

Anno 1986/87 - n. 5

IL PERDONO
E LA GRANDE NECESSITA' DI USARLO BENE
NELLA VITA DI OGNI GIORNO

(Padre Gregorio MOSCATELLI)

* *
*

Domenica, 22 Marzo 1987

RITIRO MENSILE PRESSO LE SUORE "ANCELLE DELLA CARITA'"

Via del Casaletto n. 538 - ROMA

Domenica, 22 marzo 1987

IL PERDONO E LA GRANDE NECESSITA' DI USARLO BENE
NELLA VITA DI OGNI GIORNO

(Padre GREGORIO MOSCATELLI)

= Padre Gregorio ha letto e commentato il seguente testo i
spirato e tratto da "Il perdono è opera di Dio in noi" di
Padre Roberto De Grandis =

INTRODUZIONE

A) Un'esperienza molto significativa - Inizio questo insegnament
toriportando l'esperienza di un sacerdote esperto in materia.

1) Difficoltà nella preghiera di guarigione, dovuta a
mancanza di apertura a ricevere l'amore di Gesù -

Molti anni fa, iniziando un corso di "Preghiera e guarigione", nella diocesi di Mobile (Alabama), mi trovai di fronte ad alcune difficoltà, mentre pregavamo tutti insieme per le guarigioni. Sembrava che queste difficoltà fossero dovute a mancanza di apertura a ricevere l'amore taumaturgico di Nostro Signore Gesù Cristo, presente in mezzo a noi in maniera evidente.

Di solito, quando ci radunavamo in fede, amore e lode, si manifestava nell'assemblea una grande effusione di Spirito Santo, ossia uno straordinario potere di guarire, di rendere liberi e integri, di armonizzare corpo, mente e spirito.

All'inizio di ogni riunione facevamo uscire dal gruppo cinque o dieci persone, ciascuna con un male fisico, pregando su di esse e chiedendo in

pari tempo ai membri dell'assemblea di unirsi alle nostre preghiere. Ordinariamente si verificava una rimozione significativa del male. Se però non sperimentavamo il flusso del potere divino di guarigione, ci rivolgevamo al Signore per chiedergli: "Signore, qual'è la difficoltà, la diagnosi? Perché talvolta, mentre preghiamo gli uni per gli altri sembra che nulla o ben poco accada?...". Sembrava che il Signore, attraverso la sua Parola, ci rispondesse che era necessario perdonare: "Quando vi mettete a pregare, se avete qualcosa contro qualcuno, perdonate; perché anche il Padre vostro che è nei cieli perdoni a voi i vostri peccati" (Mc 11,25). E Matteo, dopo il Padre Nostro, riporta lo stesso versetto di Marco, aggiungendovi le seguenti: "Se voi infatti perdonerete agli uomini le loro colpe, il Padre vostro celeste perdonerà anche a voi; ma se voi non perdonerete agli uomini, neppure il Padre vostro perdonerà le vostre colpe" (Mt 6, 14-15)...

2) E' importante iniziare le riunioni di guarigione con una preghiera di perdono -

Ed infatti, mentre incominciavamo ad agire in profondità nelle aree interessate dal perdono, ci accorgevamo che fondamentalmente ogni persona ha un enorme bisogno di essere amata. Tutti noi incorporiamo un radar, attraverso il quale emettiamo vibrazioni che si ripercuotono sugli altri, per poi ritornare a noi. Quando gli altri sono aperti e percepiamo amore, accettazione e fiducia in loro; ci apriamo spontaneamente. Se invece le vibrazioni ci ritornano indietro cariche di negatività; ci chiudiamo in noi stessi e incominciamo a costruire un muro attorno al cuore, diventando così dei "cristiani dalla dura scorza". Il nostro cuore si indurisce così nell'amezza, nel risentimento e nella mancanza di perdono, impedendo all'amore di Dio di agire nella nostra vita.

Secondo la regola che il Signore ci aveva rivelato allora, iniziamo le riunioni di guarigione con una preghiera di perdono constatando straordinarie aperture. Vedevamo sparire completamente il male; mentre di solito ciò non si verificava se avevamo pregato soltanto per la guarigione. La persona, per la quale pregavamo, recitava la preghiera del perdono e il male se ne andava subito. Ora, all'inizio di ogni riunione, recitiamo la preghiera del perdono sperimentando ogni volta un maggior flusso del-

l'amore taumaturgico di Gesù.

Nel momento in cui perdoniamo noi stessi e gli altri, rimuoviamo dal nostro cuore il muro venutosi a creare a causa della mancanza di perdono, dell'amarrezza e del risentimento. In questo modo lo Spirito Santo può muoversi liberamente attraverso noi e in noi, rendendoci canali aperti al flusso dell'amore divino, e aprendoci a un amore più grande e più profondo verso noi stessi e gli altri.

B) Testi biblici sul perdono -

1) In fatto di perdono Gesù non ha usato mezzi termini-

Il suo comando era assoluto: non esistevano "se", o "ma" al riguardo: "Dovete perdonare; altrimenti il vostro Padre celeste non può perdonare voi, perché ostacolate il suo Spirito: ne bloccate il flusso, gli sbarrate la strada. Rimanete volontariamente nel buio e non entrate nella luce...".

2) L'apostolo San Paolo, nel suo famoso inno alla carità, scrive: "La carità è paziente, è benigna la carità; non è invidiosa la carità, non si vanta, non si gonfia, non manca di rispetto, non cerca il suo interesse, non si adira, non tiene conto del male ricevuto... Tutto copre, tutto crede, tutto spera, tutto sopporta..." (1 Cor 13, 4-7).

In questa parola è messa a fuoco, nella sua totalità, l'idea della mancanza di perdono, dell'amarrezza e del risentimento. Se potessimo ampliare questo concetto, potremmo aggiungere che "l'amore non è amaro; oppure che l'amore non dice: "Non posso, o non voglio, perdonarti!".

3) ... e San Giovanni -

Più precisamente nella 1 lettera di San Giovanni leggiamo: "Chi dice di essere nella luce e odia suo fratello (cioè è aspro e volutamente risentito nei suoi confronti), è ancora nelle tenebre. Chi ama il fratello dimora nella luce, e non v'è in lui occasione di inciampo. Ma chi odia suo fratello è nelle tenebre, cammina in esse, non sa dove va; perché le tenebre hanno accecato i suoi occhi" (1 Gv 2, 9-11).

C) Luce e tenebre, sinonimi di perdono o mancanza di esso -

In questa prima lettera di Giovanni si fa continuamente distinzione fra luce e tenebre. Questi due termini, in perenne conflitto, sono gli stessi usati dagli Gnostici e da Giovanni: lo Spirito Santo è luce , il diavolo è tenebre... Nel Vangelo abbiamo altri riferimenti.

1) Nella parabola del figliol prodigo (Lc 15, 11-32) il contrasto è vivido -

L'atteggiamento del padre - di completo perdono - è contraddistinto dalla luce; mentre quello del figlio maggiore - che rivela mancanza di perdono verso il fratello e il padre - è contraddistinto dalle tenebre.

- Il Padre = luce - Il padre non fa il benché minimo accenno agli errori del figlio ritornato a casa. Dice invece: "Facciamo festa, perché questo mio figlio era morto ed è tornato in vita, era perduto ed è stato ritrovato" (Lc 15,24). Questa è luce; questo è perdono! ... Cerchiamo di immaginare la bellezza di una scena simile, dove l'anziano padre che indossa abiti sontuosi impreziositi da gioielli splendenti, corre ansiosamente ad abbracciare il figlio per tanto tempo perduto. Nella civiltà ebraica, un uomo di una certa distinzione non si sarebbe messo a correre; e tuttavia, questo ebreo dignitoso corre sulla strada per andare in contro al proprio figlio.

- Il figlio maggiore = tenebre - Cambiamento di scena. Intanto, il fratello maggiore rientrato in casa, si ritrae nell'oscurità, da dove ascolta e osserva musiche e danza domandandosi che cosa stia succedendo... Ci è facile ravvisare in lui un individuo molto egocentrico, che non avrebbe tralasciato di dire al padre: "Ti ho sempre obbedito e non ci ho guadagnato niente. Non ottengo nulla per esserti stato fedele. Questo tuo figlio, invece, se ne va via per anni, sperpera tutto il suo denaro e quando torna, tu gli prepari una festa!...".

Questo figlio egocentrico giudica il fratello più giovane non tenendo conto dell'enorme peso che è stato tolto dalle spalle di suo padre. Invece di essere felice e gioire con lui, reagisce egoisticamente. Questa è oscurità; questo non è altro che mancanza di perdono, amarezza e risen

timento.

Siamo dunque in grado di scorgere la luce nell'atteggiamento del padre e le tenebre nell'atteggiamento negativo del fratello maggiore.

2) Ora possiamo comprendere il significato di amare e perdonare :

- Amare - Quando si definisce l'amore, a me piace citare S. Tommaso d'Aquino, il quale afferma che "amare è volere il meglio per una persona e fare ciò che è ragionevolmente possibile per offrirle bontà e cose buone". In questo modo l'amore si concentra sull'altra persona, e non su di noi. Fare il meglio per l'altra persona e non per noi (e per ciò stesso trovare il nostro appagamento nel soddisfare i suoi bisogni): è una buona definizione dell'amore.

- Perdonare: è estendere benevolenza a una persona che ha rotto il suo rapporto con noi. Se un rapporto si è incrinato, estendere perdono significa portare una nuova luce in quel rapporto e, a mano a mano che esso si ristabilisce, ampliare anche la nostra apertura verso l'altro.

L'amore può essere chiaramente identificato con il perdono, perché in entrambi i casi, noi ci apriamo al fratello. Se in noi esistono oscurità e mancanza di perdono, anche l'altra persona si sentirà a disagio quanto noi; sostituendo, però, alla mancanza di perdono l'amore e la benevolenza, allora sostituiamo all'oscurità la luce di Cristo, il perdono di Cristo.

- Amare è perdono reciproco - Leggiamo in S. Giovanni: "Vi dò un comandamento nuovo: che vi amiate gli uni gli altri, come Io ho amato voi" (Gv 13, 34). E potremmo interpretarlo così: "Amatevi, perdonatevi ed accettatevi gli uni gli altri, come Io ho amato, perdonato e accettato voi" ... Gesù parlò così agli apostoli nella notte dell'Ultima Cena, raccomandando loro di amarsi gli uni gli altri affinché, per mezzo di questo amore (cioè perdono reciproco), tutti sapessero che erano suoi discepoli.

Oggi Gesù dà questo stesso comandamento a noi: "Amatevi e perdonatevi gli uni gli altri, come Io ho amato e perdonato voi...".

- Divisione - Nelle pagine seguenti indicherò i dieci principi del perdono, di cui mi servo nel mio ministero per far capire alla gente che co
s'è il perdono e quanto sia grande la necessità di usarlo bene nella
vita di ogni giorno; sia in riferimento agli avvenimenti presenti, che
a quelli del passato.
- Prima conclusione - Gesù ha detto: "Sono venuto per liberare i prigio
nieri" (Lc 4,18)... E come è categorico che si divenga liberi con l'es
ser capaci di pronunciare incondizionatamente: "li perdono!" ...

I DIECI PRINCIPI DEL PERDONO

1.- AMARSI GLI UNI GLI ALTRI

Il primo principio del perdono è: amarsi gli uni gli altri. E amare
significa essenzialmente "perdonare", nonché "accettarsi l'un l'altro".

- I. Un esempio paradossale - Come esempio, proviamo a ricostruire la scena
evangelica della Pentecoste, modificandola in parte perché serva al no-
stro scopo... Supponiamo che Maria, la Madre di Gesù, trovandosi per la
Pentecoste nella stanza al piano superiore insieme agli Apostoli, non
volesse sedersi vicino a Pietro, perché questi aveva rinnegato Gesù. Pie-
tro, turbato, avrebbe chiesto a Maria: "Che cosa ho fatto? Non ho fatto
niente di male per offenderti!". E Maria: "Hai rinnegato Gesù mio fi-
glio; e quello che hai fatto a mio figlio, l'hai fatto a me". Pietro
si sarebbe scusato; ma Maria, non accettando scuse, avrebbe ribadito :
"Non voglio più avere a che fare con te, o Pietro. Giovanni sieda pure
al mio fianco; ma tu, Pietro, allontanati da me, e qualche altro sieda
vicino a me, al posto tuo!...".
- II. ... che ci dice: se ci amiamo reciprocamente, non si deve più dire che
non ci perdoniamo e non ci accettiamo - E' superfluo rilevare che que-
sta ricostruzione è stata portata al limite al solo scopo di indurci a
concludere che non ci aspetteremmo osservazioni simili dalla Madre di
Gesù. Sappiamo naturalmente che tutto ciò non accade; poiché a fatica
riusciremmo a immaginare Maria come qualcosa di diverso da una persona

dolce e indulgente... Allo stesso modo, quando amiamo Gesù e cerchiamo di amarci reciprocamente, non si dovrebbe dire di noi che non ci perdoniamo e non ci accettiamo.

Inoltre, questa idea globale di amore e perdono sottintende un processo di crescita: nella misura in cui cresciamo nell'amore, diveniamo capaci di perdonare e accettare noi stessi.

III. Tutto ciò è bene riferirlo alla realtà. - Qualche volta nel Rinnovamento Carismatico sentiamo dire: "Devi amare", ossia "devi essere buono!". Sarebbe meglio che ciò fosse riferito, con una certa precisione, alla realtà; così da poter capire, di volta in volta, che cosa significhi "amare" in un particolare contesto. Amare significa esattamente essere disposti a perdonare persone e istituzioni: talvolta anche la stessa Chiesa a cui apparteniamo e i loro leaders. Significa essere disposti a perdonare tutte le persone e le istituzioni che, in qualche modo, ci hanno fatto soffrire: "Ama il prossimo tuo come te stesso!...".

2.- PERDONATE, SE VOLETE ESSERE PERDONATI

I. La parabola del servo spietato (Mt 18, 23-35), ci offre la possibilità di un confronto con la nostra vita.

Il padrone aveva condonato al servo un debito che ammontava a molti milioni di dollari. Questo servo aveva un amico che gli doveva appena cinque dollari. Eppure, dopo la straordinaria manifestazione di perdono da parte del padrone, egli afferrò l'amico e cominciò a soffocarlo con rabbia dicendogli: "Paga quel che mi devi!" (Mt 18,28).

II. ... confrontata con la nostra vita - Tutti noi, in una certa misura, possiamo riconoscerci in questa parabola. Riceviamo molto dal Signore; ciononostante, ci voltiamo dall'altra parte e diventiamo esigenti e incapaci di perdonarci a vicenda. E Gesù conclude: "Così anche il mio Padre celeste farà a ciascuno di voi, se non perdonerete di cuore al vostro fratello" (Mt 18,35).

- Un episodio straordinario - Nel suo libro "Il Nascondiglio" e nell'omonimo film, Corrie Ten Boom ci racconta uno straordinario episodio del

la sua vita.

Liberata dal campo di concentramento nazista, alla fine della seconda guerra mondiale, il Signore le aveva messo in cuore il desiderio di recarsi in varie parti della Germania a parlare della necessità del perdono. Si trattava di un messaggio di enorme importanza per lei e per i suoi familiari colpiti da grande calamità e sofferenze durante gli anni della guerra... Una sera, alla fine del suo discorso, Corrie notò, fra le persone che volevano conoscerla, un uomo solo che si dirigeva verso di lei. Immediatamente Corrie riconobbe in lui la guardia che era stata tanto abietta e crudele con sua sorella, morta in campo di concentramento. Allora, tutto ciò che aveva detto quella sera, a proposito del perdono e dell'amore di Dio, sfumò di colpo. I ricordi dolorosi di quegli anni, l'associazione di percosse e patimenti, di fame e brutalità si affollarono alla sua mente, mentre osservava quell'uomo avvicinarsi. L'odio cominciò a farsi strada nel suo animo, misto a grande ambivalenza e conflittualità. Subito Corrie si mise a pregare: "Signore, devo amare quest'uomo! E' ciò che ho predicato alla gente". Ormai l'uomo le stava di fronte e domandò: "Non si ricorda più di me?". Corrie rispose: "Oh, certo! La ricordo benissimo!". Lui si aspettava che lei si allontanasse; ma in quel momento, avendo pregato e chiesto al Signore la forza, Corrie lo abbracciò e disse: "Ti perdono!".

Questa storia vuole ricordarci che, se vogliamo essere perdonati dal Signore, dobbiamo essere pronti a perdonare. Se non perdoniamo, camminiamo nelle tenebre e lo Spirito Santo non può entrare nel nostro cuore; perché è come se avessimo scelto l'oscurità al posto della luce.

- ... S. Paolo Apostolo doveva aver capito veramente che cos'è il perdono, ripensando alla lapidazione di S. Stefano, alla quale aveva assistito (cf Atti 7, 54-60). Egli scrive ai Colossesi: "Perdonatevi scambievolmente, se qualcuno abbia di che lamentarsi nei riguardi degli altri. Come il Signore vi ha perdonati, così fate anche voi" (Col 3,13).

Non v'è dubbio che in molti suoi scritti Paolo lasci trapelare il suo conflitto interiore, dato che egli era un individuo molto impetuoso (essere riempiti di Spirito Santo non significa necessariamente essere del tutto guariti!). Talvolta noi immaginiamo Paolo come una pia statua; mentre invece, basandoci su alcune testimonianze bibliche, potremmo dire di lui: "Non sembra uno che perdona!". Ad esempio, parlando dei circoncisori, e-

gli afferma: "Dovrebbero farsi mutilare coloro che vi turbano" (Gal 5,12). In queste parole di Paolo c'è la speranza che qualche cosa di male accada ai circoncisori. E questo non si accorda con l'idea del perdono cui egli stesso accenna in altre parti delle sue lettere.

Probabilmente Paolo avrà combattuto una tremenda battaglia per superare il suo intimo conflitto inerente al perdono, proprio come fanno molti di noi. Egli deve aver riflettuto molte volte sul ruolo da lui svolto nella morte di S. Stefano, come già ho accennato... Rileggiamo insieme ciò che è scritto negli Atti: "Allora lo trascinarono fuori della città e si misero a lapidarlo. E i testimoni deposero il loro mantello ai piedi di un giovane chiamato Saulo. E così lapidavano Stefano mentre pregava e diceva: "Signore Gesù, accogli il mio spirito. Poi piegò le ginocchia e gridò forte: "Signore, non imputar loro questo peccato. Detto questo, morì. Saulo era fra coloro che approvarono la sua uccisione" (Atti 7, 58 e 8,1).

Paolo si sarà rivisto mentre approvava ciò che stava accadendo sotto i suoi occhi e deve essersi detto: "Il perdono di Stefano è ciò che dovrei prefiggermi nella mia vita!"...

Noi abbiamo bisogno di perdonare, se vogliamo essere perdonati, perché lo Spirito Santo viene solamente su invito; non si fa strada con la forza (Atti 3, 20). Se vogliamo rimanere nelle tenebre, Egli non ci costringerà a uscire nella luce.

3.- PREGATE PER CHI VI FA DEL MALE

E PER COLORO CHE DESIDERATE PERDONARE

- I. Amore e preghiera vanno di pari passo, come un cavallo e il proprio carro. Fra amore e preghiera non esistono barriere, perché l'uno compenetra l'altra. Secondo la definizione data in principio, amare è volere il meglio per una persona, e pregare è chiedere al Signore di dare a quella persona ciò che rappresenta il meglio per lei.
- II. Pregare per il nemico è il primo passo importante nella via del perdono - Quando preghiamo per una o più persone, noi esprimiamo l'amore che sentiamo per loro, giacché la preghiera è amore in atto, espressione tangibile del nostro essere discepoli di Gesù. Se seguiamo le istruzioni di Nostro

Signore, il quale ci esorta a pregare per coloro che ci maltrattano (Lc 6 28), ci accorgiamo che nella preghiera noi ci apriamo automaticamente al perdono verso i nostri nemici.

III. Pregando per le persone che dobbiamo perdonare, possiamo servirci della nostra immaginazione: è ottimo strumento per fare del bene, ma anche per il male.

- Per fare il male - L'immaginazione, usata negativamente, può diventare uno strumento potente di male... Se, per esempio, adoperassimo la nostra immaginazione per nuocere a qualcuno pensando: Come posso imbrogliare il mio fratello per non restituirgli il denaro che gli devo? E poi ci mettessimo a tavolino e tracciassimo un piano d'azione: in questo caso commetteremmo peccato e saremmo passati alle tenebre...

- ... o strumento potente di bene - Se invece adoperiamo la nostra immaginazione per fare il bene, siamo guidati dalla luce dello Spirito Santo ; può diventare uno strumento potente di bene.

Visualizzando la persona che vogliamo perdonare, e Gesù che sta dietro di lei, diciamo: "Signore, perdono quella persona, perché Tu hai perdonato lei e me. Tu ami lei e me; ora anch'io voglio amarla e perdonarla".... Così facendo, preghiamo direttamente il Signore servendoci della sua immagine. Un'immagine vale mille parole; un'immagine nella nostra mente in preghiera, vale duemila parole!...

IV. Gesù pregava per quelli che gli facevano del male - Deve aver pregato spesso per i Farisei, quando si ritirava in solitudine sulla montagna. Secondo il Vangelo di S. Matteo (cap.23), Egli usava parole caustiche nei loro confronti. Non che li criticasse come persone; piuttosto li disapprovava in quanto parte di un gruppo. Io sono convinto che quando Gesù pregava, pregava per i farisei, perché essi erano il più grande ostacolo per il suo ministero. E anche perché Gesù molto spesso parlava dell'amore. So certo che Egli era consapevole di dover essere aperto verso i farisei, sebbene essi fossero ostili a Lui e ai suoi insegnamenti.

Sì, probabilmente Gesù pregava per quelli che gli facevano del male ; seguendo Lui, noi dobbiamo pregare per quelli che ci fanno del male.

V. Includere i nomi dei nemici nella lista del perdono - Un modo di rendere efficace la nostra preghiera nei confronti di coloro che desideriamo perdonare, è quello di includere i loro nomi in una lista del perdono, chiedendo in preghiera allo Spirito Santo di assisterci e rivelarci a quali altre persone è necessario che perdoniamo... Sarà molto utile incoraggiare questo metodo...

VI. Una grande difficoltà dovuta all'associazione con qualche altra persona del passato - Spesso ci rendiamo conto che è estremamente difficile perdonare una persona.

- Il male presente si associa a quello passato - Se preghiamo e non facciamo progresso, è assai probabile che la nostra difficoltà sia dovuta al fatto che associamo l'offesa e la sofferenza, causataci da una persona, al male e alle sofferenze di esperienze passate. In altre parole: se pregando, non riusciamo a raggiungere un certo livello di perdono nei confronti della persona presente, è importante verificare se per caso non stiamo operando delle associazioni con qualche altro nel passato.

- Ciò avviene abbastanza di frequente nel matrimonio, dove i coniugi collegano i conflitti avuti con il padre o la madre, alle situazioni che stanno vivendo. Le carenze d'amore, d'affetto, di attenzioni vengono, quindi, proiettate sul coniuge. La sofferenza del marito o della moglie si collega così al male che lui o lei ha ricevuto dai propri genitori molto tempo prima. Così, spesso la donna proietta sul marito le ferite che il padre, i fratelli e gli uomini in genere le hanno procurato. Ogni sensazione d'urto, di rigetto e collera sperimentata allora, emerge. E la donna la riflette sul marito, il quale naturalmente non sa quello che sta succedendo... Alla stessa maniera il marito può riflettere sulla moglie la collera e i conflitti vissuti con la propria madre, conseguenza del suo essere stato troppo controllato, viziato o trascurato...

In molti casi, dunque, quando marito e moglie scendono in lizza, è perché uno di essi o ambedue stanno reagendo contro il proprio padre o la propria madre. Ci sarà senza dubbio un motivo di conflitto fra loro, magari anche molto penoso; ma questo motivo va ordinariamente messo in relazione al passato... Il ruolo della guarigione interiore è quello di arri-

vare a sanare le relazioni primarie, cioè i nostri rapporti con il padre e la madre. E' assai difficile riuscire a svolgere un'efficace consulenza matrimoniale, se non si sono guarite innanzitutto le relazioni primarie.

- Conclusione - Preghiamo, quindi, per coloro che desideriamo perdonare, cercando in primo luogo, la guarigione delle relazioni primarie. E, quando prepariamo la lista del perdono, portiamo tutte le persone da perdonare a Gesù, per mezzo della nostra immaginazione creativa.

4.- RICORDARE CHE LA MANCANZA DI PERDONO

E' UNA FORMA DI ODIO

1. L'odio è l'opposto dell'amore - Nel quarto principio del perdono si vuole sottolineare che la mancanza di perdono è una forma di odio. Probabilmente, molti cristiani come noi, non hanno mai sentito enunciare questa verità in termini così categorici, e tendono a respingere la parola forte di "odio"... Domandiamoci però: "Che cosa intendiamo per odio? In base alla definizione dell'amore data in precedenza, "odio è volere ciò che è male per una persona e fare deliberatamente il possibile per danneggiarla".... E' il contrario, l'opposto dell'amore, che desidera soltanto il bene.

- ... e, come l'amore, anche l'odio scaturisce dal cuore - Quando non perdoniamo, attorno a noi e alla persona che non viene perdonata, si formano delle catene spirituali... A tutti è capitato, una volta o l'altra, di trovarsi in disaccordo con qualcuno. Il risultato è che entrambi stiamo male e che, pur affermando che la colpa è dell'altro e tentando di giustificarci: un fatto è certo, che abbiamo perduto la pace e la tranquillità. Siamo diventati tesi e ansiosi; intorno al nostro cuore si sono alzate le barriere dell'amarezza, della mancanza di perdono e del risentimento. Come l'amore, così anche le tenebre, la negatività e l'odio scaturiscono dal cuore. Ciò è dimostrato quando reagiamo in modo poco amabile. Gesù ha detto: "Poiché la bocca parla dalla pienezza del cuore. L'uomo buono dal suo buon tesoro trae cose buone, mentre l'uomo cattivo dal suo cattivo tesoro trae cose cattive" (Mt 12, 34-35).

- Presto bisogna convincerci di perdonare - Finalmente arriva il momento in cui ci rendiamo conto che è necessario perdonare. Se camminiamo col Signore, questo momento arriva presto; ma, presto o tardi, ci convinciamo tutti che bisogna perdonare. Lo Spirito ci chiama ad amare quelli che ci hanno offeso, a portar loro la liberazione... Se diciamo: "Lasciamoli perdere! non mi importa se si sentono a disagio, se sono infelici, e se la stessa cosa succede a me!". Noi non vogliamo il meglio per quelle persone. In questo modo il nostro egoismo va insinuandosi in noi e stanno entrando in gioco le nostre emozioni. Il Signore ci chiama ripetutamente all'amore reciproco e a desiderare ogni cosa buona gli uni per gli altri; mai cose cattive...

II. La storia di Giuseppe ebreo venduto dai fratelli (Gn 38,47), illustra molto bene tutto questo.

- Giuseppe amò e abbracciò i fratelli, dai quali era stato venduto - Rimanendo fedele al Signore quando era in Egitto, Giuseppe fu elevato alla carica di Viceré di quel paese. Al momento in cui la carestia colpì l'Egitto e i suoi fratelli non sapendo chi fosse, andarono da lui a chiedere aiuto, Giuseppe avrebbe potuto domandarsi: Devo lasciarmi trascinare dalle mie emozioni, oppure decidere di vendicarmi: finalmente qui vi volevo! Al contrario, egli li amò e li abbracciò: "Allora Giuseppe disse ai fratelli: Avvicinatevi a me! Si avvicinarono e disse loro: Io sono Giuseppe, il vostro fratello, che voi avete venduto in Egitto. Ma ora non vi rattristate" (Gn 45, 4-5). E poi: "Allora egli si gettò al collo di Beniamino e pianse. Anche Beniamino piangeva stretto al suo collo. Poi baciò tutti i suoi fratelli e pianse stringendoli a sé. Dopo i suoi fratelli si misero a conversare con lui" (Gn 45, 14-15).

- Noi ci troviamo spesso nella situazione di Giuseppe: forse qualcuno ci ha ferito profondamente, senza un motivo plausibile; e più tardi quella stessa persona viene a chiederci aiuto. Se proviamo amarezza e risentimento nei suoi confronti e non riusciamo a perdonarla, vuol dire che in noi esiste un certo tipo di odio, cioè di oscurità; se invece, come portatori di amore e di luce, la perdoniamo, saremo liberati dalla schiavitù.

Il comando di Gesù è: "Fà agli altri quello che vorresti che gli altri facessero a te" ...

III. La parabola del buon Samaritano ci invita a riflettere - Meditando sulla vicenda del buon Samaritano (Lc 10, 29-37), è interessante cercare di immaginare come si sarebbe potuta comportare la vittima dei rapinatori, lasciando la locanda nella quale l'aveva condotta il Samaritano. Una volta ristabilitosi e avendo ripreso il cammino lungo la strada dove era stato assalito e malmenato, l'uomo avrà pensato di perdonare i ladri che lo avevano percosso e lasciato moribondo? O il levita che gli era passato accanto, e non si era mostrato compassionevole con lui? O il sacerdote che era andato altrove?... E' molto importante riflettere su questa parabola del Vangelo di Luca, per immaginare che cosa avremmo fatto noi nella medesima situazione.

Se non perdoniamo, se conserviamo nel nostro intimo amarezza e risentimento, dimostriamo di avere cattiva volontà. La stessa cosa avviene, se non perdoniamo quando ce ne capita l'occasione... Uno psichiatra ha dichiarato che il 90% dei suoi pazienti soffre per mancanza di perdono. Che pesante dichiarazione!...

- Conclusione - S. Paolo nella lettera ai Romani afferma: "Non c'è dunque più nessuna condanna per quelli che sono in Cristo Gesù" (Rm 8,1). Alla stessa maniera, per coloro che sono in Cristo Gesù, non ci può essere più condanna per nessun altro. Il Signore non ci condanna; perciò noi non dobbiamo condannare gli altri.

5.- PRENDERE LA DECISIONE DI PERDONARE

Quinto principio del perdono è: "Prendere la decisione di perdonare chi ci ha fatto del male".

I. Un esempio, drammatico e illuminante, di questa verità, è citato nel mio libro: "Introduzione al ministero della guarigione" (Roberto De Grandis).

Sorella Paul O.S.B. di Trinidad, ci dà la seguente testimonianza.

- Malata fisicamente, ma più spiritualmente per mancanza di perdono - "Due anni or sono mi chiesero di pregare per una donna malata da parecchi anni, le cui condizioni continuavano a peggiorare. Era stata operata e proprio allora aveva ricevuto dal medico l'ordine tassativo di rimanere a

letto il più a lungo possibile. La donna aveva dei gravi problemi familiari... Quando arrivai a casa sua, essa accusava forti dolori alla testa alla spina dorsale e alle ginocchia. Tentò di mettersi a sedere, ma i dolori erano così violenti, che cominciò ad urlare e dovette essere aiutata molto delicatamente a riprendere la posizione supina.

- E' guarita progressivamente grazie alla decisione di perdonare - Sapendo che aveva dei problemi familiari, incominciai a pregare per la sua guarigione psicologica. La donna era piena di risentimento a causa di alcune vicende dolorose nelle quali si era trovata coinvolta. Sebbene le riuscisse difficile perdonare il marito e i figli che l'avevano maltrattata, dopo aver usato l'immaginazione creativa e averle suggerito di pensare al Signore Gesù, il quale li amava e perdonava; alla fine riuscì a perdonarli... Quando però si trattò di perdonare la donna che conviveva con suo marito, essa incominciò a tremare e a battere i denti con forza. Inoltre si lamentava perché il mal di testa aumentava; e non riusciva a pronunciare la parola "perdono". Più resisteva al perdono, con maggiore vigore tremava, batteva i denti e gridava per il gran mal di testa. Io intanto pregavo perché venisse liberata dagli spiriti maligni della mancanza di perdono e del risentimento... Dopo circa dieci minuti, la donna si mise a singhiozzare in maniera convulsa. Alla fine disse: "Ti perdono perché Gesù ti ama!". Immediatamente si calmò e sembrò cadere in un sonno profondo. Io pregavo il Signore di guarirla, di riportarla integra e di riempirla della sua pace. Dopo pochi minuti le chiesi come si sentiva: il mal di capo e i dolori alle ginocchia e alla schiena erano spariti completamente. Allora si alzò dal letto, ci servì da bere e prese parte al rinfresco insieme a noi. Lode al Signore!!!!".

- II. Quindi è la decisione di perdonare che libera - L'idea centrale del quinto principio è quella di prendere la decisione di perdonare. E' questa decisione che libera. Chiedete al Signore la grazia di dire: "Perdono!". Il perdono è un atto della volontà.

Ricordo un altro episodio riguardante una donna delle Indie Occidentali, che soffriva da molto tempo di mal di schiena. Io pregai con lei e alla fine, guidato dallo Spirito Santo, stabilii che si trattava di un caso di mancanza di perdono. La donna ammise la necessità di perdonare uno dei

membri della sua famiglia e, in confessione, mentre pronunciavo le parole dell'assoluzione dal peccato della mancanza di perdono, il male sparì.

Ciò mi ha convinto che la decisione di perdonare è effettivamente molto importante.

III. Un insegnamento di Gesù a proposito - Gesù ha detto:: "Se presenti la tua offerta all'altare e lì ti ricordi che tuo fratello ha qualcosa contro di te, lascia il tuo dono davanti all'altare, e va' a riconciliarti con il tuo fratello" (Mt 5, 23-24)...

- Il significato di questa ingiunzione - Qui si vuole sottolineare che la decisione di porre rimedio ad una situazione, deve essere presa davanti all'altare nell'atto stesso in cui chiediamo perdono al Signore. Non credo che con questo particolare versetto della Scrittura si intenda ingiungere, a chi si trova in una circostanza simile, di lasciare la Chiesa. Se così fosse, tutte le chiese si svuoterebbero... Si tratta invece di prendere la decisione di rimediare a quella situazione non appena possibile, e di riconciliarsi in seguito con il fratello.

Per meglio capire questa Scrittura, dobbiamo pensare che l'adorazione al Tempio era un atto molto personale e sacro agli Ebrei; i quali si recavano a Gerusalemme molte volte all'anno per offrire il loro sacrificio. Gesù a questo punto del Vangelo, ammonisce gli ebrei austeri, che si trovano nel Tempio in quel periodo più solenne dell'anno - e si ricordano di essere in disaccordo con un fratello - di montare in groppa all'asinello e di ritornare alla loro città in collina a riconciliarsi con lui.

Questi versi della Scrittura equivalevano effettivamente a dire che il perdono era più importante di quanto veniva compiuto all'altare; perché la efficacia di quanto avviene davanti all'altare dipende dal grado di perdono esistente in noi.

- Anche i bambini devono prendere la decisione di perdonare i genitori - Infatti, ci sono poche persone al mondo che, una volta o l'altra, non siano state ferite dai propri genitori. Pur ammettendo che le ferite non siano intenzionali, generalmente in ogni circostanza della vita si verificano delle tensioni e una certa conflittualità. I bambini passano attraverso grandi tumulti emotivi, specie dagli undici ai diciassette anni e, a quell'età, essi hanno un grave bisogno di perdonare i loro genitori. Spes

so è la repressione della disciplina a renderli ribelli... E' compito del padre e della madre insegnare ai propri figli a prendere la decisione di perdonarli, facendo loro capire che, amare i propri genitori equivale anche a perdonarli o, almeno, a prendere la decisione di perdonarli.

- IV. Voler perdonare è già avere perdonato - Se noi preghiamo veramente con tutto il cuore per una persona, possiamo essere sicuri che l'abbiamo perdonata. Il Signore ci chiede soltanto di compiere questo atto premeditato della nostra volontà, per mezzo del quale diciamo: "Sì, voglio perdonare e questa persona che mi ha fatto del male!".

Indubbiamente non si possono sopprimere le forti emozioni collegate all'offesa e alla sofferenza. Ciononostante, siamo sempre in grado di fare una distinzione fra l'azione della volontà e quella delle emozioni. Per esempio: molte persone vogliono andare a lavorare il lunedì, ma al mattino fanno una gran fatica ad alzarsi. In tal caso queste persone sono emotivamente in subbuglio, perché non si sentono di abbandonare il tepore del loro letto... Oppure, ci possono essere momenti in cui noi, stando alle nostre emozioni, vorremmo colpire e ferire chi ci sta facendo del male. Se non lo facciamo, compiamo già un atto di volontà; ed è la volontà che domina le emozioni e il resto del corpo. Qualche volta non possiamo perdonare altro che con un atto della volontà. E' assolutamente quanto basta perché, se con sincerità prendiamo la decisione di perdonare, il perdono è compiuto; anche se le emozioni sono ancora in subbuglio...

6.- CERCARE LA GUARIGIONE DELLE EMOZIONI E DEI RICORDI.

Leggiamo in S. Paolo:

- "Abbiate in voi gli stessi sentimenti che erano in Cristo Gesù"(Fil 2,5).
- "Quindi se uno è in Cristo, è una creatura nuova; le cose vecchie sono passate, ecco ne sono nate di nuove" (2 Cor 5,17).

In Cristo Gesù siamo diventati creature nuove, come dice S. Paolo. Nonostante ciò, permangono nella nostra vita delle aree da guarire.

Di particolare importanza è la guarigione delle emozioni e dei ricordi. Precedentemente abbiamo accennato all'uso dell'Immaginazione (Cfr. Princi-

pio terzo) per le guarigioni e il perdono... Ebbene, servendoci ancora una volta dell'Immaginazione, a questo punto:

I. Cerchiamo di scoprire come possiamo ottenere il perdono a tre livelli diversi:

- Il primo livello consiste nel perdonare una persona, perché il Signore ha perdonato noi - Immaginiamo Gesù dietro la persona che dobbiamo perdonare. Gesù può apparire glorioso o incoronato di spine. Possiamo anche immaginarlo crocifisso, mentre la persona si trova ai piedi della Croce. Visualizzando queste immagini in preghiera, diciamo: "Signore, io lo (la) perdono, perché Tu hai perdonato a me. Poiché sono stato perdonato da Te, anch'io devo perdonare...". Questo è il primo livello del perdono.

- Il secondo livello incide molto più profondamente dentro di noi - Ancora una volta, usando l'immaginazione, diciamo al Signore: "Tu vuoi che io sia felice, Tu vuoi ogni bene per me; Tu vuoi la mia felicità, più di quanto non la voglia io stesso. Se Tu vuoi tutto questo per me, allora anch'io lo voglio per questa persona. Signore, ti prego di benedire questa persona e di farla felice, come Tu desideri far felice me...".

- Il terzo livello del perdono consiste nel chiedere al Signore di lasciare che il suo amore scenda nel nostro cuore - Questo terzo livello è molto più facile descriverlo che sperimentarlo... Immaginiamo la persona vicina al Signore e diciamo: "Signore, fa' che il tuo amore scenda nel mio cuore. Io so che Tu ami quella persona, e voglio che il tuo amore scenda tramite me e lei, affinché io possa ottenere in qualche modo una parte del tuo amore per lei...". Poi, continuando fintanto che il Signore e la persona che vogliamo perdonare, non siano fusi in uno. E' stato affermato che, quando riusciamo a visualizzare la persona in Gesù e Gesù in lei, allora l'abbiamo veramente perdonata. Con questo atto si realizza una straordinaria guarigione delle emozioni.

II. Usando l'Immaginazione, possiamo ottenere la guarigione sia nelle emozioni che nei ricordi:

- Una regola fondamentale per la guarigione delle memorie è rivivere una circostanza dolorosa alla presenza di Gesù - Per esempio, correndo con la

sua macchina, urta la tua macchina, rivivi l'episodio con Gesù, che ti circonda di vivida luce.

Immaginalo vicino, mentre ti dice: "Io sono qui accanto a te. Ti proteggo. Tu non puoi sapere che cosa sta avvenendo nel cuore dell'altra persona: quale sia la sua rabbia e disperazione; ma io ora sono con te"..... A questo punto visualizza la persona che urta la tua macchina e senti la mano di Gesù su di te, mentre spingi la macchina da un lato della strada. Gesù continua a parlarti: "Lascia soltanto che il mio cuore scenda dentro di te!". Allora ti vedi uscire dalla macchina per osservare il danno mentre lodi Dio e immagini Gesù vicino, che ti rassicura con la sua presenza sussurrandoti: "Il mio Spirito ti sta toccando, ti sta guarendo dallo spavento e dalla sofferenza provati nel vedere la tua macchina danneggiata!" ... Visualizzati mentre osservi la persona che fugge velocemente, e visualizza Gesù che, con la sua dolcezza, ti sussurra di perdonarle.

Rivivendo la circostanza alla presenza di Gesù, avviene la guarigione. E' affascinante accorgersi che il dispiacere e il tormento svaniscono. E' certo un mistero; ma sappiamo per esperienza che ciò può accadere e accade realmente.

- Un episodio che conferma la potenza di guarigione quando si rivive una circostanza alla presenza di Gesù - Narra P. Robert De Grandis: " Un giorno giunse da me una donna che si disperava perché nutriva un profondo risentimento nei confronti di suo padre. Mentre pregavo con lei, ricevette una parola di discernimento circa un fucile. Questa idea del fucile emerse più volte durante la preghiera; ma la donna, interrogata al riguardo, non riusciva a trovare un qualsiasi riferimento.

Qualche mese più tardi, mentre a casa sua stava pregando in lingue e lodando il Signore, si ricordò di un episodio della sua prima fanciullezza, che aveva represso per anni, e si mise a urlare. Il marito, subito accorso, le impose le mani e anche lui incominciò a pregare in lingue. La donna aveva ricordato all'improvviso un fatto accadutole quando aveva diciassette anni. Sembra che una sera suo padre, avendo bevuto molto, picchiasse sua madre e che lei non potesse sopportare a lungo una scena simile. Si precipitò allora nella camera da letto dei genitori, sapendo che il padre poliziotto aveva l'abitudine di posare il fucile sul comodino :

presolo, glielo puntò alla tempia ordinandogli di uscire di casa. L'uomo se ne andò spaventato.

In seguito la ragazza informò la madre della sua decisione presa di lasciare la scuola e di mettersi a lavorare perché tutt'e due potessero essere in grado di vivere senza di lui. Quando però ebbe messo da parte una somma di denaro sufficiente per attuare questo progetto, la madre si rifiutò di partire e, alla fine, decise di riprendersi in casa il marito. Ciò urtò terribilmente la ragazza che aveva fatto tanti sacrifici, compreso quello di lasciare la scuola. Da quel momento era nato in lei, nei confronti del padre e della madre, un grande risentimento, che aveva represso per anni.

Quando, ormai donna, incominciò a pregare e a praticare il riposo nello Spirito, lo Spirito Santo fece emergere quell'episodio dal suo subconscio. Si ricordò allora che aveva bisogno di perdonare e di rivivere consapevolmente quella circostanza alla presenza di Gesù... Mentre stava rivivendone tutta la sofferenza e il trauma, la donna immaginò che Gesù fosse con lei. Insieme con lui entrò nella stanza e visualizzò se stessa nel momento in cui prendeva il fucile dal comodino e lo puntava contro il padre. A questo punto Gesù le disse: "Adesso consegna il fucile a tuo padre". Lei abbassò il fucile e glielo consegnò. La guarigione avvenne nell'istante in cui suo padre le riconsegnò il fucile e lei, a sua volta, lo diede a Gesù.

Tutto ciò può sembrare straordinario; ma queste esperienze sono comuni quando le persone rivivono un episodio doloroso alla presenza di Gesù. In simili casi avviene una grande guarigione delle emozioni e dei ricordi. Nel cercare questo tipo di guarigione, voi sperimenterete il tocco taumaturgico di Gesù nelle sfere più intime della vostra vita, dove persisteva mancanza di perdono. Aprendovi consapevolmente al suo potere di guarigione, molte memorie represses verranno portate alla luce dalla mente subconscia, per essere rivissute e guarite alla Sua presenza.

- Conclusione - Gesù desidera che tutti gli uomini siano liberati dalle sofferenze del peccato e dalla mancanza di perdono verso se stessi e gli altri. Domandando, vi sarà dato; cercando, troverete; bussando, vi sarà aperto.

7.- CHIUDERE LA PORTA AL MALE

I. Dolorose constatazioni - Tra le varie esperienze, annoveriamo le seguenti:

- Chiudendoci nel nostro risentimento, apriamo la porta al demonio - Quando noi ci chiudiamo nell'amarezza, nel risentimento e nella mancanza di perdono; in realtà è come se invitassimo il demonio a entrare nella nostra vita. Famiglie e Stati - l'Irlanda, per esempio! - sono divise da mancanza di perdono, risentimento e odio. Io sono fermamente convinto che tutto questo apra le persone all'attività diabolica; perché molte volte ho sperimentato la presenza di spiriti maligni di mancanza di perdono e di risentimento, spiriti di amarezza e di odio.

- Se non ci liberiamo dalle emozioni negative, finiremo con ammalarci - Il Dr. Loring Swain, nel suo libro "Medicina, Artrite e Leggi Spiritualì", dichiara che, se in noi esistono mancanze di perdono, odio e amarezza, finiremo per ammalarci; e che, se non ci liberiamo da queste forti emozioni negative, se lasciamo che penetrino in noi, con l'andar del tempo esse attaccheranno il nostro fisico sotto forma di malattia.

II. Il ministero della guarigione interiore consiste essenzialmente nel perdono - Ruth Carter Stapleton afferma, inoltre, che il ministero della guarigione interiore, nei suoi diversi aspetti, consiste essenzialmente in un'apertura da parte nostra ad accettare e a dare il perdono... Anch'io sono d'accordo che, cercando e concedendo il perdono, noi chiudiamo la porta al male.

III. Una valida testimonianza inviata (è P. Robert che la riporta) nel 1976, dimostra come sia stato possibile guarire un'area della vita di una donna, dove persisteva una mancanza di perdono; e come questa donna sia ora completamente libera.

- Qualcuno la spinse a partecipare ad una riunione - "Caro Padre, sono già venuta agli incontri del martedì sera; ma, prima di ieri, non avevo mai partecipato a quelli del giovedì mattina. Quasi non ci sarei venuta, se qualcosa non mi avesse ripetutamente spinto a mettermi in cammino.

Mentre stavamo dicendo la preghiera del perdono, ho incominciato a piangere ininterrottamente: non singhiozzi o qualcosa di simile, ma un pianto continuo che mi solcava il viso. Confidai alla mia amica, seduta vicino a me, che non sapevo che cosa mi stesse succedendo. Mi rispose che stavo facendo l'esperienza di una profonda guarigione delle emozioni. A questo punto Lei, Padre, incominciò a parlare dicendo di avere cambiato l'argomento della sua conversazione alle ore 9,30 di quel mattino. Proprio alle 9,30 mi ero messa in cammino per venire alla riunione. E, mentre lei parlava di esperienze passate che toccano la vita presente, io capii che era stato il Signore a trascinarci a quella riunione...

- Guarita da ogni emozione - Quando ero molto giovane fui molestata due volte da un uomo, a me molto vicino. In seguito egli mi disse di essere assai dispiaciuto e incapace di spiegarsi come ciò fosse potuto accadere. Io pensavo di averlo perdonato e di aver dimenticato tutti e due gli incidenti, fino a quando non mi sposai. Da principio tutto fu bello. Poi, all'improvviso, quando meno me lo aspettavo, si affacciarono alla mia mente le immagini di quegli incidenti, che rovinavano i momenti più intimi con mio marito. La situazione fra noi era diventata così tesa, che alla fine mi aprii con lui spiegandogli quello che mi era capitato. Da quella persona buona e affettuosa qual'è, il marito mi ha aiutata; ma questo problema non si era mai completamente risolto fino a ieri.

- E ora, sia lodato il Signore, sono libera dall'amarezza e dai sensi di colpa e vergogna nei confronti di quella persona. Adesso so che l'ho realmente perdonata, e che Dio ha cancellato quelle orribili immagini dalla mia mente. Ho sperimentato due importanti guarigioni: la prima spirituale, la seconda relativa alle emozioni. Mi sento piena di gratitudine. Amo immensamente Dio e voglio dedicare il resto della mia vita a servirlo. La mia vita è realmente incominciata con la prima guarigione..."

8.- PERDONARE NOI STESSI

- Premessa - Permaniamo nella convinzione che:

è necessario che noi mettiamo a fuoco tutte quelle aree della nostra sfe

ra intima, dove sussiste mancanza di perdono, che è la causa delle nostre maggiori difficoltà.

a) Prima difficoltà: non tutti riescono ad amare, ad accettare e a perdonare se stessi -

Come si vede, questa difficoltà è relativa all'obbligo, lasciatoci da Nostro Signore Gesù Cristo, di amare noi stessi come Egli ci ha amato. Infatti molti di noi non riescono a praticare questo precetto.

Leggiamo in S. Giovanni: "Vi dò un comandamento nuovo: che vi amiate gli uni gli altri; come Io vi ho amato, così amatevi anche voi gli uni gli altri. Da questo tutti sapranno che siete miei discepoli, se avrete amore gli uni verso gli altri" (Gv 13,35)... L'amore, dunque, è il tema centrale e unificatore nell'insegnamento di Cristo... e nostra sofferita consapevolezza! Vogliamo amare, vogliamo condividere, vogliamo essere aperti. Ciononostante, molti di noi incontrano enormi difficoltà nel mettere in pratica questi buoni propositi... In questo genere di lavoro è più che mai d'obbligo il rispetto per una certa gradualità.

I. Il comandamento di Gesù inizia in casa propria: dobbiamo pensare in modo positivo di noi stessi - Amarsi gli uni gli altri significa incominciare da se stessi. La carità inizia a casa propria. L'amore incomincia da te: a ma te stesso, poi amerai gli altri. Nessuno può dare agli altri quello che non ha. Sembra che senza un amore sano per noi stessi, sia quasi impossibile aprirsi ad amare gli altri. Questo è il comandamento di Gesù: "Amate vi gli uni gli altri, come Io ho amato voi" (Gv 15,12). L'amore incomincia da noi. Abbiamo bisogno di pensare in modo positivo di noi stessi... Quante volte ci capita di sentire delle persone che parlano negativamente di se stesse! Ciò indica che non riescono a perdonarsi e che hanno dei sensi di colpa. Se nella nostra vita c'è qualcosa di cui preferiamo non parlare, questa è un'altra chiara indicazione del bisogno che abbiamo di perdonarci.

II. Il bambino, e poi il ragazzo, deve avere un'immagine positiva di se stesso; cioè deve poter acquisire un giusto amore di sé, ed evitare l'odio distruttivo.

- Invece, in ognuno di noi vive il fanciullino del passato con i suoi sensi di colpa - Fin dalla più tenera età i nostri modelli fondamentali si

sono venuti formando in base al rapporto dinamico fra noi e i nostri familiari. Adesso, ci vediamo a seconda dell'immagine che allora ci eravamo fatti di noi. Quando i bambini sono amati, cioè quando vengono lavati, vestiti e nutriti con affetto, con gioia e felicità, si trasmette loro una buona immagine di sé. Se invece essi sperimentano negatività, risentimento, umiliazioni, mancanza d'affetto e di attenzioni, automaticamente incominciano a formarsi un'immagine negativa di se stessi; cominciano a vivere in base all'immagine che è stata dipinta per loro.

Il Dr. Cecil Orbone, nel suo libro "L'arte di imparare ad amare te stesso", afferma che alcune delle classiche umiliazioni, attraverso le quali tutti siamo passati quando eravamo bambini, sono le seguenti:

- Questa cosa te l'ho detta almeno mille volte!
- Che cosa ne faremo di te?
- Perché ti comporti così stupidamente?
- Tu saresti dovuto nascere maschio (o femmina)!
- Che cosa c'è in te che non funziona?
- Mi hai sentito? Piantala! Perché non maturi?
- Che cos'è che ti rende così sciocco?
- Se lo fai un'altra volta, ti dò una sberla!
- Perché non assomigli di più a tuo fratello (o a tua sorella)?...

Queste espressioni negative, unite alla mancanza di incoraggiamenti, te dono a creare nei ragazzi un'immagine negativa di loro stessi.

- Occorre agire usando alcune misure correttive - Nel libro: "L'arte di diventare una persona integra", lo stesso autore ci offre le seguenti misure correttive: "Quanto poco ci vuole a trasmettere amore ad un bambino, e quanti milioni di bambini vengono danneggiati perché i genitori non danno loro tempo, amore e calore in una forma che essi possono comprendere! Noi li sgridiamo, li ammoniamo, li rimproveriamo, li minacciamo e urliamo contro di loro. In genere, un bambino riceve, su venti critiche o rimproveri, una sola affermazione positiva. Ebbene: la proporzione va rovesciata, se il bambino deve acquisire un giusto amore di sé, ed evitare l'odio distruttivo verso se stesso...".

b) Altre difficoltà: enormi barriere dovute a sensi di indegnità e mancanze di perdono -

Deficienze nell'area dell'immagine di sé, si incontrano spesso mentre

preghiamo con altre persone.

Infatti, ci può capitare di essere contrastati da enormi barriere dovute a sensi di indegnità e mancanza di perdono. Qualche volta le persone dicono di voler essere guarite; ma intimamente non lo vogliono, perché credono di meritarsi ciò che hanno.

Che cosa si può fare allora?... Moltissimo! E' vero, non si tratta di una strada facile; ma il sapere che vi è una strada, è già molto.

- I. Anzitutto suggerirei di portare al Signore i nostri problemi, e di domandare allo Spirito Santo che ci conduca indietro nel tempo a quelle circostanze in cui abbiamo sperimentato delle influenze negative.
- II. In secondo luogo: condividere con altri i nostri traumi emotivi - Domanda moci: Possiamo onestamente condividere con altri i nostri traumi emotivi?
...

- Psicologicamente, è molto positivo poter andare da un compagno di preghiera, e dirgli: "Sto male, sono depresso; vuoi pregare con me?... Quasi sempre esiste una dimensione nella quale poter esprimere le proprie umiliazioni e sofferenze. Psicologi e psichiatri ci assicurano che le forti emozioni possono essere trattate solamente se le condividiamo con qualcuno... A questo scopo servono i gruppi di crescita, i quali ci mettono in grado di essere aperti e onesti con noi stessi.

- Nelle Chiese primitive abbiamo la migliore forma di terapia - I cristiani si radunavano in piccoli gruppi, confessando di essere peccatori e permettendo alle persone di essere se stesse: senza giudicarle, ma amandole e incoraggiandole. Un teologo ha dichiarato che la Chiesa primitiva rappresenta la migliore forma di terapia di gruppo. Essa rappresenta quello che i gruppi di crescita dovrebbero essere: cristiani che si riuniscono e sono capaci di dirsi: Siamo tutti umani; siamo tutti feriti e sofferenti. Preghiamo!, senza aver paura di condividere le proprie sofferenze con i fratelli, i quali saranno così in grado di sostenerli, amarli e incoraggiarli.

- Se è necessario che noi incoraggiamo gli altri. è altresì necessario che incoraggiamo noi stessi! - Mai e poi mai buttarci giù! Ascoltate la vostra conversazione e, quando scoprite che vi state denigrando, ditevi: No, non mi devo buttar giù!... Ognuno di noi, di tanto in tanto, dice cose peggio-

relative di se stesso. Ciò rivela mancanza di carità nei propri confronti , tanto quanto il riferire cose poco amabili sul conto di altre persone. In questo modo, infatti, incidiamo profondamente nell'immagine altrui e nostra, demolendo gli atteggiamenti positivi. Gesù ha detto: "Amatevi gli uni gli altri, come Io vi ho amato". Giova ripeterlo: amarsi gli uni gli altri significa incominciare da se stessi. La carità inizia a casa propria ; l'amore incomincia da te: Ama te stesso; amatevi gli uni gli altri e perdonatevi!...

III. A questo punto si domanda perdono al Signore, servendoci della seguente breve preghiera-meditazione -

Richiamiamo alla mente l'avvenimento della nostra vita di cui ci vergogniamo maggiormente: la nostra colpa più grossa, il nostro peccato più grave, il difetto più marcato; e domandiamo al Signore di perdonarci servendoci di questa breve meditazione:

- Immagina di essere davanti ad uno specchio intero, mentre Gesù sorridente dietro di te, ti mette le mani sulle spalle. Tu lo guardi allo specchio ed Egli ti dice: "Adesso perdónati per quell'episodio della tua vita, di cui ti vergogni maggiormente. Io ti ho perdonato. Adesso chiedo a te di fare la stessa cosa; cosicché il mio Spirito possa muoversi con maggior potenza nella tua vita...". Di' allora al Signore che ti perdoni in quell'area della tua sfera intima, che deve essere guarita col perdono. Senti l'amore di Gesù passare alle tue spalle e giù giù fino al petto. Senti lo Spirito taumaturgico del Signore scendere e ridiscendere in tutto il tuo essere lavandoti, guarendoti, purificandoti, fino a renderti candido.

- Se veramente credi nel Dio della Bibbia, ecco ciò che devi pensare di te:

- Sono così come sono, e non come ero, o come sarei potuto diventare. So no degno d'amore proprio come sono: con tutti quanti gli errori commessi , con tutte le mie debolezze e virtù.

- Dio non insiste che io sia perfetto, ma che dia me stesso pienamente a Lui in questo preciso momento.

- I sensi di colpa demoliscono la mia immagine. Dio non vuole che mi senta colpevole di cose che non posso cambiare, perché appartengono al passato. Dio vuole che operi attraverso le cose che posso cambiare.

- Sono in grado di ammettere apertamente errori, problemi e debolezze .

senza perdere il rispetto di me stesso. Imparare dai propri errori ad affrontare i problemi: è ciò che conta realmente. Guardo ai miei fallimenti come ad esperienze che mi ammaestrano.

- Sono ragionevolmente incurante di quello che gli altri dicono o pensano di me. Pertanto le persone che stimo di più nella mia vita, non possono di struggere la mia importanza e la mia dignità.

- La mia importanza non si basa su ciò che ottengo nella vita, ma su ciò che sono come persona.

- Sono capace di fare qualche cosa di buono per gli altri e per raggiungere un certo successo. Cresco nella misura in cui imparo ad essere generoso e ricettivo.

- Posso cambiarmi, se lo voglio veramente, e modellare il mio futuro in base a ciò che decido oggi per la mia vita.

- Anche se la mia vita non è secondo le mie aspettative, sono ugualmente felice, come se l'avessi programmata io.

- Non devo prendere ogni cosa che faccio o non faccio, troppo seriamente. I miei sentimenti, su certe persone o cose, non devono determinare le mie azioni o reazioni verso di loro.

- Conclusione - Una bella preghiera da recitare ogni giorno è la seguente:
 " Signore Gesù, io mi abbandono a Te in questo giorno. Ho tentato in tutti i modi di guidare me stesso e di fare di me quello che pensavo di dover diventare; ma ho sempre fallito. Adesso mi abbandono a Te. Ti dò il permesso di prendere pieno possesso della mia vita. Aiutami ad essere quello che Tu vuoi che io sia... Mi accetto come sono, perché Tu mi accetti e ami come sono: con tutti i miei vizi, le mie paure, i miei errori! Oggi io accetto la tua Luce di guarigione e il tuo Amore nella mia vita; sapendo che, attraverso la mia debolezza, essi diventeranno la mia forza. Grazie, Gesù!...".

9.- RICORDARE CHE PERDONARE E' UN PROCESSO

I. Il perdono si può definire un processo, cioè una continua evoluzione interiore verso la pienezza - Alcuni teologi ci dicono che Gesù giunse gradatamente alla consapevolezza della sua identità.

La stessa cosa sperimentiamo noi nella nostra vita, nel senso che ci facciamo un'idea più ampia e più precisa di chi siamo e di quello che siamo chiamati ad essere, mentre maturiamo attraverso le esperienze. Ci facciamo un'idea più precisa, sempre più chiara della realtà che ci circonda. Quando si considera il perdono, io ritengo lo si debba fare con naturalezza, definendolo un processo, cioè una continua evoluzione interiore verso la pienezza.

Come da piccoli si va a scuola e si fanno sforzi per raggiungere il traguardo della promozione, così nel processo del perdono si devono compiere sforzi per raggiungere il traguardo della pienezza. Io credo che, se noi impegniamo tutto il nostro essere al conseguimento del perdono, arriveremo ad avere un'idea più chiara e più profonda di ciò che esso è nella realtà della nostra esistenza; e a possederlo sempre più ampiamente, così da toccare, guarire e purificare numerose aree della nostra vita.

II. Un punto fondamentale da tener presente nel processo del perdono è che la mente subconscia è come un abisso senza fondo - Per spiegarmi, accenno a :

- Un briciolo di psicologia - Premetto che l'interno dell'uomo si può assimilare ad un "iceberg": il campo della coscienza sta sopra l'acqua; ma una parte di noi sta sott'acqua: nel subconscio o nell'inconscio e, nel tentativo di affiorare alla coscienza, è causa a volte di traumi e disturbi penosi... Nel nostro subconscio sono sepolte innumerevoli esperienze del passato. Consideriamo che normalmente noi facciamo un'esperienza nuova circa ogni secondo, o per lo meno ogni minuto. Moltiplichiamo un'esperienza per altre sessanta nuove esperienze all'ora, per 24 ore al giorno, sette giorni alla settimana, e così di seguito. Calcoliamo che ognuna di esse è stata registrata dal tempo in cui eravamo nel grembo materno, durante la fanciullezza, l'adolescenza e l'età adulta, secondo diverse emozioni e memorie corrispondenti ad ogni stadio della nostra vita; e non ci sarà difficile immaginare che nelle profondità della nostra mente subconscia, si sono accumulati milioni e milioni di esperienze, di memorie sensoriali diverse.

- Alcune di tali esperienze sono dolorose e tendono naturalmente ad associarsi ad un risentimento o, quanto meno, ad una mancanza d'amore. Io sento che, quando sperimentiamo una mancanza d'amore, nasce in noi un risenti

mento subconscio. In realtà, è come se dicesimo: "Tu dovresti amarmi, e invece non mi ami; perché non mi ami come le altre persone?"...

Poiché nel nostro passato si sono verificati innumerevoli casi di sofferenza, mancanze d'amore e umiliazioni, che vanno fatti uscire dalla mente subconscia alla luce della consapevolezza, ci si può facilmente render conto di come il perdono sia in continuo divenire. Man mano che queste esperienze affiorano, aumenta la nostra consapevolezza e la nostra capacità di perdonare.

- Di più, dobbiamo tener presente che come perdoniamo oggi, può darsi che dovremo ripetere lo stesso atto fra due anni; cioè, forse fra un anno o due, sentiremo ancora il bisogno di perdonare la medesima persona. Questo accade spesso, e significa che il Signore ci chiama ad un livello di perdono più profondo. Forse si tratterà di qualche circostanza che non eravamo in grado di affrontare prima, ma che ad un certo punto possiamo prendere in considerazione e perdonare.

- Le esperienze della nostra vita si dividono in transitorie e durature -

Per esempio, un incidente d'auto può essere un'esperienza transitoria e guaribile abbastanza velocemente; mentre una cattiva relazione col proprio padre può protrarsi magari per vent'anni. In questo secondo tipo di esperienza le mancanze di amore, le offese e le sofferenze sono penetrate via via in profondità, e la guarigione è più lenta e complessa.

- Ancora: il perdono può essere considerato sia in base alla volontà, che in base alle emozioni - In primo luogo, in base alla volontà: se prendiamo una decisione chiara e diciamo: "Voglio perdonare; sono fermamente deciso a perdonare!". Nel campo delle emozioni può capitare che, per quanto si sia perdonata una persona che ci ha fatto del male, ci si accorge di diventare tesi ed irritabili ogni volta che la incontriamo. Ciò significa che pur avendola perdonata con un atto della volontà, noi dobbiamo essere ancora guariti nelle emozioni.

Non dimentichiamo che alcune esperienze sono così dolorose e devastanti che possiamo essere in grado di perdonare soltanto dopo un certo periodo di tempo; come avviene nei casi di separazione, divorzio, stupro e omicidio. In simili circostanze non è possibile affrontare immediatamente l'esper

rienza del perdono, e si verificherà una repressione dell'urto e della sofferenza. A me sembra, per esempio, che in un divorzio un uomo e una donna debbano lasciar passare un po' di tempo prima di ritrovarsi e, affrontando il compagno, dirsi: "Ti perdono sinceramente!".

Concludendo: in entrambe le aree, quella della volontà e quella delle emozioni, il perdono è un processo; così come lo è la guarigione interiore.

III. Guarigione e perdono sono esperienze in continua evoluzione - Se penso alla mia vita, specie a quella degli ultimi dieci anni, e considero la vita delle persone a me vicine, credo di poter affermare che guarigione e perdono sono esperienze in continua evoluzione. Col passar degli anni io divento sempre maggiormente consapevole di come certi episodi del mio passato, che richiedevano guarigione, vengano a galla dalla mente subconscia. Non dovremmo mai scoraggiarci, se abbiamo buona volontà e intendiamo rimanere nella volontà di Dio! Facendo ciò che il Signore vuole da noi, siamo già nel processo della guarigione e del perdono veri.

Quando, ogni giorno, lo lodiamo, leggiamo la Bibbia, e condividiamo la nostra vita con gli altri, il suo Santo Spirito si muove dentro di noi e ci guarisce nelle sfere più intime delle nostre emozioni e della nostra volontà. Nei gruppi numerosi di preghiera o nelle grandi assemblee, siamo enormemente aiutati ad entrare nel processo del perdono, perché in essi la lode e la concentrazione in Gesù raggiungono alti livelli. Sembra infatti che lo Spirito si muova molto più profondamente ad alti livelli di lode. Spesso in queste assemblee moltissime persone entrano spontaneamente nel processo del perdono.

Inoltre, incrementiamo le attività spirituali, perché attraverso di esse lo Spirito Santo agisce in profondità nel nostro essere aprendoci e liberandoci. Spesso, mentre ci apriamo, avviene la liberazione da spiriti maligni di odio, di risentimento, mancanza d'amore e amarezza: in ciò appunto consiste il processo di guarigione. Non c'è niente che ci apra così tanto male, quanto il nutrire risentimento e mancanza di perdono. Gesù ha detto: "Sono venuto a liberare i prigionieri" (Lc 4,18).

IV. Tutti noi siamo in cammino e in continua evoluzione: non v'è dubbio. Può darsi che, lungo il cammino, condividiamo l'esperienza dei discepoli sulla strada di Emmaus incontrando Gesù. E' Lui il guaritore! Sono sue le parole: "Sono venuto perché abbiano la vita e l'abbiano in abbondanza" (Gv 10

10)... Io credo che Gesù, con queste parole alludesse al perdono, e perciò intendeva dire che era venuto perché potessimo ottenere il perdono e ottenerlo in abbondanza...

10.- AMARE IL NOSTRO PROSSIMO
DIVENTANDO CANALI DI GUARIGIONE

Il decimo e ultimo principio del perdono è: Amare il nostro prossimo fino a diventare strumenti o canali di guarigione.

I. Gesù ci ha chiamati ad essere guaritori, non feritori gli uni degli altri-

Noi non mettiamo mai abbastanza in evidenza la chiamata dei cristiani a diventare strumenti o canali di guarigione. Siamo tutti consapevoli che ci facciamo del male vicendevolmente; ma siamo molto meno consapevoli di poter diventare canali di guarigione per i nostri fratelli.

- Gesù rimproverò i due apostoli "figli del tuono" - Leggiamo il capitolo di S. Luca quando Gesù stava per giungere nel territorio dei Samaritani. E gli si era fatto precedere da alcuni messaggeri, dai quali aveva appreso che gli veniva vietato di entrare nel villaggio; come di fatto avvenne.

"Quando videro ciò, i discepoli Giacomo e Giovanni dissero: "Signore, vuoi che diciamo che scenda un fuoco dal cielo e li consumi? Ma Gesù si voltò e rimproverò" (Lc 9, 54-55)... Questa fu una delle poche volte in cui Gesù rimproverò gli Apostoli. E lo fece perché, dopo tutto quello che aveva loro insegnato, essi si erano abbandonati di nuovo alla collera.

- Poi affida loro, insieme agli altri, di predicare il Vangelo e guarire gli infermi - Sempre in S. Luca, leggiamo che Gesù incaricò gli Apostoli di andare a predicare il Vangelo e guarire gli infermi: quindi agli stessi uomini, che avrebbero invocato il fuoco come castigo dal cielo, veniva chiesto di uscire a proclamare la buona novella e a guarire gli ammalati... Leggiamo i tratti che ci riguardano:

- Prima missione degli Apostoli: "Egli allora chiamò a sé i Dodici e diede loro potere e autorità su tutti i demoni e di curare le malattie. E li mandò ad annunziare il regno di Dio e a guarire gli infermi ...

... Allora essi partirono e passavano di villaggio in villaggio, annunciando dovunque la buona novella e operando guarigioni"(Lc 9,1-6).

- Seconda missione degli Apostoli: "Dopo questi fatti, il Signore designò altri settantadue discepoli e li inviò a due a due avanti a sé in ogni città e luogo dove stava per recarsi. Diceva loro..." (Lc10,1-2).

Ancora: "Quando entrerete in una città e vi accoglieranno, mangiate quello che vi sarà messo dinanzi, curate i malati che vi si trovano e dite loro: E' vicino a voi il regno di Dio..." (Lc 10,8-9).

- Anche a noi Gesù ci ha chiamati per continuare la missione degli Apostoli - Dunque, Gesù ci ha chiamati ad essere i guaritori gli uni degli altri. Perdonandoci vicendevolmente, noi che siamo stati feriti, diventiamo canali di guarigione; quando invece, essendo stati feriti, non perdoniamo, le nostre ferite diventano più profonde. Gratuitamente abbiamo ricevuto il perdono dal Signore, gratuitamente diamolo; gratuitamente abbiamo ricevuto l'amore, gratuitamente diamolo.

Il mondo intorno a noi è caotico, perché il cuore degli uomini è caotico. Quello che noi osserviamo esternamente nel mondo non è che il riflesso di ciò che esiste nel cuore dell'uomo. Alla radice di tanta criminalità e violenza nelle nostre città, vi sono la collera, l'amarrezza e il risentimento. Psichiatri e psicologi, che operano in mezzo ai carcerati, ci dicono che costoro sono generalmente pieni di collera verso i loro genitori : circa il 95% delle persone condannate per crimine provengono da famiglie divise e piene di negatività. La collera vuole farsi strada e spesso il comportamento antisociale dei detenuti e la loro brutalità verso i compagni ne sono la conseguenza.

- Lo Spirito Santo ci richiama continuamente al perdono - Le persone che vengono potenziate dallo Spirito, acquisiscono una maggiore consapevolezza del bisogno di perdonare gli altri, e una più grande capacità di perdono.

- II. Noi siamo chiamati a divenire testimoni dell'amore di Cristo, pregando gli uni sugli altri - Il decimo principio, spronandoci a diventare canali di guarigione per il nostro prossimo, va al di là del perdono: noi siamo chiamati a scambiarci l'amore di Cristo. Mediante il sacramento della Cresima i fedeli ricevono il comando a divenire testimoni dell'amore di Cristo; e

una delle strade da seguire per adempiere a questo comando, è quella di pregare gli uni sugli altri. Quando lo facciamo, quando cioè estendiamo la nostra preghiera ad altre persone, tutti quanti sperimentiamo il potere di guarigione dell'amore.

La preghiera è efficace; produce cioè il suo effetto sugli altri e anche su di noi. L'ha detto Gesù: "Chiedete e vi sarà dato, cercate e troverete, bussate e vi sarà aperto; perché chiunque chiede, riceve; e chi cerca, trova; e a chi bussa, sarà aperto" (Mt 7,7-8).

III. La preghiera del perdono -

Nella preghiera che segue verranno trattate esaurientemente le aree più significative della nostra vita. Col tempo, la preghiera richiamerà alla mente altre aree interessate al perdono. Lasciate che lo Spirito Santo si muova liberamente dentro di voi, e guidate la vostra mente alle persone o ai gruppi che avete bisogno di perdonare.

TESTO DELLA PREGHIERA DEL PERDONO

"Signore Gesù Cristo, oggi ti chiedo di poter perdonare TUTTE LE PERSONE DELLA MIA VITA. So che tu me ne darai la forza. Ti ringrazio perché Tu mi ami, più di quanto io non ami me stesso; e perché Tu vuoi la mia felicità, più di quanto non la desideri io.

"Signore Gesù, voglio essere liberato dal risentimento, dall'amarezza e dalla mancanza di perdono VERSO DI TE, quando pensavo che eri Tu a mandare la malattia, la morte, le avversità e le difficoltà finanziarie della mia famiglia.

"Signore, perdono ME STESSO per i miei peccati, per le mie colpe e debolezze. Per tutto ciò che è realmente male in me e per tutto ciò che io penso sia male, mi perdono.

Per ogni investigazione nell'occulto mediante oroscopi, sedute spiritiche, chiromanzia, cartomanzia, magia, talismani, ecc.; per aver nominato il tuo nome invano; per non averti adorato; per aver offeso i miei genitori; per essermi ubriacato o drogato; per tutte le volte che ho peccato con

tro la purezza (anche nei pensieri) e ho commesso adulterio; per aver abortito o contribuito ad abortire; per aver rubato e detto il falso.

Per tutte queste cose mi voglio perdonare oggi. Grazie, Signore, per le grazie che mi concedi in questo momento.

"Perdono sinceramente MIA MADRE. La perdono per tutte le volte che mi ha offeso, che si è arrabbiata o risentita con me e mi ha punito. La perdono per tutte le volte che ha preferito i miei fratelli e le mie sorelle a me; per avermi detto che ero stupido, brutto, che ero il peggiore dei figli, o per avermi ricordato quanto le ero costato.

La perdono per tutte le volte che mi ha detto che non ero stato desiderato, che ero nato per un errore di calcolo, oppure perché non ero ciò che lei si aspettava che fossi.

"Perdono MIO PADRE. Lo perdono per ogni volta che ha mancato di dar mi l'amore, l'affetto e l'attenzione di cui avevo bisogno. Lo perdono per ogni volta che non mi ha dedicato il suo tempo, e non ho potuto godere della sua compagnia. Lo perdono per ogni volta che è tornato a casa ubriaco, e ha litigato e picchiato mia madre e i miei fratelli. Per i suoi castighi severi, i suoi abbandoni, per essersene andato di casa, per aver divorziato da mia MADRE, oppure per le donne che ha avuto: io lo perdono.

"Signore, voglio perdonare I MIEI FRATELLI E LE MIE SORELLE. Perdono quelli fra loro che mi hanno respinto e odiato; quelli che hanno detto menzogne sul mio conto e si sono risentiti con me. Li perdono per essersi voluti accaparrare l'amore dei nostri genitori a mio scapito; e per tutte le volte che sono stati troppo severi e mi hanno picchiato, punito e reso la vita difficile in tante maniere.

"Signore, perdono MIO MARITO / MIA MOGLIE, per ogni mancanza d'amore, di affetto e considerazione; per ogni mancanza d'attenzione, di comunione e sostegno. Lo/la perdono per tutte quelle parole, atteggiamenti e azioni che mi hanno disturbato e offeso.

"Gesù, perdono I MIEI FIGLI E LE MIE FIGLIE, per le loro mancanze d'amore, di rispetto e collaborazione; per le loro disobbedienze e disattenzioni, per i malintesi e le incomprensioni, per i loro vizi e per ogni azione cattiva che può avermi disturbato. Li perdono per aver abbandonato

la Chiesa.

"Mio Dio, perdono SUOCERO e SUOCERA, GENERO e NUORA, COGNATI e COGNATE, e gli altri PARENTI ACQUISITI, per mancanze d'amore, critiche, pensieri, azioni e omissioni, che mi hanno fatto soffrire.

"Signore, aiutami a perdonare I MIEI PARENTI E I MIEI NONNI, che possono aver interferito con la mia famiglia; che sono stati possessivi nei confronti dei miei genitori, e hanno causato incomprensioni e disaccordo fra loro.

"Signore, perdono TUTTI I MIEI INSEGNANTI E I MIEI ISTRUTTORI, presenti e del passato. Perdono quelli che mi hanno punito, trattato ingiustamente e insultato; quelli che mi hanno preso in giro, che mi hanno chiamato imbecille e stupido; e quelli che mi hanno trattenuto in classe alla fine delle lezioni.

"Sento di dover perdonare IL MIO PARROCO, I SACERDOTI, LA MIA CONGREGAZIONE E LA MIA CHIESA, per tutte le volte che non sono stato aiutato, sostenuto e incoraggiato come avrebbero dovuto. Li perdono per certa ristrettezza mentale e mancanza d'ispirazione; per non avermi voluto in posizioni chiave e non avermi dato modo di esprimere tutte le mie capacità. E per ogni altra offesa ricevuta, oggi li perdono, Signore.

"Signore, perdono tutte le persone che, in qualità di PROFESSIONISTI, mi hanno offeso in modi diversi: dottori, infermieri, funzionari amministrativi, avvocati, poliziotti. Li perdono sinceramente, per tutto il male che mi hanno fatto.

"Signore, voglio perdonare IL MIO DATORE DI LAVORO, per tutte le volte che si è arrabbiato o si è dimostrato poco gentile con me. Lo voglio perdonare per non aver mai espresso la sua soddisfazione per il lavoro da me svolto, e per avermi negato la paga dovuta e le promozioni cui avevo diritto.

"Gesù, aiutami a perdonare I MIEI COLLEGHI: quelli antipatici e quelli che mi rendono la vita impossibile. Voglio perdonare tutti coloro che non collaborano, scaricando il loro lavoro su di me, o cercando di accaparrarsi il mio. Voglio anche perdonare quelli che fanno pettegolezzi sul mio conto.

"Signore, perdono gli AMICI che non mi aiutano: chi non è stato sincero e mi ha deluso, chi ha volutamente perso i contatti con me, o non si è reso disponibile quando ne avevo bisogno. Perdono quelli che si sono fatti prestare dei soldi, che non mi hanno più restituito, e quelli che hanno fatto pettegolezzi sul mio conto.

"Perdono I MIEI VICINI DI CASA, Signore, per tutto il fracasso che fanno; perché trascurano la loro proprietà, lasciano liberi i cani che rovinano il mio gisedino; e perché, alla fine, degradano il vicinato.

"Signore Gesù, in particolar modo Ti prego perché Tu mi conceda la grazia del perdono nei riguardi di QUELLA PERSONA CHE MI HA FATTO SOFFRIRE più di ogni altra nella vita. Ti domando di poter perdonare colui/colei che considero IL MIO PIU' GRANDE NEMICO: la persona che dicevo di non voler più perdonare e che mi riesce così difficile perdonare.

"Ti ringrazio, Signore, perché mi stai liberando dal male della mancanza di perdono. Possa il tuo Santo Spirito riempirmi della sua luce e illuminare ogni area oscura della mia mente. Amen...".

CONCLUSIONE

Come ho già detto, il perdono è un atto della volontà e non un sentimento. Il perdono è un atto, un obbligo che dura tutta la vita. Ogni giorno abbiamo bisogno di perdonare coloro che ci offendono e ci feriscono.

Ancora una volta ascoltiamo Gesù: "Allora Pietro gli si avvicinò e gli disse: Signore, quante volte dovrò perdonare al mio fratello, se pecca contro di me? Fino a sette volte? - E Gesù gli rispose: Non ti dico fino a sette, ma fino a settanta volte sette!" (Mt 18, 21-22).

NOTA - P. Robert De Grandis, in altre occasioni, ha raccomandato vivamente di ripetere questa preghiera per un mese intero.

"Ma a voi che ascoltate, io dico: Amate i vostri nemici, fate del bene a coloro che vi odiano, benedite coloro che vi maledicono, pregate per coloro che vi maltrattano. A chi ti percuote sulla guancia porgi anche l'altra; a chi ti leva il mantello non rifiutare la tunica. Dà a chiunque ti chiede ; e a chi prende del tuo non richiederlo. Ciò che volete gli uomini facciano a voi, anche voi fatelo a loro. Se amate quelli che vi amano che merito ne avrete? Anche i peccatori fanno lo stesso..... Amate invece i vostri nemici, fate del bene e prestate senza sperarne nulla, e il vostro premio sarà grande e sarete figli dell'Altissimo..... Non giudicate e non sarete giudicati; non condannate e non sarete condannati; PERDONATE E VI SARA' PERDONATO"

(Luca 6, 27-33.35.37)

* PROSSIMO

RITIRO MENSILE

presso le SUORE "ANCELLE della CARITA'

Via del Caseletto n. 538 - ROMA

5 APRILE 1987

Orario di entrata: Mattina - dalle 9 alle 10

Pomer. - dalle 14 alle 15

PRANZO AL SACCO

GIORNATA DELLA PREGHIERA DI EFFUSIONE

* SIAMO TUTTI INVITATI AD INTERVENIRE *

Disse loro (Gesù):

"VENITE E VEDRETE"

Andarono ... e quel giorno si fermaro
no presso di lui; erano circa le quat
tro del pomeriggio" (Gv 1. 39).

PORTARE LA BIBBIA = PORTARE LA BIBBIA = PORTARE LA BIBBIA = PORTARE LA BIBBIA

Gruppo "MARIA" del R.n.S.

Piazza S. Apollinare - ROMA

TUTTI I SABATI

Incontro di preghiera carismatica

Ore 16: Accoglienza e preghiere sui fratelli

Ore 17: Preghiera comunitaria

seguita dalla S. Eucarestia

Ore 20: Preghiere sui fratelli

PRO MANOSCRITTO AD USO DEL GRUPPO "MARIA"

*
*
*