

HENRI J.M. NOUWEN

# LA DIREZIONE SPIRITUALE

*Sapienza per il lungo cammino della fede*

A cura di  
Michael J. Christensen e Rebecca J. Laird

*terza edizione*

Queriniana

### 3. Chi sono io?

La domanda fondamentale, «chi sono io?», riemerge sempre, in tutta la vita. Un antico racconto talmudico getta luce sulla vera identità e sul vero valore di ogni singolo essere umano al suo livello più profondo:

#### *Il fuggiasco e il Rabbi*

Un giorno un giovane fuggiasco che cercava di nascondersi al nemico arrivò ad un villaggio. Gli abitanti lo accolsero con cortesia e gli offrirono un posto dove rimanere. Ma quando i soldati che lo inseguivano domandarono dove si nascondeva, tutti furono molto impauriti. I soldati minacciarono di incendiare il villaggio e di uccidere tutti gli uomini se il giovane non fosse stato consegnato prima dell'alba. La gente del villaggio andò dal *Rabbi* e gli chiese che cosa fare. Lacerato dal dilemma se consegnare il ragazzo al nemico o fare uccidere la sua gente, si ritirò in camera e aprì la Bibbia, sperando di trovarvi una risposta prima dell'alba. Dopo molte ore, di prima mattina, il suo sguardo cadde su queste parole: «È meglio che perisca un solo uomo piuttosto che si perda tutto il popolo». Il *Rabbi* chiuse la Bibbia, chiamò i soldati e indicò loro il nascondiglio del ragazzo. E dopo che i soldati ebbero portato via il fuggiasco per ucciderlo, al villaggio vi fu una festa per

ché il *Rabbi* aveva loro salvato la vita. Ma il *Rabbi* non si unì ai festeggiamenti. Oppresso da profonda tristezza rimase nella sua stanza. La notte un angelo andò da lui e gli chiese: «Che cosa hai fatto?». Ed egli rispose: «Ho consegnato il fuggiasco al nemico». L'angelo allora disse: «Ma non sai che hai consegnato il Messia?». «Come avrei potuto?», replicò il *Rabbi* angosciato. E l'angelo: «Se invece di leggere la tua Bibbia fossi andato una sola volta a trovare quel ragazzo e lo avessi guardato negli occhi, lo avresti saputo»<sup>1</sup>.

Non siamo forse sfidati nella nostra vita quotidiana a guardare in fondo agli occhi della gente che incontriamo – anche di quelli che stanno fuggendo da qualcosa – e a vedere in loro il volto di Dio? Forse sapere che sono anch'essi i diletti figli di Dio basterà a impedirci di consegnarli al nemico. Non siamo anche noi sfidati e incoraggiati a guardare più in fondo al modo in cui Dio vede noi: amati, accettati, confermati, degni di salvezza? Siamo anche noi, come il fuggiasco, riflessi del Messia?

#### **Siete i diletti figli di Dio!**

Al tempo in cui Giovanni battezzava la gente nel fiume Giordano, Gesù venne a farsi battezzare anche lui. «E men-

<sup>1</sup> Cit. da Nouwen prima in *Generation Without Fathers*, in *Commonweal* 92 (1970) 287-294, e poi in *The Wounded Healer* (1972), 25s. [trad. it., *Il guaritore ferito*, Queriniana, Brescia 2003<sup>7</sup>, 27s.].

tre stava in preghiera, il cielo si aprì, scese su di lui lo Spirito Santo sotto forma di colomba, e vi fu una voce dal cielo: «Tu sei il mio figlio prediletto, in te mi sono compiaciuto» (Lc 3,21s.).

Come cristiano, sono profondamente convinto che il momento decisivo della vita pubblica di Gesù fu il suo battesimo, quando udì l'annuncio divino: «Tu sei il mio figlio diletto, in te mi sono compiaciuto». In questa esperienza fondamentale viene ricordato a Gesù, al livello più profondo, chi egli è veramente.

Vi è in ciascuno di noi una voce interiore di amore che dice: «Tu sei il diletto di Dio!». Voglio che tu dichiari di essere amato. Non hai bisogno di rimanere irretito da ricerche che non portano da nessuna parte, né devi diventare vittima di un mondo manipolatore, o cadere nella trappola di un vizio di qualsiasi tipo. Puoi scegliere di raggiungere adesso la vera libertà interiore, e puoi scoprirla in modo sempre più pieno.

### La proclamazione definitiva

Per molti anni ho letto, meditandole, le parole del vangelo di Lc 3, dove si narra il battesimo di Gesù, le ho insegnate, ma soltanto negli ultimi anni esse hanno assunto un significato che va molto oltre i confini della mia tradizione religiosa. Le parole di Dio: «Tu sei il mio diletto» rivelano la verità più

intima di tutti gli esseri umani, che appartengano o meno a una tradizione particolare. L'estrema tentazione spirituale è dubitare di questa verità fondamentale su noi stessi e affidarsi a identità alternative. Talvolta reagiamo alla domanda: «Chi sono io?», con la risposta: «Io sono quello che faccio». Quando faccio delle cose buone e ho un certo successo, mi sento bene con me stesso. Ma, quando fallisco, comincio a sentirmi depresso. E poiché invecchio e non posso fare molto, non mi resta altro se non pensare: «Guarda cosa ho fatto nella mia vita... guarda, guarda, guarda, ho fatto qualcosa di buono».

Oppure possiamo dire: «Io sono quello che gli altri dicono di me». Quello che la gente dice di te ha un grande potere: quando la gente parla bene di te puoi andartene in giro tranquillamente, ma se qualcuno comincia a dire cose negative su di te finisci per rattristarti, e quando qualcuno parla contro di te, il tuo cuore può rimanere profondamente ferito. Perché lasciare che ciò che gli altri dicono di te – in bene o in male – definisca chi sei?

Potresti anche dire: «Sono quello che ho». Per esempio, io sono olandese, ho avuto bravi genitori, una discreta istruzione e una buona salute; ma appena perdo qualcosa di questo – se muore un membro della famiglia, se la mia salute se ne va, o se perdo i miei beni – allora mi accade di precipitare nel buio interiore.

Quante delle nostre energie vengono spese nel definire noi stessi, decidendo che «io sono quello che faccio», «io sono quello che gli altri dicono di me», o «io sono quello che

ho»? Se le cose stanno così, la vita spesso è un seguito di alti e bassi che continuano a ripetersi. Quando la gente parla bene di me, quando faccio delle cose buone, quando possiedo molto, mi sento su e sono entusiasta; ma quando comincio a fallire, allora immediatamente scopro che non posso più eseguire un certo compito; quando apprendo che gli altri parlano male di me, oppure perdo gli amici, sprofondo nell'abisso.

Ciò che voglio dirti è che questo atteggiamento a zig zag è sbagliato. Non sono quello che faccio, e tu non sei quello che fai o quello che gli altri dicono di te, o quello che possiedi. «Tu sei il diletto di Dio!». Spero che tu possa ascoltare queste parole come se fossero dirette a te, con tutta la tenerezza e l'amore che possono contenere. Il mio solo desiderio è far riverberare queste parole in ogni angolo del tuo essere: «Tu sei il mio diletto!». La voce che parla dall'alto e dal di dentro, sussurra dolcemente, o afferma ad alta voce: «Tu sei il mio diletto figlio o la mia diletta figlia, in te mi sono compiaciuto». Non è certamente facile udire quella voce in un mondo pieno di voci che gridano: «Non sei buono, sei brutto, sei indegno, sei disprezzabile, non sei nessuno, a meno che tu non possa dimostrare il contrario». Voci negative così forti e insistenti che è facile dar loro credito. È il tranello del rifiuto di sé, che ti fa diventare un fuggiasco che si nasconde per sfuggire alla sua identità più vera.

### La tentazione del dubbio su chi sei veramente

Le tentazioni di Gesù nel deserto, descritte nel *vangelo di Luca*, sono tentazioni che vogliono sradicarlo dalla sua fondamentale identità. La tentazione voleva fargli credere di essere qualcos'altro: tu sei quello che può trasformare le pietre in pani; tu sei quello che può saltare giù dal tempio; tu sei quello che può far prostrare gli altri dinanzi al tuo potere. Gesù ha detto: «No, no, no. Io sono il diletto di Dio». Penso che tutta la sua vita sia un costante richiamo a quella identità, qualunque cosa accadesse. Vi sono momenti in cui è stato lodato, momenti in cui è stato disprezzato o respinto, ma Gesù continua a dire: «Gli altri mi lasceranno solo, ma il Padre mio non mi abbandonerà. Io sono il diletto figlio di Dio. Io sono la speranza fondata su questa identità».

La peggiore insidia dell'esistenza non è il successo, la popolarità o il potere, ma il rifiuto di sé, il dubbio su chi veramente siamo. Successo, popolarità e potere possono essere davvero una grande tentazione, ma la loro forza di seduzione deriva dal loro penetrare nella tentazione, molto più grande, del rifiuto di se stessi. Quando siamo arrivati a credere alle voci che ci definiscono indegni e impossibili da amare, allora il successo, la popolarità e il potere sono facilmente visti come una valida soluzione.

È così facile cadere nella tentazione del rifiuto di sé. Per esempio, ricordo di aver parlato a migliaia di persone, e molte dicevano: «È stato bellissimo quello che hai detto». Ma se

una persona si alzava a dire: «Ehi, mi è sembrato tutto una sciocchezza», quella era la sola persona che avrei ricordato. Quando mi sono sentito criticato, respinto o abbandonato, mi sono sempre ritrovato a pensare: «Bene, questo prova ancora una volta che non sono nessuno». Anziché osservare con occhio critico le circostanze o cercare di comprendere i limiti miei e degli altri, tendo a biasimare me stesso, non soltanto per quello che ho fatto, ma per quello che sono. Il rifiuto di me stesso mi dice: «Non sono bravo, merito di essere messo da parte, dimenticato, respinto, abbandonato».

Puoi identificarti, in qualche misura, in questa tentazione del rifiuto di sé, sia che si manifesti nell'arroganza, oppure nella disistima di sé? Il rifiuto di sé può manifestarsi tanto come una mancanza di fiducia quanto in un eccesso d'orgoglio; ma nessuna delle due cose è il riflesso del nostro vero essere; spesso il rifiuto di sé viene considerato semplicemente come l'espressione nevrotica di una persona insicura. Ma la nevrosi è sovente la manifestazione fisica di un offuscamento molto più profondo dell'animo umano: è il non sentirsi realmente accolti nell'esistenza umana. Il rifiuto di sé è il nemico più grande della vita spirituale, perché contraddice l'affermazione di quella voce sacra che dichiara che siamo amati. Essere i 'diletti' esprime la verità centrale della nostra esistenza. Siamo amati come creature, con i nostri limiti e la nostra gloria.

Lo dico in modo così diretto e semplice perché quantunque l'esperienza di essere il diletto di Dio non sia stata mai completamente assente dalla mia esistenza, ho messo tempo

a reclamarla come la mia verità essenziale. Ho continuato a girovagare cercando qualcuno o qualcosa capace di convincermi che ero il diletto di Dio. Era come se continuassi a rifiutare di ascoltare la voce che parla dalle profondità stesse del mio essere e dice: «Tu sei il mio diletto, in te mi sono compiaciuto».

La voce dolce e soave che mi chiama diletto mi ha raggiunto in tanti modi diversi. I miei genitori, amici, insegnanti, studenti, e tante persone estranee che hanno attraversato il mio cammino, hanno fatto risuonare, in modi diversi, quella voce. Sono stato oggetto dell'affetto di tante persone, con grande tenerezza e bontà; sono stato istruito ed educato con molta pazienza e perseveranza; sono stato incoraggiato ad andare avanti quando ero sul punto di arrendermi, e sono stato convinto a provare di nuovo quando ho fallito.

### **La tentazione di sentirsi sotto pressione**

Accanto alla tentazione di avere dubbi su chi si è veramente, vi è la tentazione di sentirsi sotto pressione. Non speri forse anche tu, come me, che una persona, una cosa, un evento verrà a darti finalmente quel sentimento definitivo di benessere che desideri? Non ti muove spesso la speranza che questo libro, questa idea, questo corso, questo viaggio, questo lavoro, questo paese o questo rapporto adempiranno il tuo desiderio più profondo? Fino a quando

sei in attesa di quel momento misterioso, continuerai però a muoverti a casaccio, sempre ansioso e inquieto, sempre voglioso di qualcosa, arrabbiato, mai pienamente contento. Tu lo sai, è questa pressione che ci mantiene in movimento e in attività, ma nel medesimo tempo ci spinge a chiederci se, alla lunga, questo ci porta poi da qualche parte. È la strada dell'esaurimento e della rovina spirituale. È la via che porta alla morte spirituale.

Bene, tu e io non dobbiamo sperperare la vita e lacerarci. Noi siamo i 'diletti' di Dio: siamo stati intimamente amati prima che i nostri genitori, insegnanti, coniugi, figli e amici ci amassero o ci ferissero. Questa è la verità della nostra vita, è la verità che io desidero tu sappia reclamare per te stesso. È la verità proclamata dalla voce che dice: «Tu sei il mio diletto». Ascoltando quella voce con profonda attenzione interiore io sento al centro di me stesso le parole che dicono: «Ti ho chiamato per nome, sin dal principio. Tu sei mio e io sono tuo. Tu sei il mio diletto, in te mi sono compiaciuto. Ti ho formato nelle profondità della terra e ti ho tessuto nel grembo di tua madre. Ti ho inciso sul palmo delle mie mani e ti ho nascosto all'ombra delle mie braccia. Guardo a te con infinita tenerezza e premura, con una premura più intima di quella di una madre per il suo bambino. Ho contato tutti i capelli del tuo capo e ti ho guidato a ogni passo, dovunque vai io vengo con te, dovunque ti fermi io continuo a vigilare. Ti darò un cibo che soddisferà la tua fame e una bevanda che estinguerà la tua sete. Non ti nasconderò il mio volto. Tu sai che 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, il tuo sposo o la tua sposa, anzi, sono anche tuo figlio. Dovunque tu sia io sarò. Niente potrà separarci. Siamo uno».

### L'invito a ritornare

Essere i diletti di Dio, miei cari, è l'origine e il compimento della vita dello Spirito. Lo dico perché non appena cogliamo un lampo di questa verità siamo messi in cammino alla ricerca della pienezza di quella verità, e non riposeremo fino a che non potremo riposare in quella verità. Dal momento in cui affermiamo la verità che siamo i diletti di Dio siamo messi a confronto con la chiamata a diventare ciò che siamo. Diventare i diletti di Dio è il grande viaggio spirituale che dobbiamo compiere. Le parole di Agostino: «Il mio cuore è inquieto fino a che non riposa in te, o Dio» colgono bene questo cammino. Il fatto che sono sempre alla ricerca di Dio, che lotto sempre per scoprire la pienezza dell'Amore e anelo sempre alla completa verità, mi dice che mi è stato già dato un assaggio di Dio, dell'Amore, della Verità. Posso soltanto cercare qualcosa che, in qualche misura, ho già trovato.

Tutti noi abbiamo la profonda memoria interiore del paradiso che abbiamo perduto. Forse la parola *innocenza* è migliore della parola *paradiso*. Eravamo innocenti fino a quando non abbiamo cominciato a sentirci colpevoli; eravamo

nella luce fino a che non siamo discesi nelle tenebre; eravamo a casa nostra prima di cominciare a cercare una casa. Nei recessi profondi della nostra mente e del nostro cuore giace il tesoro nascosto che una volta avevamo e che ora cerchiamo. Sappiamo quanto è prezioso, e sappiamo che contiene il dono che più desideriamo: una vita spirituale più forte della morte fisica.

Se è vero non soltanto che siamo i diletto di Dio, ma che dobbiamo anche diventarlo, quale presa possiamo avere sul processo di questo divenire? *Diventare i diletto di Dio significa lasciare che la verità di questa predilezione s'incarni in tutto ciò che pensiamo, diciamo o facciamo.* Implica un lungo e penoso processo di appropriazione, o meglio, d'incarnazione. Questo processo richiede la pratica regolare della preghiera.

### La disciplina della preghiera

Ogni volta che ascolti con grande attenzione la voce che ti chiama 'Diletto', scoprirai dentro di te il desiderio di ascoltare quella voce più a lungo e più profondamente. È come scoprire un pozzo nel deserto. Una volta scoperto il terreno fertile, vorrai scavare più a fondo. Questo scavo e questa ricerca di una corrente sotterranea è la disciplina della preghiera.

Sono arrivato a definire la preghiera come ascolto di quella voce: la voce che ti chiama diletto. La disciplina della pre-

ghiera è ritornare costantemente alla verità di chi siamo e vogliamo essere per noi stessi. La mia vita è radicata nella mia identità spirituale. Dobbiamo tornare al nostro primo amore, tornare regolarmente al luogo della nostra fondamentale identità.

Ho detto spesso che la preghiera è ascoltare con obbedienza, ascoltare con grande attenzione. Gesù ascolta con obbedienza il Padre; continua ad ascoltare la dichiarazione del Padre. La preghiera non significa avere sentimenti amorvoli e tenerli mentre ascolti la voce di Dio. Talvolta accade, e talvolta no. La preghiera è una disciplina. Disciplina significa creare dei confini intorno al nostro incontro con Dio. Il nostro tempo e il nostro spazio possono essere così pieni che non vi è spazio d'incontro. Devi quindi faticare molto per dire: questo è il tempo in cui io sono con Dio, mi piaccia o no, mi senta così o no, mi soddisfi o no. Tu torni al luogo della solitudine con Dio e affermi chi sei.

Se sono il diletto di Dio, in che modo affermo il fatto di essere amato? Comincio con il ripetere ogni giorno le parole di Gesù udite al suo battesimo, perché esse sono dirette anche a me e a te: «Tu sei il mio diletto, in te mi sono compiaciuto». Trascorri alcuni minuti ogni giorno in preghiera, meditando sul grande amore di Dio.