

Da quando mi hai chiesto di scrivere per te e i tuoi amici, sulla vita spirituale, mi sono chiesto se potesse esserci una parola che, alla fine della tua lettura, riassumesse tutto ciò che desidero dirti. Nel corso di quest'ultimo anno, la parola speciale, che io cercavo, si è fatta lentamente strada dal profondo del mio cuore. La parola è "Amato". Sono sicuro che questa parola mi è stata data per amore tuo e dei tuoi amici. Come cristiano, ho scoperto per la prima volta questa parola nella storia del battesimo di Gesù di Nazareth. «Non appena Gesù uscì dall'acqua, vide aprirsi i cieli e lo Spirito discendere su di lui come una colomba. E sentì una voce dal cielo: "Tu sei mio Figlio, l'Amato, in te mi sono compiaciuto"». Per molti anni, ho letto queste parole e ne ho fatto oggetto di riflessione in molte prediche e letture, ma solo dopo i nostri colloqui a New York esse hanno assunto un significato che oltrepassa i confini della mia tradizione. Le molte

nostre conversazioni mi hanno portato alla intima convinzione che le parole "Tu sei il mio Amato" rivelano la più profonda verità su tutti gli esseri umani, appartengano o no a una particolare tradizione.

Fred, quello che voglio dirti è che "Tu sei l'Amato", e quello che spero è che tu possa ascoltare queste parole come fossero dette a te con tutta la tenerezza e la forza che l'amore può avere. Il mio unico desiderio è che queste parole possano risuonare in ogni parte del tuo essere – "Tu sei l'Amato".

Il più grande dono che la mia amicizia possa farti è il dono di riconoscere il tuo stato di "essere amato". Posso farti questo dono solo per quanto l'ho preteso per me stesso. Non è questa l'amicizia: darci l'uno all'altro il dono del nostro "essere amati"?

Sì, è quella voce, la voce che parla dall'alto e da dentro i nostri cuori, che sussurra dolcemente o dichiara con forza: «Tu sei il mio Amato, in te mi sono compiaciuto». Non è certamente facile ascoltare quella voce in un mondo pieno di altre voci che gridano: «Tu non sei buono, sei brutto; sei indegno; sei da disprezzare, non sei nessuno – e non puoi dimostrare il contrario».

Queste voci negative sono così forti e così insistenti che è facile credere loro. Questa è la grande trappola. È la trappola del rifiuto di noi stessi. Nel corso degli anni, sono arrivato a rendermi conto che, nella vita, la più grande trappola non è il successo, la popolarità o il potere, ma il rifiuto di noi stessi. Natu-

quella voce, che mi chiamava l' "Amato", poteva essere ascoltata.

Penso che tu capisca di cosa sto parlando. Non stai sperando, anche tu, come me, che qualche persona, cosa, o evento, possano darti quel sentimento definitivo di intimo benessere che tu desideri? Non speri spesso: «Forse questo libro, questa idea, questa serie di eventi, questo viaggio, questo lavoro, questo paese o questa relazione porterà a compimento il mio più profondo desiderio». Ma finchè rimani nell'attesa di questo misterioso momento, andrai avanti correndo alla cieca, sempre ansioso e senza pace, sempre febbrile e furioso, mai pienamente soddisfatto. Sai che questa è la forza coattiva che ci mantiene sempre in movimento e indaffarati, ma che allo stesso tempo ci fa chiedere se stiamo andando da qualche parte. Questo è il modo di esaurire e bruciare la vita spirituale. Questa è la strada per la morte spirituale.

Tu ed io non dobbiamo uccidere noi stessi. Noi siamo gli Amati. Siamo intimamente amati, assai prima che i nostri genitori, insegnanti, coniugi, figli e amici ci abbiano amati, o offesi. Questa è la verità della nostra vita. Questa è la verità che voglio che tu pretenda per te stesso. Questa è la verità enunciata dalla voce che dice: «Tu sei il mio Amato».

Ascoltando con grande, interiore attenzione quella voce, sento nell'intimo parole che dicono: «Ti ho chiamato per nome fin dal principio. Tu sei mio e io sono tuo. Tu sei il mio Amato, in te mi sono compia-

non impossibili da contattare. So fin troppo bene che sotto la mia arroganza ci sono molti dubbi su me stesso, così come so che nel rifiuto di me stesso, c'è un bel po' di orgoglio nascosto. Sia che mi esalti o mi deprezzi, perdo contatto con la mia verità e distorco la mia visione della realtà.

Spero che in qualche modo tu possa identificare in te stesso la tentazione al rifiuto del tuo io, sia che si manifesti sotto la forma dell'arroganza che sotto la forma del deprezzamento di te. Non è raro che il rifiuto di se stessi sia visto semplicemente come l'espressione nevrotica di una persona insicura. Ma la nevrosi è spesso la manifestazione psichica di una più profonda oscurità umana: l'oscurità data dal fatto di non sentirsi veramente i benvenuti nell'esistenza umana. Il rifiuto di se stessi è il più grande nemico della vita spirituale perché contraddice la voce sacra che ci chiama gli "Amati". Essere l'Amato esprime la verità centrale della nostra esistenza.

Espongo questo in modo così diretto e semplice perché, sebbene l'esperienza di essere l'Amato non sia stata mai completamente assente dalla mia vita, non ho mai rivendicato che ne fosse la verità centrale. Continuavo a girarvi intorno, più o meno alla larga, alla costante ricerca di qualcuno o di qualcosa che mi convincesse del mio stato di "essere amato". Era come se qualcosa, dentro di me, si rifiutasse di ascoltare la voce che proviene dalla parte più profonda del mio essere e che dice: «Tu sei il mio Amato, in te mi

sono compiaciuto». Quella voce è sempre stata lì, ma, a quanto pare, io desideravo di più ascoltare le altre voci, voci forti, che dicevano: «Dimostra che sei degno di qualcosa; fai qualcosa di significativo, spettacolare o potente, e allora potrai guadagnare l'amore che desideri». Nel frattempo, la voce dolce e gentile che parla nel silenzio e nella solitudine del mio cuore rimaneva inascoltata o, perlomeno, non era convincente.

Quella voce dolce e gentile che mi chiama l'Amato è venuta a me in innumerevoli modi. I miei genitori, gli amici, gli insegnanti, gli studenti e i molti estranei che ho incrociato nel mio cammino, mi hanno fatto sentire quella voce in toni differenti. Sono stato benvenuto, con tenerezza e gentilezza, da molte persone. Mi hanno insegnato e sono stato istruito con molta pazienza e perseveranza. Sono stato incoraggiato a perseverare quando ero pronto a lasciar perdere, e sono stato stimolato a riprovare quando ho fallito. Sono stato ricompensato e elogiato per il mio successo... però, in un certo qual modo, tutti questi segni d'amore non sono stati sufficienti a convincermi che ero l'Amato. Sotto l'apparente salda fiducia in me stesso, c'era sempre la stessa domanda: «Se tutti quelli che mi coprono di tanta attenzione, potessero vedere e conoscere la parte più intima di me stesso, mi amerebbero ancora?». Questa tormentosa domanda era radicata nella mia intima oscurità, continuando a perseguitarmi e a farmi fuggire da dove quella tran-

ralmente, il successo, la popolarità e il potere possono essere una grande tentazione, ma la loro forza di seduzione deriva spesso dal fatto che sono parte di una più grande tentazione, quella del rifiuto di noi stessi. Quando si dà ascolto alle voci che ci chiamano indegni e non-amabili, allora il successo, la popolarità e il potere sono facilmente percepiti come soluzioni attraenti. Ma la vera trappola è il rifiuto di noi stessi. Mi stupisco sempre di come cado in fretta in questo tipo di tentazione. Appena qualcuno mi accusa o mi critica, appena mi sento rifiutato, lasciato solo o abbandonato, mi trovo a pensare: «Questo prova, ancora una volta, che non sono nessuno». Invece di assumere una posizione critica al riguardo, o cercare di capire quali sono i miei e gli altrui limiti, tendo a colpevolizzarmi – non solo per ciò che ho fatto, ma per ciò che sono. Il mio lato oscuro dice: «Non sono buono... mi merito di essere messo da parte, dimenticato, rifiutato, e abbandonato».

Forse tu pensi d'essere maggiormente tentato dall'arroganza piuttosto che dal rifiuto di te stesso. Ma l'arroganza non è un altro aspetto del rifiuto di se stessi? L'arroganza non è mettere te stesso su un piedistallo, per evitare di essere visto come tu ti vedi? E, in ultima analisi, l'arroganza non è un altro modo per aver a che fare con il sentimento della propria indegnità? Sia il rifiuto di se stessi che l'arroganza ci emarginano dalla comune realtà dell'esistenza e creano una comunità di persone estremamente difficili, se

ciò che occorre fare è rimuovere la sabbia arida che copre la sorgente. Nelle nostre vite può esserci un grande cumulo di sabbia arida, ma Colui che desidera placare la nostra sete, ci aiuterà a rimuoverlo. Quel che è necessario è avere un grande desiderio di trovare l'acqua e di bere dalla sorgente.

Tu hai vissuto meno anni di me. Puoi ancora desiderare di guardarti intorno un po' di più, un po' più a lungo, e convincerti che la vita spirituale è degna di tutte le tue energie. Ma sento una certa premura nei tuoi riguardi perché non voglio che tu sprechi troppo del tuo tempo! Io ho meno anni davanti a me che dietro di me. Per te, spero che sia vero il contrario. Perciò, voglio incoraggiarti, già da adesso, a non lanciarti in ricerche che ti portino solo alla confusione. Non devi neanche diventare la vittima di un mondo che manipola o rimanere intrappolato in ogni sorta di dipendenza. Puoi scegliere di raggiungere adesso la vera, intima libertà e scoprirla sempre più pienamente.

Così, se sei interessato ad iniziare il viaggio dell'Amato, ho molto di più da dirti, poiché il viaggio della vita spirituale necessita non solo di determinazione, ma anche di una certa conoscenza del terreno da attraversare. Non voglio che tu debba errare nel deserto per quarant'anni come fecero i nostri antenati spirituali. E non voglio che tu vi rimanga neanche per tutto il tempo che ci sono rimasto io. Tu mi sei molto caro, sei un amico che amo con tutto il cuore.

ciuto. Ti ho modellato nelle profondità della terra e ti ho formato nel grembo di tua madre. Ti ho scolpito nei palmi delle mie mani e ti ho nascosto all'ombra del mio abbraccio. Ti guardo con infinita tenerezza e ho cura di te con una sollecitudine più profonda che quella di una madre per il suo bambino. Ho contato ogni capello del tuo capo e ti ho guidato ad ogni passo. Ovunque tu vada, io vengo con te, e ovunque tu riposi, io veglio su te. Ti darò del cibo che soddisferà ogni tua fame e bevande che estingueranno ogni tua sete. Non nasconderò il mio viso da te. Tu sai che io sono tuo come io so che tu sei mio. Tu mi appartieni. Io sono tuo padre, tua madre, tuo fratello, tua sorella, il tuo amante e il tuo sposo... Sì, persino il tuo bambino... ovunque tu sia, io ci sarò. Niente mai ci separerà. Noi siamo uno».

Ogni volta che ascolti con attenzione quella voce che ti chiama l'Amato, scoprirai in te il desiderio di riascoltarla più a lungo e più profondamente. È come scoprire una sorgente nel deserto. Quando si sente il terreno umido, si vuol scavare più a fondo.

Ultimamente ho eseguito molti scavi e so che ho appena iniziato a vedere un ruscelletto scaturire attraverso la sabbia arida. Devo continuare a scavare perché quel ruscelletto venga fuori dall'enorme serbatoio nascosto sotto il deserto della mia vita. La parola "scavare" forse non è la più adatta, perché dà l'idea di un lavoro duro e penoso, ma, alla fine, mi porta là dove posso placare la mia sete. Forse tutto

Sebbene sia vero che chiunque debba fare le proprie esperienze, credo però che si possa prevenire coloro che si ama dal fare gli stessi errori. Nel campo della vita spirituale, abbiamo bisogno di guide. Nelle pagine che adesso voglio scrivere per te, mi piacerebbe essere la tua guida. Spero che tu sia ancora interessato a seguirmi in questo viaggio.

Incarnare la Verità

Caro amico, essere l'Amato è l'origine e il compimento della vita dello Spirito. Dico questo perché, appena cogliamo un barlume di questa verità, ci mettiamo in cammino alla ricerca della pienezza di tale verità e non abbiamo requie finché non riusciamo a trovarla. Dal momento in cui rivendichiamo la verità di essere gli Amati, noi affrontiamo la chiamata di diventare ciò che siamo. Diventare gli Amati: ecco il viaggio spirituale che dobbiamo compiere. Le parole di Agostino: «La mia anima è inquieta, finché non riposa in Te, o Dio» definiscono bene questo viaggio. So che il fatto di essere alla costante ricerca di Dio, in continua tensione per scoprire la pienezza dell'Amore, con il desiderio struggente di arrivare alla completa verità, mi dice che ho già assaporato qualcosa di Dio, dell'Amore e della Verità. Posso cercare solo qualcosa che, in qualche modo, ho già trovato. Come posso cercare la bellezza e la verità, senza che la bel-

lezza e la verità siano, nel profondo del mio cuore, a me già note? Sembra che tutti noi, esseri umani, abbiamo un profondo, intimo ricordo del paradiso che abbiamo perduto. Forse è più appropriata la parola "innocenza", che la parola "paradiso". Eravamo innocenti prima di cominciare a sentirci colpevoli; eravamo nella luce prima di entrare nell'oscurità; eravamo a casa prima di iniziare a cercare una casa. Nella profondità dei recessi delle nostre menti e dei nostri cuori dimora nascosto il tesoro che noi cerchiamo. Sappiamo che è prezioso, e sappiamo che contiene il dono che più desideriamo: una vita più forte della morte.

Se è vero che non siamo solamente gli Amati, ma dobbiamo anche *diventare* gli Amati; se è vero che non solo *siamo* i figli di Dio, ma *dobbiamo* anche diventare i figli di Dio; se è vero che non solo *siamo* fratelli e sorelle, ma *dobbiamo* diventare fratelli e sorelle... se tutto questo è vero, come possiamo allora, afferrare appieno questo processo del divenire? Se la vita spirituale non è semplicemente un modo di essere, ma anche un modo di divenire, qual è allora, la natura di questo divenire?

Tu sei abbastanza pragmatico da chiedermi come si passa dalla prima alla seconda innocenza, dalla prima alla seconda infanzia, dall'essere gli Amati al divenire totalmente tali. È una questione di tale importanza che ci obbliga a lasciar perdere ogni forma di romanticismo o di idealismo e a trattare con estrema

e potere così identificare facilmente i nostri momenti di vittimizzazione e i nostri momenti di vera libertà. Conosciamo i nostri meccanismi di difesa, sappiamo che proiettiamo i nostri bisogni e le nostre paure sugli altri, che i nostri dubbi personali possono facilmente intralciare la nostra creatività. La mia domanda è se sia possibile essere così articolati nel nostro viaggio spirituale come lo siamo nel nostro viaggio psicologico. Possiamo entrare in contatto con il misterioso processo del divenire gli Amati nello stesso specifico modo in cui possiamo entrare in contatto con le "dinamiche" della nostra psiche?

Tu puoi chiederti se le psicodinamiche siano veramente così differenti dai movimenti dello Spirito. Io penso che lo siano, anche se si collegano e si intersezionano in molti modi. Quello che voglio descrivere è come i movimenti dello Spirito dell'amore si manifestino nelle nostre lotte quotidiane e come possiamo sviluppare discipline che ci consentano di identificare questi movimenti e di rispondere loro con le nostre azioni.

Per identificare i movimenti dello Spirito nella nostra vita, ho trovato utile ricorrere a quattro parole: preso, benedetto, spezzato e dato. Queste parole riassumono la mia vita di sacerdote, perché ogni giorno, quando mi riunisco intorno nella mensa con i membri della mia comunità, prendo il pane, lo benedico, lo spezzo e lo do. Queste parole riassumono anche la mia vita di cristiano perché, come cristiano, sono

chiamato a diventare il pane per il mondo: pane che è preso, benedetto, spezzato e dato. La cosa più importante, comunque, è che queste parole riassumono la mia vita di essere umano, perché in ogni momento della mia vita, da qualche parte, in qualche modo, il prendere, il benedire, lo spezzare, il dare, sono eventi che accadono.

A questo punto devo dirti che queste quattro parole sono diventate le parole più importanti della mia vita. Solo gradualmente il loro significato mi è diventato noto, e sento che non riuscirò mai a conoscerne la piena profondità. Sono le parole più personali e più universali. Esprimono la più spirituale e la più secolare verità. Parlano del più divino e del più umano comportamento. Raggiungono l'alto come il basso, abbracciano sia Dio che tutti gli uomini. Esprimono succintamente la complessità della vita e abbracciano il mistero che non cessa di rivelarsi. Queste parole sono la chiave per capire non solo le vite dei grandi profeti di Israele e la vita di Gesù Cristo, ma anche le nostre stesse vite. Le ho scelte non solo perché sono profondamente scolpite nel mio essere, ma anche perché, tramite loro, sono entrato in contatto con i modi per divenire l'Amato di Dio.

do?», porta di solito a parlare dei fatti molto concreti su matrimonio, famiglia, salute, lavoro, denaro, amici e progetti per l'immediato futuro. Comunque, raramente questa domanda porta a pensieri profondi sull'origine e il fine della nostra esistenza. Nondimeno, sono del tutto convinto che l'origine e il fine della nostra esistenza sono strettamente legati al modo in cui pensiamo, parliamo e agiamo nella vita di tutti i giorni. Poiché la nostra più profonda verità è quella di essere gli Amati, e la nostra più grande gioia e pace consistono nel rivendicare appieno questa verità, ne consegue che ciò deve farsi visibile e tangibile nel modo in cui mangiamo, beviamo, parliamo, amiamo, giochiamo e lavoriamo. Quando le più profonde correnti della nostra vita non avranno più alcuna influenza sulle onde in superficie, allora la nostra vitalità rifluirà e non saremo più svogliati e annoiati, sebbene ancora presi dalle nostre attività.

Così, il mio compito adesso è quello di scrivere del processo per cui si diventa gli Amati e di come può essere determinato con precisione nella nostra vita di tutti i giorni. Ciò che tenterò di descrivere sono i movimenti dello Spirito, come si collocano dentro di noi e intorno a noi. Come sai, noi viviamo in un'autentica epoca "psicologica". Conosciamo tante cose delle nostre emozioni, passioni e sentimenti. Siamo consci delle molte connessioni tra le nostre prime esperienze e i nostri attuali comportamenti. Dobbiamo diventare piuttosto perspicaci nel nostro sviluppo psicosessuale

concretezza la nostra vita giornaliera. *Diventare gli Amati significa lasciare che la verità dell' "essere amati" si incarni in ogni cosa che pensiamo, diciamo o facciamo.* Ciò comporta un lungo e doloroso processo di appropriazione o, meglio, di incarnazione. Finché "essere l'Amato" è poco più di un bel pensiero o di una idea sublime, sospesa sulla mia vita per impedirmi di diventare depresso, niente cambia veramente. Ciò che è richiesto, è diventare l'Amato nella banale vita di ogni giorno e, a poco a poco, colmare il vuoto che esiste tra ciò che io so di essere e le innumerevoli specifiche realtà della vita quotidiana. Diventare l'Amato significa calare nella ordinarietà di ciò che io sono e, quindi, di ciò che penso, dico e faccio ora dopo ora, la verità che mi è stata rivelata dall'alto.

Quando penso alla tua vita, a quella di Robin e dei vostri amici, sono del tutto consapevole delle pressioni cui siete sottoposti. Tu e Robin vivete nel centro di New York, in un piccolo appartamento, tu devi conservare il tuo lavoro per guadagnare abbastanza per pagare vitto e alloggio, hai migliaia di piccole cose di cui occuparti: telefonate da fare, lettere da scrivere, comprare e cucinare il cibo, stare in contatto con la famiglia e gli amici e rimanere informato di ciò che succede nella tua città, nel tuo Paese e nel mondo. Tutto ciò sembra essere veramente tanto per una sola persona e di solito sono queste semplici cose della vita quotidiana che forniscono la materia prima per le nostre conversazioni. La domanda, «Che stai facen-