' incredibile quello a cui può portare la scoperta delle cose che abbiamo in comune: luci e ombre emergono da dietro il velo e lentamente impariamo ad affrontarle, a riconoscerle e accettarle in noi stessi riconoscendole, accettandole e persino amandole nell'altro. Lentamente impariamo a lasciarci andare e a *precipitare con fede nel centro dell'amore*.

Ed è dopo questo volo iniziatico che scopriamo la forza del dono più grande che ci fa l'Amore quando si trasforma in *Carità* ovvero amore totale ed incondizionato nei confronti di tutti, anche di coloro che ci hanno fatto del male. E tra questi, spesso con sorpresa, scopriamo esserci noi stessi.

La forza del Per-Dono.

La Carità prende forma dentro di noi liberando nelle nostre relazioni d'amore un fiume di compassione e forza spirituale che si manifesta col profondo desiderio, per non dire l'urgenza di *Perdono*, in *primis perdono a noi stessi*: per le nostre imperfezioni, per la nostra incredulità d'essere io

splendore che siamo. Per la bestemmia di rifiutare o non sentirci degni di un amore così grande, di un dono così immenso come quello che è stato depositato nel cuore di ognuno fin dal principio. Poi la forza del *perdono che doniamo* a chi ci ha ferito, tradito, violato, umiliato, a chi ha sacrificato una parte della propria innocenza per insegnarci, proprio con quel gesto, chi siamo davvero, per indicarci la luce che ci abita, la Verità che ci sospinge; infine la forza di *chiedere perdono* a coloro che abbiamo offeso, deriso, maledetto, ignorato, tradito e umiliato. Forza di *chiedere perdono* alla Vita per tutte le volte che l'abbiamo rinnegata e la rinnegheremo, giudicheremo, la escluderemo dai nostri valori più elevati.

Anche solo l'iniziare col *voler perdonare* ha il potere di squarciare i muri della vergogna, di dissolvere la durezza dell'egoismo e la miseria del senso di colpa e di indicarci la strada per il *Paradiso in Terra*. Il Perdono ci rivela l'essenza del *mistero dell'Amore di Dio* che è pura *Carità* e non ha bisogno di nessuna preghiera per perdonarci, ma che facendosi specchio per il nostro piccolo cuore, risponde alle nostre invocazioni infonden-

doci pace e leggerezza, luce e *stupore*. Quel tipo di *Perdono* ci solleva quando cadiamo e ci porta tra le braccia quando la rabbia e la paura ci hanno stremati. L'amore che esplode nella totalità della *caritas* ci perdona, ci salva e purifica e ci permette, ancora una volta, per l'ennesima volta, di *ricominciare*.

Anche nella coppia.

Nonostante spesso ci faccia fatica a trovare sintonia; nonostante l'incapacità, a volte, di gioire nel condividere la quotidianità; nonostante le tempeste interne ed esterne; persino nonostante i tradimenti, la volontà di perdono riconduce a tutti noi il senso del nostro stare insieme, dell'esserci incontrati e desiderati e dell'aver scelto di fare un percorso camminando mano nella mano *lungo la Via di Casa*.



Epilogo

Pochi mesi fa dal momento in cui sto scrivendo queste righe di chiusura, a cinquant'anni ho detto un'altra volta *SI'* a questo Amore dicendo sì a *quell'uomo che oggi è mio marito* e tramite il quale, per il quale e con il quale, dieci anni fa ho scelto di prepararmi alle nozze dell'anima e diventare la *Sposa* che, nonostante le tante relazioni importanti compresa quella importantissima con il padre dei miei due figli, non ero mai stata. Ho desiderato indossare - ignorando l'età e il fatto

che non fosse proprio la prima volta! - sia *l'abito bianco* simbolo di purezza, sia il *velo* simbolo di pudore e mistero *del femminile*. Prima davanti a Dio, in forma privata e grazie al sostegno di un amico sacerdote e poi davanti al sindaco del nostro paese e a tutti i nostri cari, ci siamo scambiati gli *anelli* simbolo di fedeltà e *un'ardente promessa* di ricercare l'uno per l'altra la *Gioia in noi stessi* e di fede e fiducia *nell'eternità dell'Amore*. Non solo e non tanto perché pensiamo che il nostro amore sia eterno, ma perché sentiamo che ***L'Amore così è***, comunque vadano le cose.



“ L'Amore è la cosa più semplice che esista e per noi uomini così persi e complessi è anche la meno facile. A noi e solo a noi spetta il compito di scoprire questa verità. Come fare? Cosa fare? Da che parte iniziare? Non ho ricette. Nessuno, in realtà, ha la formula “giusta”, ma solo perché ognuno ha un modo tutto suo ed un suo percorso per tornare a Casa ed è la scoperta del proprio itinerario e dei veicoli a noi consoni la parte più formativa ed entusiasmante del viaggio. Quello che ognuno di noi può fare, invece, è donare la propria testimonianza mostrando con sincerità ed umiltà il modo in cui ha affrontato ed affronta ogni tappa. È' quello che sto facendo con questo breve scritto: sto dando testimonianza di qualcosa che io per prima tento, non sempre con facilità, non sempre con successo, di applicare nella mia vita e che so essere non solo alla mia portata, ma alla portata di ogni donna ed ogni uomo di buona volontà.”

Monica Antonioli è nata nel 1961 e vive in provincia di Varese dove ha anche sede l'Associazione da lei fondata, **La Via di Casa**. Il suo insegnamento è il riflesso del suo percorso di crescita personale e spirituale. I metodi e le tecniche che utilizza nei suoi lavori sono tesi all'integrazione dell'Essere in quanto unità inscindibile di corpo, mente, emozioni e spirito. Il campo di applicazione del suo intervento spazia dall'ambito educativo, con proposte dedicate ad educatori e ragazzi, a quello professionale e di sperimentazione artistico-creativa con un progetto denominato **AR.TE M.O.VI.DA**. Ha ideato e coordina la **Scuola dell'Opera e del Servizio**, percorso triennale di formazione umana e professionale per la conduzione di gruppi di crescita personale. Monica è madre felice di due figli, ormai splendidi uomini e neo-nonna. La vita familiare e di coppia sono parti integranti di un percorso che tende a includere e armonizzare alla pratica spirituale ogni aspetto della normale vita quotidiana di una donna.



è la Via del Cuore

Associazione LA VIA DI CASA

per la guida e l'orientamento alla realizzazione esistenziale

Via Cascina Ciabattino, 3 - 21029 Cimbrio di Vergiate (Va)

www.laviadicasa.org - info@laviadicasa.org

