

*Domenico Cravero*

# REGGOLE DI VITA

LA FIDUCIA  
LA RINUNCIA  
L'AZIONE

*Solidarietà Giovanile*

VOLUME SECONDO

---

*Domenico Cravero*

---

# REGOLE DI VITA

Edizioni SERVIZIO STAMPA

© Copyright 1993 by A.S.G.  
Associazione Solidarietà Giovanile  
Via Nizza 239 - Torino

Tutti i diritti di traduzione, riproduzione e adattamento  
totale o parziale, con qualsiasi mezzo, sono riservati

Finito di stampare nel dicembre 1993  
presso la Litografia SERVIZIO STAMPA - Via Nizza, 342/4 - Torino

---

*Solidarietà Giovanile*

---

## PERCHÉ LA COMUNITÀ?

– La comunità *non serve per “smettere”*: per questo può essere sufficiente la clinica.

Ma per non tornare alla vita di prima, bisogna avere altri motivi per vivere.

I motivi non si trovano a caso, né possono essere trasmessi da altri: occorre sperimentarli fino a farli propri.

– La comunità non serve per recludere e *punire*. La paura non ha mai aiutato nessuno e non ti fa certo sentire vivo.

Una comunità solo “rigida” e severa potrà anche insegnare molte cose ma non aiuta a *crescere in armonia*.

– Lo scopo della comunità non è solo quello di *reinserire* nella società chi ne è stato *emarginato*.

Cosa servirebbe aiutare le persone, richiedere loro sforzo e rinnovamento e poi non fornire loro strumenti critici per capire e *modi diversi di vivere*.

Le tossicomanie e gli stili non sani di vivere, svelano le contraddizioni della vita di tutti.

In fondo il ricorso alle droghe è un tragico ed assurdo gesto di protesta contro la povertà del mondo ricco.

– Si dice che la comunità è *terapeutica*: la terapia potrà anche esser utile per sbloccare certe resistenze ed avviare certi cambiamenti, ma dalla terapia non viene la direzione della vita.

La comunità è il luogo dove sperimentare l'*essenziale per vivere*: dare un significato ad ogni gesto, essere qualcosa per qualcuno, acquisire bontà e saggezza, imparare ad amare.

Questa speranza è sostenuta da una promessa: tu potrai risolvere definitivamente l'insoddisfazione e la sofferenza che porti in te.

## PERCHÉ REGOLE DIVITA?

*Con quali parole e con quali esperienze puoi definire lo "stare bene" di una persona?*

*Perché diciamo che la vita può diventare un'opera d'arte?*

*Perché occorre armonia per realizzare i nostri obiettivi?*

*Osservare le regole è un fine o un mezzo?*

*Che differenza c'è, in questo caso, tra "fine" e "mezzo"?*

*È sufficiente rispettare tutte le regole alla lettera, per risolvere i propri problemi?*

*Si è stabilito, per esempio, che in comunità si fumano non più di 6 sigarette al giorno.*

*Cosa cambia se uno ne fuma 7?*

*Bisogna rispettare le regole che per te non hanno senso, in questo caso come comportarsi?*

*Cosa si deve fare di fronte ad una regola di cui non capiamo il significato?*

Se osserviamo la vita di una collettività di uomini, (una famiglia, un'azienda, una squadra sportiva...) troveremo sempre delle regole, scritte o orali, esplicite o inesprese.

Esistono dei criteri con cui le persone fanno le loro scelte e conducono la loro vita: una coerenza, una gerarchia di valori.

Questo fatto, però, non è immediatamente evidente e oggi fa problema anche perché pesa l'eredità del passato e l'incertezza del presente.

La conflittualità, il pluralismo esasperato e il disorientamento che caratterizzano la nostra epoca segnata da grandi trasformazioni, richiede ad ognuno di noi di riscoprire, nel loro fondamento, il senso e il significato dell'osservanza delle regole e delle norme.

Le regole hanno certamente un valore sociale, sono uno strumento per definire i modi della convivenza, per regolare i conflitti, risolvere le zone di incertezza.

Anche nella nostra vita personale senza l'aiuto di regole e norme non impareremo a fare scelte, a seguire criteri di priorità e di valore.

La nostra vita infatti, è una composizione di cose diverse, su piani diversi: *dare alla vita comunitaria e personale delle regole è un mezzo per mettere armonia nella ricchezza e nella complessità della nostra esperienza e del vivere insieme.*

Sovente, per raggiungere equilibrio in noi stessi e nella convivenza con altre persone, dobbiamo cercare di possedere e tenere insieme valori apparentemente incompatibili. (Ad esempio: essere ordinati e nello stesso tempo attivi, tenere a sé stessi ed essere disinteressati, essere abituati al risparmio e non attaccati ai soldi, gentili ma anche esigenti, dolci e nello stesso tempo severi...).

L'osservanza delle regole è un mezzo (e solo un mezzo!) per orientare nell'ordine la nostra vita e al bene le nostre azioni.

Le regole e le norme svolgono una pluralità di funzioni: sostengono, proteggono, mettono in relazione, danno sicurezza, definiscono il nostro rapporto con gli altri e con le cose.

Non si sottraggono all'ambivalenza di tutte le cose umane: quel legame che percepiamo a volte come opprimente perché ci pone limiti, nello stesso tempo ci rassicura, ci fa sentire "parte di", ci permette di incontrare gli altri.

Le regole diventano però presto insopportabili e non sono di nessun vero aiuto, se non trovano una adesione interiore, se non è la persona a dare loro un fine, un significato, se non diventano regole di vita, se non si trasformano in spazio di sperimentazione, di invenzione, di adattamento alle situazioni sempre nuove e difficili.

Le regole non eliminano la libertà e la creatività delle persone ma la presuppongono.

La costruzione, senza l'adesione interiore, infatti, non educa ma genera risentimento o addirittura il vizio opposto al bene cui vorrebbe tendere.

Per questo le regole devono essere semplici, ragionevoli e motivate in modo che ognuno ne capisca l'utilità e il motivo di opportunità che le ha imposte.

In questo modo risulta anche più facile metterle in pratica: quando le regole diventano mentalità, le possibilità vietate non si presentano nemmeno al pensiero.

In questo modo risulta anche più facile metterle in pratica: quando le regole diventano mentalità, le possibilità vietate non si presentano nemmeno al pensiero.

Le regole devono avere però autorevolezza. Se provengono da un'autorità considerata estranea o nemica difficilmente possono essere accettate e perdono credibilità.

Se invece la comunità e i suoi responsabili sono amati e vissuti come vicini e solidali, l'autorità non si baserà sul timore e sul sospetto ma verrà accettata come aiuto e sostegno.

Le regole devono essere assimilate con facilità: per questo devono essere semplici, comprensibili, di numero ridotto e abbastanza generali.

Potrebbe, infine, anche capitare, nonostante tutti gli sforzi sinceri, di non riuscire ad ottenere certe obbedienze e di toccare con mano il nostro limite.

Non bisogna spaventarsi: sarebbe sbagliato sfinirsi di sforzi e disperarsi: è molto meglio accettare l'incapacità, assaporarne tutta l'arezza e saper attendere.

Si sperimenterà che c'è qualcosa di più grande di noi!

Per migliorare noi stessi non possiamo fare leva solo sulla nostra volontà e non dobbiamo accontentarci di obbedienze di facciata.

L'aiuto degli altri, l'incoraggiamento degli esempi di chi è più avanti, la formazione ai valori interiori e spirituali, potranno infonderci una sicurezza, una pace, un equilibrio, una gioia inimmaginabili, nonostante i nostri insuccessi.

In queste situazioni si sperimenta la fortuna e la grazia del vivere insieme!

In ogni caso il distacco da una vita sbagliata non è possibile senza l'adesione a qualcosa di grande, più grande e più intenso dell'errore.

## CAPITOLO PRIMO

# NOI E GLI ALTRI

*Perché avere fiducia negli altri comporta sacrificio e rinuncia? Cosa c'è di positivo in questo sacrificio e in questa rinuncia?*

*Perché in comunità il linguaggio pesante è vietato?*

*Perché la violenza fisica o verbale è considerata una mancanza grave?*

*Cosa significa in pratica "limitare i rapporti con il mondo esterno"? Quale è lo scopo di questa regola?*

*Perché arroganza e collaborazione non possono andare d'accordo?*

*Perché l'arroganza è segno "di un insufficiente formazione ed educazione sociale"?*

*Che cos'è il "servizio"?*

*Fai degli esempi di "servizio".*

*Hai mai fatto l'esperienza di "servire" gli altri?*

*La comunità offre molte occasioni di servizio: elencane qualcuna e spiega che senso può avere.*

## ATTENZIONE E RISPETTO

*Fai degli esempi di parti negative di te che emergono e che constati proprio nella vita in comune.*

*Cosa vuol dire "negare gli altri come persone"?*

*"Ognuno porta in sé qualcosa di buono, di bello": fai degli esempi, pensando ai tuoi compagni di oggi.*

*Odio, amore, indifferenza: rifletti sul significato di queste parole.*

*Attraverso quali gesti si esprime l'attenzione verso la propria vita?*

*Che senso ha la cura di sé, del proprio aspetto, della propria salute?*

*Come si realizza tutto questo in comunità?*

*Attraverso quali comportamenti si esprime l'attenzione verso gli altri?*

*Perché non è giusto giudicare e criticare gli altri?*

*Perché è importante valorizzare anche i momenti comunitari di svago e di riposo?*

*Attraverso quali gesti si esprime l'attenzione verso le cose?*

*Che cosa si intende per "essenzialità"?*

*Fai delle proposte concrete per evitare gli sprechi e tendere verso l'essenzialità?*

Una parte del nostro Io è costituita dagli altri: il linguaggio che parliamo, le idee con le quali siamo cresciuti, le istituzioni che ci hanno formati e condizionati.

Il confine, dentro e fuori di noi, non è netto; c'è una parte di noi che funziona solo quando siamo in gruppo e che solo lì possiamo conoscere, modificare e governare.

La vita in comune mette a nudo le parti più negative che portiamo in noi: il nostro egoismo si nasconde spesso sotto la maschera dei nostri nervosismi, dell'orgoglio, delle azioni impulsive, dei pregiudizi, delle piccole vendette che umiliano gli altri e li negano come persone.

Vivere insieme è sempre una ferita al nostro narcisismo: ci sentiamo minacciati e sconfitti dal gruppo.

Ma la vita di gruppo è anche un'imprevedibile esperienza di grazia: ognuno porta in sé qualcosa di buono, di bello, di degno di essere amato perché ogni persona è unica.

Se si è attenti alle piccole cose di una giornata, ognuno scorge in sé mille forme di antipatia, di indifferenza. Il comportamento degli altri a volte ci irrita. Sovente non diamo loro fiducia, non andiamo a cercarli.

Spesso non abbiamo pazienza e tendiamo a considerare gli altri come oggetti in funzione nostra.

In tutti questi atteggiamenti si esprime la nostra immaturità ed incapacità di amare, si nasconde la nostra insensibilità e superficialità.

La capacità di attenzione è uno dei primi obiettivi che ci poniamo nella nostra vita comune.

- Innanzi tutto, attenzione alla propria vita che consiste nel rispetto di sé, nell'accettare se stessi nonostante i limiti e fallimenti, nel riconciliarsi con il proprio passato.

Gli strumenti che abbiamo a disposizione sono numerosi: alcuni più esteriori, come la cura di sé, del proprio aspetto, della propria salute... Altri sono più profondi come il silenzio, l'autocritica, l'assumere seriamente delle responsabilità, l'imparare a essere attivi.

Anche l'esercizio della sincerità è fondamentale per giungere alla trasparenza nei confronti di noi stessi e per impedire il respirarsi di quella omertà così legata agli stili di vita precedenti, a certe regole della "piazza".

- Poi, attenzione per gli altri. Qui sta la vera accoglienza, la co-vivenza, il sentirci responsabili gli uni degli altri.

Occorre sviluppare quella sensibilità che ci abitua a metterci costantemente "nei panni degli altri", a considerare i bisogni e i desideri degli altri come criterio dei nostri comportamenti, a sentire la presenza dell'altro, fino a farci superare i nostri rapporti istintivi, di simpatia-antipatia.

Questa attenzione ci aiuta a cogliere cosa non va nel nostro comportamento, cosa fa star male chi ci è vicino, cosa lo può aiutare e costituisce il suo vero bene.

Il rispetto chiede di non giudicare, di non isolarci, ma di essere pazienti e di saper vivere a fondo tutti i momenti comunitari, quelli di lavoro, di formazione, di verifica, ma anche quelli di svago e di riposo.

La capacità di attenzione ci porta a sentire anche gli atti più semplici come grandi opportunità spirituali, a percepire la profondità e la saggezza che si celano in ogni occasione, in ogni avvenimento.

Sovente non ci si rende conto che le antipatie e le simpatie sono modi soggettivi (e correggibili) di incontrare gli altri e di farcene un'opinione. Sono un filtro, un paio di occhiali particolari.

Gli altri vengono visti come estranei, come avversari e concorrenti.

Non c'è rimedio a questo atteggiamento distruttivo se non in un atto di volontà che porti a "vedere diversamente". L'altro, a provare ad andargli incontro, a vincere caparbiamente l'apatia e l'indifferenza.

Virtè queste resistenze, (che a volte sembrano insormontabili), i risultati sono sicuri: proviamo immediatamente un grande senso di liberazione e di novità nell'aprirci e nel donarci, gli altri diventano il più grande tesoro della vita.

## I RISCHI:

### L'arroganza

*E' normale volersi imporre, primeggiare, volere il successo?  
Perché l'arroganza può essere considerata una compensazione  
della propria inferiorità?*

*Cos'è un "maturo sentimento sociale"?  
Puoi fare qualche esempio pratico?*

*E' possibile un corretto sviluppo della persona senza un equilibrio  
con gli altri?  
Fai degli esempi di sviluppo della persona in mezzo agli altri, dal  
bambino piccolo all'adulto.*

*Perché arroganza e collaborazione non possono andare d'accordo?*

C'è in noi, potentemente radicata, una tendenza a prevalere sugli altri, a ricercare il successo, ad imporci, a primeggiare.

La vita infatti tende ad un continuo sviluppo, a proseguire scopi, a realizzare bisogni...

D'altra parte vivere significa affrontare ogni giorno prove e difficoltà. A volte ci sentiamo come sconfitti dalle avversità esterne e dobbiamo reagire con forza. Per non soccombere dobbiamo continuamente compensare la nostra paura e debolezza.

Questa naturale tendenza diventa arroganza quando non è orientata secondo valori riconosciuti al di sopra di noi e quando avviene al di fuori di un maturo sentimento sociale.

La persona può svilupparsi positivamente solo se persegue la ricerca di ciò che è bene per sé, in armonia con il bene di tutti.

L'arroganza è sempre incapacità a collaborare, tentativo disperato di realizzarsi in modo autonomo ed unilaterale.

L'arroganza distrugge la comunità, rende inadatti alla vita comune e tradisce un'insufficiente formazione ed educazione sociale.

Si combatte con l'umiltà, che fa ammettere di avere bisogno, che ci fa riconoscere "creature" e con il servizio, che permette di identificarci con gli altri.

La vita comunitaria offre continue occasioni e strumenti in questo graduale passaggio dalla chiusura in sé all'attenzione agli altri.

In genere il momento del lavoro lo trascorriamo con altre persone, per imparare a condividere la fatica, la responsabilità, per sperimentare l'aiuto reciproco, per abituarci a comunicare in profondità.

Anche i vari incarichi vengono distribuiti a rotazione perché tutti si mettano nei panni di tutti.

Alcune pratiche possono a prima vista apparire perfino sconvenienti, come essere serviti a tavola; eppure anche questo può aiutare a farci accettare che altri si prendano cura di noi. Così come è importante sentirci "accuditi" dagli altri in tanti servizi: la lavanderia, la stireria...

Allo stesso modo, possedere molte cose in comune modifica radicalmente il concetto di "proprietà privata", quale noi siamo stati abituati ad immaginare e a vivere.

### Il nervosismo

*A quali condizioni si ottengono risultati nella vita?  
Fai degli esempi.*

*E' normale che ci siano comportamenti aggressivi?  
Esiste un'aggressività "positiva"?  
Quando l'aggressività diventa distruttiva?*

*Spiega quale rapporto individui tra aggressività, disarmonia, disordine.  
Perché la persona nervosa tende ad isolarsi sempre di più, aumentando così la propria insoddisfazione?*

*L'autocontrollo è uno strumento adatto contro il nervosismo?*

*Che rapporto c'è tra la vita comunitaria e l'esercizio dell'autocontrollo?*

*Perché, secondo te non basta rispettare le regole per non essere nervosi?*

*Perché "unradicato sentimento di 'essere insieme'" attenua il nervosismo?*

*Fai degli esempi di modi violenti e "nervosi" di affrontare il lavoro.  
Fai anche degli esempi positivi.*

*Fai degli esempi di modi violenti e "nervosi" di affrontare il rapporto con  
il proprio corpo.  
Fai anche degli esempi positivi.*

*Fai degli esempi di modi violenti e "nervosi" di usare le cose che ci  
circondano.  
Fai anche degli esempi positivi.*

*Fai degli esempi di modi violenti e "nervosi" di affrontare il rapporto con  
gli altri.  
Fai anche degli esempi positivi.*

I risultati della nostra vita sono frutto di conquista e di volontà.

C'è un'aggressività sana che ci permette di affrontare la vita come lotta. Ma c'è anche un'aggressività distruttiva che si manifesta come tensione, inquietezza, nervosismo, segni di una disarmonia interiore, dello stress cui sottoponiamo corpo e spirito.

La vita in comunità è un continuo "mettere ordine", che è un primo strumento per l'autocontrollo.

Ma le paure, l'insicurezza, il disordine della vita passata ci richiedono violenti sforzi per raggiungere condizioni di benessere interiore.

"Nervoso" è colui che è portato a ritrovare un suo equilibrio e una sua "perfezione" in una superiorità ed ambizione che tiene conto solo della propria persona finendo prima o poi nell'isolamento, aumentando così ulteriormente l'insoddisfazione.

È necessario un atteggiamento interiore e spirituale (non bastano le regole) per dare consistenza, nel proprio essere, a quella tranquillità profonda che conduce all'armonia e alla bellezza.

Un primo atteggiamento consiste nel maturare una costante coscienza di non essere, in quanto persone, totalmente autonome ed indipendenti, di non avere esclusivamente in noi stessi la propria sussistenza.

La tensione psicologica e l'aggressività che il vivere comporta, possono essere accettate e portate mediante un radicato sentimento di "essere insieme", "interdipendenti", abituarci quindi a "pensare al plurale",

inglobando nel nostro pensiero anche il punto di vista dell'altro.

Certi modelli educativi, basati solo sullo sforzo individuale o sulla conformità di gruppo, lasciano senza strumenti davanti agli istinti aggressivi, in certi periodi di solitudine e di insoddisfazione, di tensioni personali o collettive.

L'aggressività non riconosciuta e non accettata, può esplodere nei modi più impensati, sia nei comportamenti personali che in quelli di gruppo.

In questi momenti si liberano energie e passioni che possono essere orientate positivamente se la persona, educata ad una continua mediazione tra realtà esterna ed impulsi interni, è sostenuta nei suoi rapporti vitali, è in grado di maturare atteggiamenti attivi e creativi.

Altri atteggiamenti portano alla progressiva riduzione di ogni forma di violenza e di aggressività:

- Nel *lavoro*, la conduzione onesta delle attività commerciali, la forma cooperativistica dell'impresa, la scelta di certi lavori di alto contenuto simbolico come l'agricoltura biologica, sono scelte non violente...

- Nell'*attenzione alla propria salute*: la progressiva eliminazione di quanto fa male alla salute (squilibri nell'alimentazione, fumo, superalimentazione), il movimento e lo sport, il riposo e l'attività senza stress, la conoscenza di come funziona il nostro corpo, sono un impegno verso un più grande rispetto di noi stessi, dopo tanta trascuratezza e autodistruzione.

- Nella *cura del nostro linguaggio*: le volgarità, i modi arroganti, le minacce, le violenze verbali, il disprezzo, sono gravi mancanze di rispetto e di attenzione agli altri e sono inammissibili in comunità.

Infine quell'attenzione agli altri che si traduce in una infinità di piccoli *gesti quotidiani*: saper chiedere scusa e saper scusare, dare fiducia, saper comprendere, accettare di lasciarsi aiutare, saper stare in compagnia e saper stare da soli, abituarci al dono (chi trattiene sempre per sé finisce per essere costantemente ansioso e nervoso)...

## APPLICAZIONE

### Sessualità, affettività, amicizia

*Come si manifesta il bisogno di completarsi, da un punto di vista spirituale, psicologico e fisiologico?  
Prova a fare degli esempi.*

*Fai degli esempi concreti per descrivere come secondo te la sessualità va valorizzata.*

*Prova ad esprimere una tua idea o pensiero riguardo il pudore.*

*Perché in comunità non è possibile avere un rapporto di coppia autentico?*

*Prova a fare un esempio su come approfondire i tre aspetti della sessualità proposti.*

*Secondo te, apprezzare e dare un senso profondo a ciò che fai, può aiutarti a controllare i tuoi istinti?  
Racconta delle esperienze.*

*Cosa vuol dire imparare a stare da soli per meritare una vera amicizia?*

L'uomo è un essere "sessuato" cioè incompiuto, diviso ed incompleto. Per questo cerca di completarsi dal punto di vista fisiologico, psicologico e spirituale.

Non c'è compiutezza nell'isolamento.

La sessualità non è solo un fatto di diversità, è un dato di fondo di tutto l'uomo, una maniera d'essere in ordine alla vita e all'umano. Maschile e femminile sono modi di essere incompleti, se, insieme, non giungono a un di più di umanità, alla pienezza umana.

I grandi valori (libertà, bontà, sacrificio, abilità, bellezza, coscienza...) non sono né maschili né femminili ma esistono tonalità diverse nel realizzarli.

Solo insieme, il maschile e il femminile, formano il totalmente umano.

L'istinto sessuale come ogni altro istinto non è in sé né buono né cattivo: è una funzione vitale della massima importanza.

La sessualità non va compressa dentro di noi, rimossa, cancellata perché questo non è possibile e creerebbe nuovi squilibri. Va realizzata, va portata a statura umana.

Prima di tutto occorre rifiutare la banalità: non si arriverà mai a comprendere, a descrivere in modo esauriente quello che entra nella sfera della sessualità.

Non bisogna però impoverire le cose grandi, mortificare, degradare la spinta verso l'alto che questa fondamentale esperienza umana contiene e può produrre.

La sessualità è un mistero, come tutto quello che tocca in profondità l'uomo: dobbiamo educarci ad amare la dignità che c'è nel cuore di ogni uomo.

Questa profondità la percepiamo a livelli diversi a seconda della nostra ricchezza interiore.

C'è un livello istintuale: se rimane a questo livello la sessualità è bloccata nella sua crescita: se l'istinto non si umanizza, le persone non dialogano: l'altro diventa oggetto, mezzo, cosa, che utilizzo a mio piacere.

Quando l'istinto e il bisogno non si accompagnano a valori più alti, l'altro è ridotto ad essere puro oggetto di desiderio: l'incontro è fine a se stesso, non personalizza, mercifica.

Accettare e vivere un incontro solo a questo primo livello, impoverisce l'altro e se stessi.

Ci vuole un Io e un Tu con la loro ricchezza, la loro profondità, la loro indipendenza, il loro mistero irripetibile.

Altrimenti non rimane che il vuoto, lo squallore, la noia e la monotonia di gesti ripetuti.

La vera sessualità è creativa, traduce un mondo che non è mai uguale, una vicenda interiore sempre diversa.

Il richiamo a questa ricchezza di esperienza è il senso del pudore: la persona percepisce di non poter venire compresa tutta nel bisogno e nell'animalità. Il pudore è la reazione di fronte alla possibilità di venire impoveriti di se stessi.

Il pudore cessa quando il pericolo non c'è più o quando la persona vi acconsente.

La comunità è un periodo molto intenso nella vita di ognuno di noi: tutta

l'attenzione è centrata su un obiettivo: dare radici e consistenza alla propria vita. Durante il periodo comunitario non sarebbe possibile vivere in modo autentico e maturo un rapporto di coppia e quindi va evitato.

Ma allora, quale senso dare in questo periodo all'affettività e quale atteggiamento avere nei confronti della sessualità, se sono aspetti così centrali per la vita di una persona ?

È vero: in comunità non si riusciranno a vivere queste dimensioni nei modi in cui normalmente vengono intesi, ma esistono altri modi, altri traguardi che possono comunque garantire un equilibrio ed una pienezza i quali costituiranno la più adeguata preparazione ad un futuro rapporto di coppia.

Non è possibile una prescrizione di comportamenti in ambiti così profondi della vita, si possono suggerire solo degli orientamenti.

La sessualità si può considerare da almeno tre punti di vista: c'è una dimensione sensuale, una affettiva ed una "creativa".

Ognuno di questi aspetti può approfondirsi in una direzione di estensione o di profondità, arricchendo la vita di contenuti inimmaginabili.

- *Trasformare in estensione*: esprimere le nostre energie vitali nell'attività fisica e sportiva, la nostra intelligenza nello studio, la nostra sensibilità e il nostro gusto nella musica, nel teatro...

Estendere soprattutto le dimensioni del nostro cuore: far maturare l'amore verso livelli sempre più vasti fino alla solidarietà e alla com-passione (opposta all'a-patia) per la sofferenza.

- *Trasformare in profondità*: il gioioso contatto con la natura l'apprezzamento per tutto ciò che è bello. L'interesse e l'entusiasmo in qualche attività creativa che attiri ed assorba le nostre energie e ci renda protagonisti.

Ma la più alta trasformazione dell'eros è l'esperienza dell'*amicizia*, frutto maturo di equilibrio tra la forza del desiderio e l'orientamento dell'intelligenza

Quando l'eros è lasciato a se stesso appare l'esuberanza incontrollata dei sentimenti, la fioritura delle emozioni, la frenesia degli impulsi.  
Con la forza disciplinatrice dell'attenzione e del rispetto, il desiderio diventa *tenerizza* e vigore.

In questo senso l'amicizia riassume tutte le virtù, le stimola, le esige, perché non cerca la "fusione" con l'altro, non plagia e non imita: si apre alla singolarità ed unisce le persone su ciò che dà senso ed ha valore.

Amico non è solo colui cui riveliamo i nostri segreti e le nostre angosce ma colui con cui camminiamo verso il meglio di noi stessi.  
Qui affonda le sue radici l'autoaiuto.

Nell'amicizia si realizzano in pienezza i due movimenti dell'amore: la profondità e l'estensione secondo una splendida immagine che paragona l'amicizia alla nave la cui chiglia più profonda è capace di portare sulla propria coperta.

Forse una radice della crisi del nostro mondo, delle nostre città e della nostra stessa vita, è la spaventosa mancanza di tenerizza e di attenzione gli uni degli altri e di tutti verso le cose e la natura.

La comunità si impegna a realizzare uno stile di vita in cui si possa sperimentare la calda fraternità della vita comune, dove i sentimenti non siano emarginati ma espressi nei modi più ricchi, dove si impari anche a stare soli per attendere la vera amicizia che è sempre dono gratuito perché appartiene all'ordine della grazia.

## CAPITOLO SECONDO

---

# NOI E LE COSE

## LA BELLEZZA

---

*In che modo l'esperienza della bellezza può aiutarci ?  
Perché è importante distinguere ciò che vale da ciò che non vale ?  
La bellezza è rispetto. Prova a fare degli esempi.*

*Perché la mentalità del consumo ha distorto ciò che si può definire  
"veramente" bello ?  
Che rapporto esiste tra rinuncia e bellezza ?  
Racconta esempi ed esperienze.*

*Perché il cambiamento passa attraverso la maturazione di nuovi gusti  
e di nuove esigenze ?*

*In che senso il lavoro offre grandi possibilità di esprimere bellezza.  
Fai degli esempi.*

*A quali condizioni è possibile amare ed ammirare anche le cose più  
semplici della nostra giornata ?*

E' illusorio pensare di poter equilibrare le parti negative che sono in noi solo con lo sforzo della volontà o con una più profonda comprensione di noi stessi o anche con l'aiuto che ci viene dalle regole di vita.

La ricerca e l'esperienza della bellezza offrono aiuto ed orientamento per un lavoro non violento su noi stessi.

Possiamo definire bello ogni valore che viviamo nella nostra esperienza sensibile: la bellezza della natura, delle cose, della casa, dell'amicizia, del canto, dei rapporti di affetto e di tenerezza...

In genere ogni esperienza positiva è un'esperienza di bellezza.

La bellezza implica sovente sofferenza e distacco: è una rinuncia a trattenere, a consumare, a sfruttare per se stessi.

Per questo la disponibilità di denaro e la mentalità del consumo hanno distorto il senso del bello: la bellezza è sempre frutto di un grande rispetto, esige un atteggiamento di libertà interiore.

Si impara a riconoscere la bellezza attraverso l'ammirazione: il significato delle cose non si esaurisce al livello di ciò che appare o dell'uso che se ne fa.

Ammirare vuol dire lasciar parlare le cose e questo è possibile solo con l'attenzione e ci si forma con la rinuncia. (Solo la rinuncia infatti permette di apprezzare le cose).

Lo sperimentiamo quando ascoltiamo la musica. La musica più bella è quella che ci insegna ad ascoltare il silenzio.

Le cose sono per noi come degli intermediari: ci permettono di comunicare con le persone, con la natura, con noi stessi.

La bellezza insieme all'amore sono tra le forze più positive che ci permettono di cambiare realmente e di ritrovare la parte più autentica di noi stessi.

Il bello può diventare anche un criterio per capire, in quanto sto facendo, ciò che vale e ciò che non vale. Sappiamo bene, per esperienza, che altri criteri come quello del piacere, del benessere o dell'utilità sono insufficienti.

Nella vita di comunità sono numerosi gli ambiti in cui possiamo produrre bellezza e goderne le gioie: la cura della casa, la pulizia meticolosa dei vari locali, l'ordine degli strumenti di lavoro, la cura degli animali.

In altri ambiti la bellezza si manifesta nell'importanza e nella necessità delle cose gratuite ed "inutili" come i fiori, i disegni, le icone, i quadri. Dietro ad ogni cosa bella c'è sempre un gesto di gratuità e di amore.

Chi l'accoglie e la rispetta diventa custode della bellezza per tutti.

Nella vita precedente abbiamo fatto troppo a lungo l'esperienza del disagio che genera quanto è brutto e disordinato.

La comunità deve essere il luogo dove ci educiamo ad una nuova concezione della bellezza, riscoprendo ed utilizzando, per esempio, in modo intelligente e creativo certi strumenti che prima usavamo in modo distorto: il film, la musica, i momenti di tempo libero, il gioco.

A questo proposito è importante formarci anche a nuovi gusti, ampliare la propria conoscenza, scoprire nuovi generi di musica, nuovi filoni cinematografici, nuove pagine letterarie.

Ma ancor più significative sono tutte le iniziative che ci permettono di essere non soltanto spettatori o fruitori ma anche attori: il canto, le varie forme di espressione e di animazione teatrale, il recital, l'organizzazione dei momenti di festa con la gente.

Anche l'attività agricola può diventare un'opera di bellezza perché, in modo creativo ed originale, trasforma in ordine, in armonia e in vita, il peso della fatica e della necessità della vita quotidiana: anche un campo coltivato e curato nella molteplicità di tutte le sue composizioni è una magnifica opera d'arte!

## I RISCHI

### La pigrizia

*Fai degli esempi sulla passività nel vivere il tempo della tua giornata.*

*In che modo è possibile affrontare e trasformare un lavoro noioso e pesante ?*

*Prova a fare esempi su come affrontare la noia e la fatica del lavoro.*

*In quali modi e attraverso quali meccanismi, una certa esperienza del lavoro si impoverisce e crea ingiustizie ed egoismi ?*

*Perché non basta lo psicologo per curare il senso di vuoto ?*

*Cosa occorre d'altro ?*

La pigrizia è la passività nell'uso del tempo.

È mancanza di responsabilità perché fuga davanti alla vita reale, alle sue limitazioni, soprattutto quella, essenziale, del tempo.

*La pigrizia si manifesta nella pesantezza con cui si affronta il lavoro.*

Questo è un nostro problema: molti di noi da anni (e sono gli anni della giovinezza) non lavorano più, altri non hanno mai veramente lavorato; altri ancora hanno perso il lavoro per le irresponsabilità legate al disordine della vita. In comunità occorre imparare a dare un senso al lavoro tenendo presente che il lavoro è componente fondamentale della vita.

Il lavoro è soltanto un mezzo, non è il fine della vita, ma nel lavoro si possono realizzare valori fondamentali oppure sperimentarvi schiavitù ed alienazione. C'è schiavitù quando il lavoro è pura fatica, senza partecipazione, senza soddisfazioni, senza poesia.

C'è alienazione quando il lavoro si riduce ad esecuzione e passività e questo non permette di esprimere nulla di sé.

Il lavoro invece è un'opera creativa.

Come l'arte e la scienza anche il lavoro fisico è un contributo reale alla verità e alla bellezza dell'universo perché vi porta ordine e sviluppo.

Avvilire e impoverire il lavoro è un esplicito disprezzo della vita.

Il lavoro è scuola di vita: la manipolazione della materia e la trasformazione della natura sono una metafora di quanto può avvenire in noi.

La fatica e il sudore sono l'immagine della difficoltà con cui ci costruiamo e cresciamo, la resistenza della materia è immagine delle nostre resistenze.

Il lavoro nella nostra società (ma anche nella vita di comunità) è anche luogo di ingiustizie, di egoismi, di violenza e il luogo dove questi disvalori possono essere combattuti e modificati.

Per questo tutto dovrebbe aiutare chi lavora a percepire ogni azione, soprattutto se manuale, come un'attività pienamente umana, quindi come un'azione anche spirituale, quasi come un momento di meditazione.

*La pigrizia si manifesta anche come paura davanti alla fatica.*

Non è possibile eliminare completamente dal lavoro gli aspetti alienanti: la fatica, la stanchezza, la durezza, la povertà di senso, la necessità.

Questi inevitabili componenti possono venire accettati tenendo presente il significato del lavoro che compiono, a chi e a che cosa servirà, a quali persone arriverà la nostra fatica e la nostra opera, a cosa serviranno i risultati del nostro lavoro.

Le fatiche del lavoro e della vita possono essere vissute come la faccia nascosta dell'amore e della responsabilità. Se fosse del tutto impossibile trasformare un lavoro in un'esperienza umana, quel lavoro dovrebbe essere abolito e rifiutato.

Prima però occorre battere tutte le strade: quando per esempio si impone la necessità di un lavoro noioso è opportuno compierlo in tanti, tutti insieme, creando possibilmente condizioni di ottimismo e di contentezza, piuttosto che lasciarlo ad una sola persona.

Il segno che il lavoro è un'esperienza umana, è la gioia che esso dà e che non è diminuita dalla stanchezza.

La pigrizia può anche diventare un atteggiamento interiore dominante: uno stile di vita. Quando non si riesce a trovarne uno scopo, la vita diventa pesante.

Si entra in uno stato di frustrazione esistenziale: un profondo senso di vuoto che diventa noia ed apatia, ansia e depressione: si è insoddisfatti di tutto. Sarebbe semplicistico e riduttivo interpretare questo stato d'animo come un disturbo nevrotico. Non sono sufficienti le terapie.

Solo un compito da realizzare, obiettivi concreti e vivibili, possono ridare alla persona un'identità, un volto: credere e lottare per qualcosa, per qualcuno.

## La dismisura

*Prova a discutere in gruppo il tuo "fardello di abitudini smisurate e di bisogni esagerati".*

*Perché la rinuncia rafforza la volontà?*

*"La rinuncia agisce in modo esattamente opposto all'essere viziosi". Prova a commentare e ad esemplificare questa frase.*

*Cosa vuol dire che "la comunità è fatta per i forti ed i coraggiosi"?*

*Quali limitazioni ti pone la comunità?*

*Prova ad elencarle e spiegarne il senso, una ad una, e a discuterne tenendo conto del problema della dismisura.*

*Che idea ti sei fatto dell'obbedienza?*

*Quale è il tipo di obbedienza che ha più valore? Perché?*

*Nella tua vita hai incontrato delle contrarietà?*

*Vuoi citarne qualcuna?*

*Come hai reagito a queste, nel tuo passato?*

*Cosa vuol dire, in questo capitolo, "essere forti"?*

*E' utile puntare e tutto sulla propria forza di volontà? Su cos'altro puntare?*

*Rinuncia, obbedienza, senso del dovere: quali rischi si corrono se questi strumenti diventano fini a se stessi?*

*Quali rischi corre chi non si impegna abbastanza a formare la volontà, nel periodo comunitario?*

Per tanti anni siamo stati abituati a farci viziare e ad avere una vita facile ad ogni costo. Invece, legge fondamentale della vita è affrontare le difficoltà.

Noi siamo arrivati in comunità portando radicato in noi il nostro fardello di abitudini smisurate e di bisogni esagerati come segno di una nostra disposizione interiore, irrisolta e timorosa, che si manifesta sovente come impazienza, mancanza di misura ed incapacità a regolare stimoli ed istinti, abituati come eravamo ad appagare ogni nostro desiderio.

L'impatto violento con il piacere, chimicamente procurato, si è profondamente iscritto in noi fino a diventare uno stile di vita, un modo con cui affrontiamo ogni cosa.

Scontrarci con questi aspetti sarà particolarmente pesante, in comunità.

C'è un esercizio che forma per eccellenza la volontà: è la *rinuncia*.

Con la rinuncia ci abituiamo a non seguire ciecamente le nostre inclinazioni, a controllarci, a dominarci.

E' una prima tappa che apre alle successive.

L'esercizio della rinuncia agisce in noi in modo esattamente opposto al venire viziati: mortifichiamo i nostri desideri, sottomettiamo la nostra volontà; il nostro bisogno è vagliato e protratto.

Ogni virtù autentica è fondata sul dominio di sé. La vita regolata è fatta di buon senso, di retto giudizio, di calma e di ragione. Realizzare qualcosa di vero e di autentico nella vita comporta sempre un costo ed una durezza che non possono essere sopportate senza una volontà abituata.

Noi ci sentiamo invece portati verso "il basso".

La stessa vita di comunità è fatta per i forti e i coraggiosi.

Chi non lo accetta, prima o poi lascerà.

Una prima forma di esercizio alla rinuncia consiste nell'assumerci liberamente qualche piccola limitazione: una sigaretta in meno, una rinuncia del caffè...

C'è un'altra forma più impegnativa: l'*obbedienza*.

Nulla è più mortificante dell'obbedienza perché obbliga a piegarsi alla volontà di altri e a rinunciare alla propria. L'obbedienza non richiede la rinuncia alle proprie idee e valutazioni, che possono sempre essere espresse e discusse. L'obbedienza ha un grande valore se è accettata non perché non se ne può fare a meno ma perché è un esercizio di rinuncia e di fiducia.

Ma il più coraggioso atto di rinuncia è l'*accettazione serena delle contrarietà*, degli imprevisti e delle avversità (che la vita procura e che noi non abbiamo scelto), se le accettiamo attribuendo loro un significato e un valore.

Esercitarsi ad affrontare le contrarietà è uno degli obiettivi più importanti della nostra formazione. Nella nostra vita passata siamo crollati davanti alle difficoltà, seguendo la strada facile della fuga.

La rinuncia però non è tanto un esercizio esteriore quanto piuttosto uno stato d'animo: consiste nel *non fare troppo affidamento sulle proprie forze e nel non porre nel piacere e nel godimento lo scopo immediato di ogni azione*.

Questo stato d'animo diventa una virtù, la forza: virtù della grandezza dell'uomo che può arrivare a risultati sublimi, che può fare della propria vita un'opera d'arte, unica ed originale, se si apre ad un orizzonte più grande del proprio io.

Potrai accorgerti dei tuoi passi in avanti quando sentirai maturare in te il *senso del dovere* che ti chiederà di mantenere puntualmente (la puntualità: cosa impossibile nella vita di prima!) i tuoi impegni anche quando non sei controllato e sorvegliato.

Soprattutto nel primo periodo di comunità non bisogna però puntare troppo sulla volontà che è ancora completamente distrutta. È più importante cercare di appoggiarti all'aiuto degli altri: il gruppo, gli educatori...

Spesso quello che non si riesce a realizzare da soli, diviene realtà se ricercato in gruppo purché il gruppo sia disposto ad aiutarci e condividerne le motivazioni che spingono a trovare uno stile di vita più coerente con i principi della comunità.

Quando la mortificazione diventasse un fine a sé, potrebbe provocare atteggiamenti arroganti ed orgogliosi, formare personalità rigide, poco armoniose, incapaci di simpatia, di spontaneità, e di sensibilità verso gli altri.

Anche il nostro atteggiamento verso le cose risente sovente di un'aggressività che ancora non riusciamo a contenere. Evitare gli sprechi e tendere verso l'essenzialità, avere cura per la casa e i luoghi di lavoro, ricercare una alimentazione equilibrata non sono sterili rinunce o inutili pignolerie, ma passi importanti verso un nuovo criterio di ordine ed armonia nella vita.

## APPLICAZIONE:

### Il lavoro

*Al punto in cui sei arrivato, nella tua ricerca personale, come rispondi alla domanda: "Perché lavorare?"*

*Quale rapporto individui tra lavoro e tempo libero?*

*Ritieni importante nella tua vita futura il lavoro?*

*Perché?*

*Cosa pensi della formazione professionale?*

*Ritieni importante riprendere a studiare?*

*Quali sono le resistenze che dare da superare?*

*Cosa significa dire che il lavoro è "metafora"?*

*Prova a fare degli esempi.*

*Quali sono le tue paure e le tue fantasie sul tuo futuro "reinserimento"?*

*Un buon rapporto con la tua famiglia quali conseguenze potrà portare nella tua vita, anche di lavoro?*

Nelle nostre comunità il lavoro non è considerato un accessorio, un componente utile dell'organizzazione della giornata, e nemmeno, semplicemente, uno strumento 'terapeutico' che costringe a misurarsi con la fatica e la necessità.

*Il lavoro è ritenuto, a determinate condizioni, una delle opportunità più importanti per l'educazione e l'emancipazione delle persone.*

È un impegno costante della comunità approfondire la funzione del lavoro, verificarlo quotidianamente, investire risorse, anche economiche, per adeguare l'attività produttiva alle leggi del mercato e l'organizzazione del lavoro a criteri di realtà e di efficienza.

Gli obiettivi che la comunità si propone, tenendo in considerazione, da una parte, le storie delle persone e, dall'altra, il contesto culturale ed economico in cui viviamo, si possono riassumere nei tre seguenti:

- creare riflessione e presa di coscienza del valore e del significato dell'esperienza lavorativa oggi;
- individuare e sperimentare le condizioni che permettono di fare del lavoro una esperienza positiva, possibilmente gratificante e, in ogni caso, educare a dare senso alla propria attività lavorativa;
- promuovere e formare nelle persone quelle capacità professionali e psicologiche che facilitino il conseguimento di un proprio lavoro futuro e, nello stesso tempo, diano garanzie di tenuta e di soddisfazione.

Questa *cultura del lavoro* che si trasmette e si alimenta più nei fatti e nella gestione quotidiana delle risorse, che nei programmi e nelle parole, dovrebbe aiutare ognuno ad avere sufficientemente chiare le risposte ad alcuni interrogativi che ogni impatto con il lavoro induce a porre:

### Perché lavorare?

Lavorare fa parte dello stile di vita delle comunità perché ogni dignità umana inizia dall'assunzione delle proprie responsabilità, dall'offerta del proprio contributo e dal vivere spendendo le proprie energie.

Lavorare è anche strumento di emancipazione perché, per dare prospettive al proprio futuro, non c'è altra strada che quella di un adeguato ruolo nell'ambito sociale e lavorativo.

E questo non solo per motivi di dignità e di garanzia economica ma anche per la *funzione sociale* che il lavoro svolge quando ti fa percepire come parte attiva della costruzione economica e sociale di un paese e non come un cittadino di riserva.

La comunità sa che, secondo una certa cultura di maggioranza, la società del lavoro tende a trasformarsi in una società del tempo libero, del

consumo e della ricerca del piacere piuttosto che della produttività. Riconosce in questo processo culturale i valori anche positivi che vi sono espressi. Per questo è ben lontana da ogni idolatria del lavoro e da ogni mistica della civiltà del lavoro.

Tuttavia riconosce che la concezione edonistica del lavoro non costituisce una reale via d'uscita dalla crisi e dalla decadenza contemporanea. Per questo constata un legame, e ne tiene conto nella sua proposta educativa, tra certi comportamenti distruttivi, come quelli collegati alle tossicomanie, e la concezione edonistica della vita e del lavoro.

## Come lavorare?

La comunità deve tendere ad una gestione del lavoro che si avvicini sempre più ai criteri normali, nei termini economici di produttività e di organizzazione. Questo comporta una conoscenza, anche elementare, delle regole e dei meccanismi della gestione manageriale del lavoro e del mercato economico.

## Quale tipo di lavoro?

Non ogni genere di lavoro è opportuno in comunità, perché la comunità non è un'impresa economica ma un ambiente terapeutico ed una posta educativa.

La comunità propone lavori ad *alto valore simbolico e valenza educativa*, in grado di offrire, per esempio, opportunità di vita sana, contatti vivificanti con la natura e con la propria corporeità; di stimolare la ricerca dell'ordine e della bellezza; di suscitare protagonismo e responsabilità; di favorire un adeguato rapporto con il contesto sociale.

## Per chi lavorare?

Per se stessi, innanzi tutto: il lavoro è palestra di disciplina, di valori, di elaborazione interiore.

Il lavoro è metafora.

Finché si rimane in comunità, l'incentivo del lavoro non è costituito da risultati economici o "carriéristici" ma esclusivamente educativi.

La trasparenza del bilancio economico, assicura tutti i componenti delle comunità, dell'utilizzo degli eventuali guadagni derivanti dalle attività economiche.

## Il reinserimento lavorativo

Il problema e l'obiettivo dell'inserimento non si pone solo negli ultimi mesi ma accompagna, fin dal primo giorno, secondo modi e opportunità diverse, il percorso comunitario e consiste essenzialmente nel suscitare risorse, interiori ed esterne, nel coordinarle e nell'organizzarle.

La comunità deve anche garantire che ogni orientamento e scelta di lavoro avvenga nel rispetto della storia e delle difficoltà della persona e che le esigenze del "mercato" non compromettano l'orientamento verso quei valori che, a prezzo di fatica e rinunce, si sono sperimentati in comunità.

L'intenso impegno che le comunità intraprendono con i propri ospiti per ricostruire i loro rapporti familiari, per aiutarli ad intessere *nuove relazioni* anche amicali con il loro contesto di origine, costituisce già un'opportunità preziosa per orientarsi nella ricerca del lavoro.

Un buon livello di socializzazione ed un positivo inserimento in un contesto sociale, costituiscono anche una risorsa formidabile per il reinserimento lavorativo, consentono infatti di moltiplicare contatti, di cogliere e di selezionare le opportunità di lavoro.

In questa opera di socializzazione del giovane, la famiglia rappresenta un punto di riferimento fondamentale perché può essere resa in grado di attivare reti di supporto e di porsi come un canale fiduciario di riferimento, può costituirsi come preziosa (anche se momentanea) risorsa di aiuto economico, logistico e psicologico.

Il recupero della *professionalità* costituisce un altro strumento significativo per introdurre i propri ospiti al lavoro evitando quelle forme occupazionali residue che allungerebbero solo la spirale della marginalità.

Oggi sono avvantaggiati quei giovani che, insieme a supporti familiari e relazionali, dispongono di un profilo scolastico professionale.

La formazione teorica e professionale è un elemento importante nell'attuale mercato del lavoro per realizzare a pieno l'obiettivo della coesione economica e sociale della fasce più svantaggiate della popolazione.

Chi per troppo tempo è rimasto nella marginalità ha perduto tempo, non ha acquistato conoscenze teoriche e pratiche che lo pongano nelle migliori

condizioni di occupabilità.

Di qui l'assoluta esigenza di un recupero di professionalità come migliore strumento di offerta di lavoro.

Molto dipenderà, per un pieno reinserimento, dalla capacità dei giovani di porsi nei confronti del mondo del lavoro con lo spirito di chi è consapevole che l'apprendimento è un processo che va continuamente curato, che non è tanto importante avere imparato un "mestiere", quanto piuttosto aver imparato ad "imparare".

*La comunità pensa che il tempo trascorso in comunità possa anche costituire un'occasione di ripresa dell'iter scolastico dei propri ospiti (spesso interrotto perché di fatto incompatibile con lo stile di vita intrapreso) e ritiene questa opportunità un investimento intelligente in vista di un reale inserimento che i veda i giovani non più come assistiti ma come cittadini attivi e protagonisti anche nel mondo del lavoro.*

Contribuire allo sviluppo della personalità e alla crescita della professionalità è un modo per rendere effettivo il diritto al lavoro, per ridare significato all'impegno lavorativo.

Per questo vengono istituiti nelle varie comunità, alcuni corsi di formazione professionale, orientati a delineare quei profili professionali direttamente collegati al lavoro svolto in comunità.

## CAPITOLO TERZO

# CONTE STESSO

## L'AUTENTICITÀ

*Con quali strumenti la comunità ti aiuta a cercare la verità su di te, a togliere le maschere e le apparenze ?*

*Attraverso quali percorsi è possibile riconciliarsi con il proprio passato, accettare i propri fallimenti e rielaborare i propri sensi di colpa ?*

*Come definisci la misericordia ?*

*Perché è ritenuta così importante dalla comunità ?*

L'umiltà è il coraggio di dire la verità su di noi, di ammettere che non abbiamo vero potere né su di noi, né sugli altri.

Le nostre contraddizioni e i nostri fallimenti ci dimostrano che abbiamo continuamente bisogno dell'aiuto degli altri, delle regole e delle norme di disciplina che ci diamo.

Nella nostra vita precedente eravamo preoccupati di raggiungere ad ogni costo i nostri obiettivi, a non calcolare mai le conseguenze, a sottovalutare gli altri, a vincere con ogni mezzo la paura, in un continuo bisogno di essere riconosciuti e convalidati almeno da qualcuno.

In questo modo la vita si appiattisce: si diventa grossolani, manipolatori e manipolabili.

Il sentimento delle nostre contraddizioni e della nostra miseria è invece il sentimento della realtà: noi non ce la inventiamo, è così.

L'umiltà è un atteggiamento che implica quindi la volontà di conoscere quello che è in noi anche se è diverso da ciò che vorremmo essere.

In questo modo possiamo accettare anche tendenze, desideri, bisogni che non riusciamo a riconoscere come realmente nostri.

L'umiltà ci lega al concreto, ci riporta al quotidiano per trovarvi il terreno della crescita: è il percorso di autentica maturazione, faticoso ma liberante.

L'umiltà quando è una coraggiosa accettazione di noi stessi diventa una grande forza creativa.

Dobbiamo arrivare ad amarci come siamo: per diventare diversi da come siamo, non abbiamo bisogno di "scappare" dalla nostra condizione: *la dobbiamo solo ammettere.*

Gli stessi sbagli ci possono essere di aiuto a patto che ci aprano gli occhi sulla nostra condizione: la nostra miseria può diventare strumento di grazia.

L'umiltà ci rende capaci di uno sguardo riconciliatore sul nostro passato. Infatti la definitiva liberazione da un passato inautentico e colpevole può avvenire solo nell'amore.

La comunità è il luogo dove gli altri ti dicono, dimenticando il tuo passato: "io ti amo e ti accetto, nonostante tutto".

In questo clima di accettazione e di comprensione puoi ora riconoscere che cosa, nel tuo passato, è stato il tuo vero male.

Puoi sentire, senza l'oppressione dell'angoscia, il rincrescimento per quanto prima facevi senza badare a te stesso.

Incominci a capire le tue responsabilità.

Il pentimento è la via autentica della grandezza umana.

Dimostrala infinite possibilità dell'anima, la sua apertura al nuovo, al diverso, al migliore.

Il pentimento apre ancora all'ammirazione e allo stupore davanti ciò che è grande ed importante. Rivela il mistero e la profondità alla vita.

Certo, il passato rimane incancellabile, ma nel pentimento prendiamo le distanze dal nostro io, ci sentiamo "insoddisfatti" e ci orientiamo a "qualcosa di più".

L'umiltà infine dilata le dimensioni del nostro cuore e ci rende capaci di misericordia verso gli altri.

Disponibili ad essere colpiti dalla sofferenza altrui, maturiamo in modo corretto, la pazienza e la comprensione per gli sbagli degli altri, ci abituiamo a sospendere i nostri giudizi, spesso così ingiusti e sommarî.

## I RISCHI:

### L'autoinganno

*Fai degli esempi su come è facile essere incoerenti e doppi in se stessi, su come funzionano i nostri meccanismi di difesa davanti all'evidenza delle nostre contraddizioni...*

*Perché noi non ci possiamo definire "i padroni di noi stessi"?*

*Come è possibile imparare a prevedere i nostri comportamenti attraverso una sempre maggiore conoscenza di noi stessi?*

*Attraverso quali attenzioni possiamo imparare a "dire sempre la verità"?*

È impressionante prendere man mano coscienza delle nostre contraddizioni, della distanza tra ciò che diciamo e pensiamo, in certi momenti e quello che, poi, facciamo, dei propositi dimenticati, degli impegni non rispettati.

Non siamo coerenti e trasparenti.

Molti nostri comportamenti sembrano non sottostare a nessuna logica, a volte, in certe nostre decisioni, viene completamente a meno il controllo della coscienza e della ragione.

Non solo comportamenti, opinioni e decisioni sono prodotti di forze che sfuggono alla nostra consapevolezza e al controllo e c'è confusione nella nostra testa, ma a volte, sembra esserci un progetto intenzionale: il progetto di ingannare noi stessi.

Una sorta di strategia mentale, di sdoppiamento interiore per giustificare idee e scelte che in altri momenti, o nel comportamento degli altri, noi non condideremmo.

Facciamo una grande difficoltà a scegliere anche perché è difficile orientarci. Scegliere non è solo decidere tra possibilità diverse ma anche tra immagini diverse di noi stessi, che variano con il tempo o che coesistono senza coerenza.

Più volte ci siamo accorti di non essere "uno" ma di avere volti diversi, quasi impossibili da ridurre ad unità.

Non solo non controlliamo direttamente la volontà di ciascuno dei nostri

"io" (perché le alternative sono troppo numerose) ma non siamo neanche coscienti della loro esistenza.

Le esperienze diverse e contraddittorie che facciamo ci portano facilmente a conflitti, a confusioni interiori e abbiamo buon gioco ad ingannarci volontariamente e quasi lucidamente quando le circostanze lo richiedono.

In una situazione del genere non è con la forza di volontà che possiamo vincere le seduzioni dei nostri inganni ma solo imparando a conoscere i nostri limiti e le forze che ci governano: i meccanismi dell'autoinganno sono molto potenti.

Per convincercene basta osservare come ci comportiamo davanti ad una trasgressione più o meno grave.

Siamo consapevoli che quel comportamento non è positivo per noi: se lo vedessimo negli altri, non lo accetteremmo. Poi si presenta l'occasione e, subito, compare una nuova immagine nella nostra mente: "lo posso essere superiore alle conseguenze di questo gesto", "posso permettermelo, perché per me è bene così".

Ed è presto fatto. Pentirsi sarà troppo tardi. Ora che la decisione è avvenuta, ritorniamo alla nostra idea primitiva che condannava l'azione, con il proposito di essere più forti, una prossima volta.

Ma non è questione di forza: la nostra volontà sul momento non è in grado di resistere all'inganno, di rimanere fedele alle decisioni. Fare leva sulla forza di volontà è come pensare di tirarsi su da terra per i capelli.

Non c'è che un'unica soluzione: prevedere le nostre reazioni, anticipare nell'immagine i nostri comportamenti ed intervenire prima ed indirettamente.

Infatti noi siamo influenzati non dalle cose, ma dalla idea che ci facciamo delle cose.

La libertà matura si esercita non tanto direttamente sulle mete delle nostre azioni, attraverso "la forza del nostro io" (non siamo i "padroni" di noi stessi) ma piuttosto sugli automatismi che ci governano e sui vincoli cui dobbiamo sottostare e di cui prendiamo man mano coscienza attraverso un'attenta conoscenza di noi stessi.

Si tratta quindi di imparare a conoscere i nostri limiti.

Il primo inganno lo riscontriamo dentro di noi quando ci difendiamo contro il nostro essere più profondo.

I sentimenti di colpa, oscuri, tormentosi ed inesprimibili, le competitività, i rancori, le tendenze distruttive le pulsioni istintuali mai confessate, le insicurezze ed i timori vengono rimossi ma sono lì a disturbare con la loro presenza.

Allora cerchiamo di darci certezze, di costruirci immagini e pensieri che non verificheremo mai: sono immagini che ci servono a sopravvivere, ad adattarci alle situazioni.

Nei momenti di crisi talvolta l'immagine va in frantumi e siamo davanti all'inconsistenza delle nostre difese. Occorre riconoscere la menzogna e ammettere la verità.

Ogni giorno, in comunità, ci vengono offerti momenti di formazione personale che dobbiamo utilizzare proprio per questo.

I libri che ci vengono proposti, secondo il nostro momento di vita, sono strumenti importanti perché ci aiutano a vedere cose nuove di noi stessi. Non serve tanto leggere, quanto piuttosto riflettere, confrontarsi su quanto letto.

Per questo ci vuole tempo e pazienza. Occorre avere un quaderno sul quale annotare le scoperte, riferire a noi gli stimoli raccolti, segnare i nostri progressi.

Leggere un libro è una fatica che comporta tempo e lavoro, diversamente, servirebbe solo a confermare la nostra superficialità e ad aumentare la confusione.

Anche la verifica quotidiana è un grande aiuto se accettato con umiltà perché il "vedere" degli altri ci aiuta a prendere coscienza di cose nascoste in noi.

Ma sarà soprattutto il colloquio terapeutico con gli operatori competenti a sciogliere i nodi intricati di certi meccanismi e a risolvere, se saremo disponibili, certe contraddizioni e certi blocchi che fanno corpo in noi.

Da questi colloqui tuttavia non bisogna aspettarsi la soluzione dei nostri problemi, ma solo gli spunti per far evolvere certe situazioni ed orientare il cammino.

C'è un solo modo per prepararsi a smascherare questi meccanismi: imparare a dire sempre la verità, in ogni occasione: con gli amici quando si scherza o si parla di noi stessi, con gli educatori o con i clienti al mercato.

Dire la verità con le parole e con gli atteggiamenti: non mirare a fare mostra

di sé, non sopportare di barare.  
La verità, prima o poi, viene alla luce!

L'amore per la verità è uno degli impegni più importanti per ristrutturare il rapporto con noi stessi e con gli altri, dopo anni in cui ci siamo esercitati a dire il falso, perfino a noi stessi e alle persone più care.

Nel percorso comunitario ci sono poi momenti in cui l'autoinganno è un rischio mortale.

Dopo un certo periodo di permanenza ti potrà sembrare di essere ormai arrivato: stai bene, ti senti in forma, ti sei rimesso come non mai.

Ti senti pronto per ogni battaglia e desideroso della sfida. La comunità ti sta diventando stretta.

Cerchi spazi e possibilità nuove (cominciando dalla tua fantasia), ti affascina la voglia di provare: "Ormai sono forte e ce la farò".

Sai che non è vero, te lo sei detto mille volte, ma basta un attimo per pensare che è giunto il momento di buttarti.

C'è il rischio gravissimo di buttare via la tua vita e la fortuna unica di aver intrapreso, in comunità, orizzonti nuovi di vita.

## La tristezza

*Perché la tristezza è chiusura agli altri?*

*Prova a descrivere situazioni di "pesantezza", personale e comunitaria.*

*A quali esperienze si allude quando, nel capitolo, si parla di "alleanza" verso il basso?*

*Prova ad esprimere questo concetto con parole tue e con esempi della tua vita.*

*Può capitare che l'osservanza delle regole divenga "un incentivo alla meschinità"?*

*Quando?*

La tristezza è una vera tentazione.

Si manifesta in una molteplicità di forme che tendono ad amplificarsi a vicenda e a chiudere sempre più la persona, influenzandone i gesti e le opinioni.

Una prima forma di tristezza è un senso generale di trascuratezza e di ozio.

Tutto diventa pesante, i ritmi di lavoro diminuiscono, si sfrutta ogni occasione per potersi fermare, si fa fatica a riprendere. I movimenti sono lenti e la mancanza di iniziative proprie, quasi assoluta. Si diventa incapaci di vivere con entusiasmo.

Ogni forma di sacrificio fa paura e tende ad essere evitato, la sofferenza si fa insopportabile. Le responsabilità non vengono nemmeno intraviste e non possono essere assunte mentre si è continuamente in un atteggiamento di critica e di lamentela nei confronti degli altri.

A tutto questo si accompagna un senso profondo di insicurezza che ci rende incapaci di scorgere il bello e il positivo delle esperienze e delle persone. Non c'è più stupore o meraviglia perché tutto è grigio e scontato.

Si è invece alla ricerca di emozioni forti, di piaceri immediati e sensibili. Ma, alla fine, si rimane scontenti di tutto e in certi momenti si arriva a sentirsi una nullità.

Si finisce con l'amare una vita mediocre e fiacca, si rinuncia al desiderio di crescere e di migliorare.

Anche il parlare, per esempio, tende ad assomigliare sempre più alla chiacchiera vuota, senza sbocchi e senza obiettivi.

La causa della tristezza consiste sovente in atteggiamenti di chiusura e di rifiuto.

- *Si rifiuta il servizio*: si fa solo quanto è dovuto. Si vive un atteggiamento di chiusura verso tutto quello che è gratuito, non si chiede e non si offre aiuto, non si condivide.

Questo atteggiamento, in genere, è molto radicato e tende a resistere: è uno dei più forti retaggi della vita precedente quando l'io e il piacere erano il criterio assoluto di ogni cosa.

Un simile rifiuto può essere vinto provando a compiere piccoli gesti gratuiti, preferendo a volte qualche lavoro o servizio più umile che nessuno vuol fare.

Le regole della comunità potrebbero, a questo riguardo, essere anche pericolose se favorissero una mentalità chiusa, stabilendo fin troppo bene quello che mi spetta e quello che non mi spetta.

Un'osservanza puramente esteriore delle regole è un forte incentivo alla meschinità.

- *Si rifiuta la comunicazione*: si preferisce non parlare oppure si tende a

chiacchierare più che a comunicare. Essendo gli altri degli estranei, anche la comunicazione si impoverisce. Questo è particolarmente evidente negli incontri di verifica: l'atteggiamento della tristezza porta le persone ad essere silenziose e assenti o logorroiche ed inconcludenti.

- *Si rifiuta la rinuncia*: si è molto attaccati alle proprie cose, angosciati di perderle, ansiosi di averne di più. Si continua a volere tutto e subito.

La semplicità appare inconcepibile e la povertà insopportabile. Anche il modo di fumare, di mangiare, di bere tradisce, nella tristezza, un attaccamento esasperato. Per questo si è incapaci di gioire con semplicità delle cose.

Infine c'è una forma di tristezza che è la più distruttiva e quasi senza rimedio. È il *tradimento*: quando pur avendone la possibilità, rifiutiamo di cambiare; quando pur avendo capito, rimaniamo nell'errore; quando fingiamo di non sapere, quando mascheriamo la nostra vigliaccheria; quando volontariamente ci creiamo illusioni; quando copriamo di menzogna i nostri fallimenti e non abbiamo il coraggio della verità.

Più generale, si può dire che la tristezza è il contraccolpo di un modo errato di ricercare il piacere.

Il piacere cercato per se stesso è ben difficile da vivere senza conseguenze negative, come ci insegna purtroppo la nostra vita passata. Il piacere è gioia di vivere, forza nella stanchezza, gusto nella mensa, esaltazione nell'amore, balsamo nell'amicizia, riposo nella fatica...

Educarsi a gustare il piacere, anche a valorizzarlo è un obiettivo della proposta educativa della comunità.

Nessuna paura, nessun tabù. Ricercato in sé stesso, però, distaccato da un fine, diventa una minaccia.

Non c'è limite alle conseguenze cui può portare la sete di piacere in una persona che non sia sorretta da solidi ideali, ma viva nella noia, nella prepotenza, nella facile disponibilità di comodità e denaro.

Il piacere è il più subdolo (e seducente) sostituto dei valori quando il vuoto ci opprime: qualunque cosa è va bene per rimpiazzare la noia.

## APPLICAZIONE

### La sofferenza

*Fai degli esempi delle sofferenze che procura la vita in comunità.*

*Prova ad elencare i rimedi artificiali che finora hai usato di fronte alla sofferenza e al dolore.*

*Perché è inutile negare la sofferenza ?*

*Ci sono sofferenza che possono essere eliminate e altre che non è possibile eliminare. Fai degli esempi.*

*Quale differenza passa tra le due distinzioni ?*

*Quali atteggiamenti diversi comportano ?*

*Come si esprime la solidarietà a chi soffre, soprattutto in comunità ?*

#### Sofferenza in comunità

La comunità è anche un luogo di sofferenza dove il vuoto esistenziale privo dell'analgescico artificiale e senza poter disporre ancora di vere alternative di vita (che richiedono tempo e si consolidano attraverso lunghe prove), si manifesta soprattutto in uno stato di noia e di insofferenza.

Riaffiora a volte ancora il sentimento di mancanza di significato della propria esistenza, la vita pare appoggiarsi su nulla (almeno prima c'era la "roba"!); e non si sta bene da nessuna parte.

Anche il corpo fa sentire le sue ferite, frequenti ricorsi negli ospedali e visite mediche, l'angoscia per la sieropositività...

Si soffre perché mancano molte cose di prima e non c'è più la regola del tutto subito.

Eppure questa sofferenza è necessaria.

Quel vuoto è un passaggio obbligato: la mancanza crea la coscienza di ciò che vale ed è importante.

Attraverso il bisogno e la mancanza la persona esce dall' "infanzia", dalla fase magica e non senza nostalgie e rimpianti. Nella privazione la coscienza si sente come scaraventata nella vita e nel mondo.

### Un rimedio artificiale

La droga è stata per tanti anni un tentativo illusorio di negazione totale della sofferenza e di attaccamento di ideali infantili di onnipotenza. Forse c'è stata anche poca capacità dei nostri genitori di "svezzare" il loro figlio a tempo debito e invece un frequente ricorso al "viziario", ad accontentarlo in tutto.

In altri casi, lo sconvolgimento psicologico determinato dalla perdita di persone care e significative, che sono venute a mancare ha lasciato un segno indelebile.

In certe situazioni il ricorso alle droghe è diventato un modo di dare "parole alle lacrime", un meccanismo di difesa per impedire che l'angoscia diventi tasse incontrollabile.

### Giocare con la morte

Tutti in qualche modo, soprattutto in certe esperienze, ci siamo interrogati sulla nostra morte, l'abbiamo sfidata o quasi vista in faccia.

Oggi, il dolore e la morte fanno calare il silenzio dove arrivano.

Oppure fanno spettacolo: la cultura di massa si vergogna oppure fa esibizione della sofferenza.

C'è un modo distorto di leggere (e di scrivere) i giornali soprattutto a proposito di quanto ha a che fare con la sofferenza, nel quale cadiamo anche noi (la nostra avidità nel leggere la cronaca nera) perché poco rispettosi ed educati al mistero del dolore: la notizia, la curiosità, la compiacenza morbosa, il "rumore" ci attirano e ci eccitano.

Eppure, confrontarsi con la sofferenza, prendere in considerazione la nostra morte è un'esperienza decisiva: può farci evolvere verso un significato pieno e maturo della nostra vita.

Usare una sostanza che "fa giocare con la morte" e quindi la rende meno angosciante può essere infatti uno modo per cancellare momentaneamente o rinviare nel tempo il nostro rapporto con la morte.

Può sembrare incredibile come una persona possa arrivare, anche senza

averne piena consapevolezza, a distruggere e rovinare se stessa, mentre tutto, nella giovane età, dovrebbe spingere verso un fiorire della vita.

Eppure, la vicinanza alla morte a volte sembra spaventarci meno della consapevolezza e della responsabilità della vita che a volte si accompagna ad un'angoscia lucida, che induce a cercare tragiche soluzioni anche quando certi gesti non sembrerebbero giustificati dalla situazione personale e dalle condizioni socio-familiari.

### Il dolore

Nella nostra storia abbiamo fatto parecchi tentativi di negare insieme alla realtà della vita anche quell'aspetto particolare di essa che è la morte, il dolore e l'angoscia ad essa connessa.

Non è possibile però dare un senso della vita senza ritrovare il senso della sofferenza e della morte.

Noi facciamo l'esperienza della morte attraverso l'esperienza del dolore. La morte come tale non si può "esprimere" e non la sperimentiamo.

Il dolore invece sì.

Anzi, il dolore è un'esperienza totalizzante: esso si subisce e quando irrompe nella nostra vita, ne rimette in discussione ogni aspetto.

Il dolore domanda una risposta: senza un perché è impossibile affrontare dignitosamente la sofferenza: non rimane che la disperazione, l'angoscia, la noia, il pessimismo.

Nella sofferenza ci sentiamo ridurre progressivamente il nostro spazio vitale e quindi le possibilità di vita: ci sentiamo precari. Le cose ci appaiono per quel che sono: effimere, vuote, provvisorie, finite.

La sofferenza allora diventa tanto più insopportabile e inutile quanto meno se ne trova una giustificazione ed un significato.

Si resta indisponibili all'esperienza del dolore: questo va allontanato, addomesticato, dimenticato.

L'abbondante domanda e offerta di medicine analgesiche e ansiolitiche sono un segno della incapacità sociale e personale ad affrontare i problemi che la sofferenza procura. In particolare, la sofferenza del vivere in quanto tale.

Nella nostra società il dolore sembra ridursi ad un problema tecnico di esclusiva competenza della medicina e della chimica.

Il dolore non è più sentito come componente della vita e della storia

personale: è vissuto come una maledizione.

Il dolore spogliato del suo valore culturale e spirituale personale si traduce ad essere oggetto di controlli, di domanda di farmaci e di cure. Dominio quindi degli esperti e degli specialisti e sempre meno occasione, per chi soffre, di vivere responsabilmente un'esperienza.

Anche la terapia (e la comunità terapeutica) possono ridursi a pura cura medica della sofferenza e del disagio.

### Un significato alla sofferenza

Quando tutta una cultura si incentra sulla medicina, le componenti simboliche (di valore) e sociali della sofferenza agiscono in maniera distorta.

Bisogna dare parola al dolore, parola essenziale e rispettosa, attribuirne un significato personale e sociale.

La sofferenza ha anche una componente interpersonale: in una società a misura umana il dolore non dovrebbe isolare ed emarginare ma condurre ad un nuovo senso della presenza e dell'esistenza dell'altro, del suo valore, ad esperienze di mutualità e solidarietà.

Occorre acquisire competenza sul dolore: una competenza che non è la semplice conoscenza delle cause del dolore ma diventa virtù: sapere interpretare sé stessi come sofferenti e il soffrire come esperienza orientata ad un senso, riconciliarci serenamente con la vita, ricongiungere l'esperienza del patire di ognuno con il senso del soffrire di tutti.

La vita deve essere vissuta pienamente nonostante il dolore.

Invece quando l'analgésico sostituisce la capacità umana di dare senso, diminuisce anche la capacità di apprezzare le gioie e i piaceri veri della vita. In una società anesteticizzata occorrono stimoli sempre più forti perché si abbia il senso di essere vivi. La droga, la violenza e l'orrore diventano degli stimolanti che, in dosi sempre più massicce, riescono appena a suscitare un'esperienza dell'io.

Quando invece si accoglie il dolore, emerge il vero io con le sue dinamiche più vive, più elevate.

Certo il dolore fa emergere anche le debolezze e le paure, ma chi accetta quest'esperienza acquista una nuova profondità: ha una verità da annunciare, un criterio diverso di giudizio sulle cose, un nuovo stile di vita.

## CAPITOLO QUARTO

# AL DI SOPRA DI NOI

## DIO?

*Perché in comunità si insiste continuamente sul bisogno di dare senso a quanto si fa?*

*In che modo, nella tua esperienza passata, colmavi i vuoti?*

*Prova a fare un esempio di attesa e di attenzione.*

*Quali ricordi hai della tua pratica religiosa?*

*Hai ricevuto un'educazione religiosa? Che traccia ha lasciato in te?*

*Ti capita di interrogarti sui grandi problemi della morte, del dolore, dell'amore...?*

*Come ti riguarda e ti interessa l'interrogativo di Dio?*

*Quali i dubbi, le incertezze, le paure?*

*Racconta qualche tua esperienza.*

*Secondo te, la comunità come dovrebbe pronunciarsi ed orientarsi su questi problemi?*

*Quale tipo di rapporto riesci ad individuare e a descrivere tra fede e "guarigione"?*

Per vivere in pienezza la propria vita, per realizzarla in un progetto, occorre trovarne un senso, avere un fine.

Il presente non ci può bastare, non è la misura, non è la realtà di tutto.

Oltre a ciò che abbiamo già realizzato c'è sempre un "non ancora" che rende possibile la speranza e la vita.

L'esistenza è sempre "incompiuta" va sempre al di là dell'orizzonte di quanto siamo ora.

Allo stesso modo, nella vita di una persona non ci sono soltanto dei bisogni (il cibo, il vestito, la casa, le amicizie).

Ciò che alimenta la vita umana, le dà senso e radici fino a farla amare, sono i significati che le attribuiamo.

Nella mentalità corrente siamo abituati invece a pensare e a vivere come se tutto fosse relativo, tutto dipendesse da noi e si esaurisse in noi, perché in fondo - si dice - non si vive che... per morire.

In molti rapporti predomina la fredda ragione del calcolo e del progetto, la dimensione gratuita e simbolica della vita tende ad offuscarsi e a perdersi.

Alla fine anche la forza di volontà si esaurisce: si vorrebbe tutto ma non si ha voglia di nulla.

In mancanza di direzioni di vita stabili, di una salda scala di valori, la persona diventa insicura, perde fiducia in se stessa, si rivela influenzabile e si presta alla dipendenza dalle circostanze esteriori.

Nessuno meglio di noi sa che un mondo tutto effimero, relativo ed incerto è invivibile e che può essere sopportato solo rivestendolo di apparenze che si presentano come assolute: i soldi, il potere, il piacere...

Sappiamo anche, per esperienza, che molti dei problemi che la vita pone a tutti, non possono essere risolti senza un riferimento a qualcosa al di sopra di noi (la giustizia, l'onestà, l'amore...).

Senza una ragione per vivere, la vita diventa invivibile perché ad essa manca qualcosa che la parte migliore e più profonda di noi non può fare a meno di reclamare, desiderare ed attendere.

Il tentativo di cancellare le domande inquietanti che portiamo, la decisione di compiacersi del vuoto, di proclamare che non esiste nulla, arrivando anche a cercare nella tristezza e nella crisi una specie di piacere morboso, sono le soluzioni più facili ma anche più inautentiche.

Di fatto, però, la consapevolezza del nulla è una esperienza fondamentale del nostro tempo, soprattutto nel mondo giovanile.

Tuttavia l'esigenza, la pretesa incancellabile e tormentosa che la vita abbia un senso è stata il pungolo persistente della vita tribolata quale l'abbiamo sperimentata, condividendola con tanti altri.

A chi è capitato di toccare il fondo e il vuoto in sé e attorno a sé, ha fatto in ogni caso un'esperienza, ha incontrato qualcosa che lo ha colpito, sconvolto.

In qualche modo si è sentito trasformato.

Un'esperienza che fa paura e che si può cercare in tutti i modi di negare e di sottrarsi.

Ci sono tanti modi per cancellare il disagio, zittire le domande, volgere ad altro il proprio interesse, divertirsi.

Il *disgusto* e il *fallimento* sono esperienze assai preziose per smascherare e non nascondere più l'insoddisfazione e l'angoscia.

Finalmente le cose appaiono nella loro nudità, senza più falsi alibi.

Quando ci decidiamo verso "qualcosa di più grande di noi", verso un bene che ci appare puro ed assoluto, quando rifiutiamo di lasciarci ingannare dalle apparenze, allora - l'esperienza lo dimostra - l'attesa è colmata.

Il vuoto e il male possono trasformarsi in pienezza, divenire fonte e principio di una realtà nuova.

Esiste la possibilità di sperimentare, nello scacco, una dimensione più profonda della vita umana.

Dal fallimento può prendere inizio il cambiamento, può avviarsi una rivolta contro quanto di falso e di ingiusto ritroviamo in noi e negli stili di vita intorno a noi.

Fallire può diventare un'opportunità per cambiare, dalla sconfitta può sorgere la possibilità di una vita più umana. Si può imparare dai propri errori...

Si esce dalla droga quando si fa l'esperienza spirituale della scoperta di nuovi significati: il significato che hanno le persone, che ha il mondo circostante, che abbiamo noi, la dimensione non solo materiale ma anche simbolica della nostra esistenza.

I significati, se tendono alla coerenza, si strutturano in un insieme fino a diventare un centro organizzatore di tutta la persona: uno stile di vita.

Una vita che è ancora sempre in costruzione che sempre si deve superare.

È un continuo interrogarsi su quanto si vive cercando di andare sempre al di là per aprirsi alle domande sul senso ultimo delle cose, su Dio.

La ricerca religiosa trova spazio quando la vita fa emergere le sue attese più essenziali, quando ci liberiamo dalla superficialità, quando non ci compiaciamo del vuoto e rifiutiamo quello che non è degno dell'uomo.

Inizialmente Dio può essere identificato come valore, ideale, fondamento, speranza...

Basta che lasciarsi interrogare e continuare a leggere la vita, lasciandosi accompagnare dalla prima scoperta: "Qualcosa esiste, qualcosa per me ha un senso".

Quello che importa è mantenere viva l'attenzione e non velare con nessuna menzogna l'intensità delle tue domande.

Chi non ha questa forza di rifiuto non può incamminarsi in questa ricerca.

Per un autentico cammino religioso occorre essere capaci di attesa e dell'attenzione.

L'*attenzione* aiuta a cogliere la profondità del presente, non lascia vivere di sogni, mi fa scorgere, anche nelle piccole cose, la grandezza e il mistero; l'*attesa* prefigura quella pienezza di cui il presente è solo indicazione, mi chiede pienezza e perseveranza per andare oltre il presente.

La comunità non costringe ad una fede religiosa perché l'adesione religiosa può scaturire solo nell'intimo della libertà della persona.

La terapia è una scienza umana, la fede un'esperienza di grazia.

La comunità non rinuncia, però ad offrire ogni giorno richiami e stimoli perché ciascuno, a sua misura, non lasci spegnere gli interrogativi e si appresti a considerare la vita più come mistero che come problema.

A tal fine ogni giorno la vita comunitaria offre delle occasioni: la bellezza delle cose intorno a te (di cui finalmente ti accorgi), il segno profondo che ti lasciano certe persone, le gioie dell'amicizia, le occasioni di festa; ma anche la sofferenza, l'esperienza della morte: le cose passano e finiscono, ma c'è qualcosa di più grande di noi!

Nella comunità si può fare l'esperienza di rapporti che hanno un valore, di un lavoro che ha un senso, di una vita che è per qualcosa, per qualcuno.

L'interrogativo sul senso della vita si sviluppa spontaneamente in noi

quando l'umiltà, la pazienza, l'ordine e l'osservanza delle regole conducono ad un nuovo stile di vita. Il mondo è colto in un'altra prospettiva: nonostante i problemi e le contraddizioni, si sperimenta che è possibile amare ed avere fiducia, impegnarsi per gli altri...

Tutto questo richiede un'attenzione estrema ed un paziente apprendistato: *occorre a lungo sostare ed attendere.*

L'esperienza religiosa può nascere dove si avverte il limite e il vuoto e quindi quando il sentimento di angoscia si apre di fronte all'attesa di qualcosa di più grande.

La fede però non è una terapia: anche se la sua accoglienza ha sicuramente effetti positivi sul cammino delle persone, sul loro senso di appartenenza e sulla loro guarigione.

Quando le radici però sono fragili, è molto facile cercare credenze per colmare i vuoti, per addolcire la fatica e l'amaressa. Si è anche disposti a rinunciare alla propria identità, per riceverla dagli altri.

Molti errori del nostro passato erano tentativi di colmare il vuoto.

La ricerca e la disposizione alla fede è invece uno dei processi più originali e più profondi nella persona.

La guarigione è l'emergere dell'equilibrio e dell'armonia personale, il ritrovato coinvolgimento della solidarietà degli altri, l'interrogativo non più quietato della trascendenza: nessuno è veramente guarito fino a che non recupera la propria religiosità!

La comunità offre spazi di ricerca ed espressione religiosa ed accompagna il cammino delle singole persone ma lascia in questo ambito il massimo di libertà e di rispetto e si impegna a non discriminare in nulla le scelte diverse delle persone.

## L'esperienza della grazia

*Cosa vuol dire, per noi, accettare la vita come mistero. E' possibile dare sempre e a tutto una spiegazione?*

*Che cos'è uno stile di vita, secondo te?*

*Quali sono le attese più essenziali nella vita della persona?*

*Quali scelte, quali comportamenti non ritieni degni dell'uomo? Come lo capisci?*

*Perché l'esperienza del disgusto e della forza di rifiuto sono utili per incamminarsi nella ricerca del senso?*

*Prova a fare un esempio di grazia.*

*Perché diciamo che si esce dall'esperienza della droga, quando si scopre il significato della propria esistenza, del valore delle persone, dell'impegno nel mondo?*

*Sei d'accordo? Perché?*

Occorre diventare capaci ad attendere "quello che sta oltre".

Siamo stati abituati, per anni, a volere tutto e subito, a vivere con l'urgenza del bisogno, la necessità della dipendenza...

In comunità si impara a rinunciare e a non avere fretta.

I primi periodi sono entusiasmanti: si raccolgono i primi risultati, si assiste ad una vera rinascita.

Ma poi sopraggiungono le difficoltà, certi frutti tardano a venire, perché richiedono i loro tempi.

Per avere garanzia di risultati stabili e duraturi per il nostro impegno occorre pazienza.

Rimanere in attesa è accettare il vuoto, portare l'insoddisfazione, vincere la tentazione di riempire il vuoto di surrogati, di false presenze.

A queste condizioni tutti i momenti, anche quelli di pesantezza e di crisi, diventano importanti: non ci sarà nulla di banale e di inutile.

Tutte le ore, tutti gli incontri, tutti i fatti possono essere occasioni di grazia e di bellezza.

Ci sono esperienze e momenti di grande intensità nella vita che non possono essere programmati, che ci sorprendono e ci stupiscono.

*È l'esperienza della grazia.*

Quando nel linguaggio non religioso si parla di grazia ci si riferisce ad un'opera d'arte, sgorrata dal genio di un artista, oppure ad una esperienza, ad un incontro importante che svela, come d'improvviso, il senso dell'esistenza, ad un'amicizia o ad un amore che riempiono la vita.

I fatti, gli incontri, le esperienze non dipendono esclusivamente dal calcolo, dalla ricerca dell'utile e del piacere ma dipendono spesso dall'imprevedibile, dalla libertà.

Non ci sono soltanto dei bisogni da soddisfare: ci sono altre attese, altre esigenze.

Ci sono delle cose che non si impongono, non ci costringono e che non si prevedono.

Ci sono gesti di generosità, di dedizione che, dal punto di vista della ragionevolezza e del calcolo sono inconcepibili.

## CAPITOLO QUINTO

---

# LA VITA NELL'ORDINE

Possiamo fare della nostra vita un'opera d'arte: il gusto delle bellezze ci può orientare ad amare e ricercare la perfezione in quanto pensiamo e facciamo, nell'armonia di tutte le nostre esigenze e soprattutto delle nostre aspirazioni più alte ed autentiche.

L'armonia in noi stessi è una delle prime condizioni di un'esistenza serena ed equilibrata.

Questa crescita tuttavia non è spontanea, richiede fatica e disciplina, ogni giorno.

## Il lavoro e il tempo libero

*Perché è importante abituarci al lavoro in comunità?*

*Cosa provi quando pensi che non sei retribuito per il lavoro che stai facendo?*

*Che senso hai dato al lavoro, alla fatica del quotidiano nel primo periodo di comunità?*

*Attraverso il lavoro sei riuscito a ritrovare fiducia in te stesso? In che modo?*

*Attraverso il lavoro svolto in comunità trovi di avere acquisito più fiducia in te stesso e di conseguenza riesci a rapportarti con più disinvoltura con le persone?*

*Quale valore dai al tempo libero in comunità?*

*Hai trovato faticoso gestire il tuo tempo libero in comunità?*

La comunità ti propone di imparare a lavorare e di abituarti al lavoro.

Il lavoro è importante perché ognuno possa vivere dignitosamente: troppo a lungo molti di noi hanno provato le umiliazioni dell'arrangiarsi, del vivere alla giornata, della mancanza di denaro o del denaro troppo facile o

l'umiliazione di vedersi privati del proprio lavoro.

Il lavoro in comunità non porta a guadagnare soldi per sé (l'utile resta in comunità e ognuno sa come viene usato) e questo è già uno stimolo a cercare nel lavoro non solo le gratificazioni economiche personali.

Solo nell'ultimo periodo i soldi ricavati dalla propria attività di lavoro serviranno ai singoli per affrontare il loro primo periodo dopo comunità. In un primo momento della vita comunitaria il tempo del lavoro è soprattutto un'occasione per conoscere se stessi, misurarsi con la fatica, la necessità, i ritmi e la pesantezza del tempo.

È anche uno stimolo perché ognuno possa recuperare le proprie capacità creative e manuali.

In una seconda fase gli obiettivi si faranno ancor più impegnativi: imparare a lavorare con serietà e professionalità, recuperare fiducia in se stessi, attraverso la fiducia di quanti ci conosceranno attraverso il nostro lavoro e il nostro modo di lavorare

Per questo riteniamo importante conoscere e praticare il lavoro organizzato, le leggi del mercato, l'impatto con i diversi attori del mondo economico...

In questo periodo, poi, ognuno gradualmente si orienterà nella scelta della propria occupazione o professione.

I momenti formativi comunitari aiuteranno a comprendere i meccanismi e le esigenze del mercato del lavoro, i rapporti tra lavoro e società, i modi efficaci di essere cittadini attivi protagonisti oggi, in un momento storico di incertezza e di svolta.

Sempre in questa fase, che comporta una nuova maturità, si dovranno sperimentare le capacità acquisite: quella affettiva, di gestione del proprio tempo, la capacità di scelte anche politiche, il proprio orientamento religioso, scelte distinte ma non separate da quelle lavorative.

Il lavoro è anche opportunità e strumento efficace di rapporto con la gente, occasione di legami e di simpatia, esercizio di solidarietà: saper ascoltare la gente, intervenire nelle discussioni, parlare di sé, del proprio passato, delle novità del presente e delle prospettive del futuro, vivere momenti di partecipazione con la vita del quartiere o del paese e con i problemi della gente, esprimere e dibattere le proprie opinioni sui problemi sociali e politici.

In un'ultima fase, infine, ognuno si proverà nel proprio lavoro e nella propria professione.

La comunità non abbandonerà i suoi ospiti in questo momento spesso incerto e sofferto e seguirà da vicino i primi passi in modo che l'inserimento attivo nella società non avvenga in termini illusori e irreali ma con un ricco bagaglio di coscienza e di senso critico.

In comunità il lavoro va organizzato e coordinato con molta cura in modo da garantire produttività ed efficienza, evitando di sprecare tempo, fatica e denaro ma soprattutto esercitandosi a lungo a vivere il lavoro secondo un criterio di realtà e di normalità.

Ma il lavoro non è tutto: se si punta ad organizzare il lavoro con criteri logici e di produttività è per... lavorare il meno possibile ed avere a disposizione il tempo per altre attività ugualmente importanti: la formazione personale e comunitaria, la gratuità dei rapporti tra amici, la distensione, la musica, l'espressione personale e comunitaria, la preghiera...

Se viene meno questo equilibrio tutto ne soffre: il lavoro perde il suo sostegno e il suo senso e il tempo libero si svuota e si banalizza.

Il senso di vuoto e di noia che ci prende a volte la domenica e nei momenti vuoti dal lavoro sono il segno più evidente che, durante la settimana, il lavoro non è stato vissuto nel modo giusto.

Per questo è necessaria un'attenzione particolare per il rispetto degli orari, la responsabilità nelle singole mansioni, l'ordine degli strumenti di lavoro, la compilazione delle varie schede di lavoro e di produzione.

Anche il tempo libero richiede comunque impegno, fatica e... lavoro: occorre fantasia, voglia di stare insieme, capacità organizzative. Anche il tempo libero dal lavoro produttivo è un tempo attivo e responsabile.

## Il lavoro delle braccia e della mente

*Perché nel mondo di oggi è indispensabile studiare?*

*Perché studiare "è un investimento" ?*

*Ha senso fare una netta distinzione tra lavori puramente manuali e lavori intellettuali?*

*Perché?*

*In quale modo lo studio può permettere di migliorare anche la qualità del lavoro manuale?*

*Quali sono i rischi di un lavoro fatto senza intelligenza e senza studio, in comunità e fuori?*

*Cosa significa la frase: "L'intelligenza è adeguare i mezzi (sempre scarsi) ai fini (che devono restare grandi)"?*

*Che legame c'è tra uso dell'intelligenza e maturità umana?*

*Perché il disinteresse è un ostacolo per l'intelligenza?*

*Fai degli esempi di uso attivo e passivo dell'intelligenza.*

*Prova ad elencare una serie di motivi per cui è utile usare l'intelligenza nello studio e sul lavoro.*

*"La critica è la miglior difesa dall'autoinganno".  
Commenta questa frase.*

*Prova a parlare delle tue difficoltà nel trascorrere un po' di tempo a studiare su un libro.*

*Prova a riflettere in modo critico sul tuo passato scolastico e sulle tue esperienze di lavoro.*

*Che differenza c'è tra "attività" e "attivismo", tra "fare" e "agire"?*

Oggi non è più possibile pensare ad un lavoro serio senza la disponibilità allo studio, all'aggiornamento, alla formazione.

Lo studio è una grande ginnastica dell'attenzione: aiuta a capire il lavoro, a diventarne protagonisti.

In comunità non devono esistere lavori puramente esecutivi.

Ogni lavoro deve avere la sua utilità, deve essere fatto con la minor fatica possibile, i vari processi devono essere conosciuti ed assimilati.

Ognuno deve sapere come, per chi e per quale progetto sta impiegando la sua fatica e la sua intelligenza.

Per questo la nostra comunità riserva tanta importanza alla formazione professionale e mette a disposizione corsi, formatori e testi per ogni genere di lavoro svolto in comunità.

Periodicamente sono programmate riunioni di gestione e di verifica dei lavori. Ogni membro della comunità è informato dei risultati economici e della destinazione degli eventuali profitti.

Chi non investe intelligenza nel lavoro spreca un grande mezzo di crescita, perpetua errori e storture della vita di prima. Per questo va richiamato con fermezza ed aiutato.

Richiedendo intelligenza ai propri membri, proponendo momenti di formazione ed offrendo continui stimoli di presa di coscienza e di maturazione, la comunità compie un grande investimento per la crescita delle persone.

L'intelligenza infatti ci aiuta a conservarci critici verso noi stessi (la miglior difesa dall'autoinganno) e verso i modi di vivere sbagliati ed impoveriti.

Applicata al lavoro, l'intelligenza permette un sano protagonismo ed una diversa qualità di tutto il processo di produzione.

L'intelligenza è attività perché è continuo sforzo di adeguare i mezzi (sempre scarsi) ai fini (che devono restare nobili e validi).

L'attività organizzata con intelligenza e metodo addestra ad affrontare gli ostacoli, a non aggirarli o a lasciarseli cadere addosso.

Persona matura non è chi è senza problemi ma chi li affronta e ne gusta la soddisfazione dei risultati.

Un primo ostacolo all'esercizio dell'intelligenza è il *disinteresse*: "A me cosa importa? Cosa me ne viene? Posso affrontare la vita anche senza prendermela..."; "perché lavorare se non guadagno?"; "perché andare veloce se posso fare di meno"; "perché sbattermi, se è lo stesso".

Non è la stessa cosa: il disinteresse porta alla passività, alla rinuncia dell'intelligenza, della fantasia, della creatività.

È una morte interiore: gli ostacoli paiono insostenibili, si vive nell'apatia, non c'è il gusto per nulla.

Per provare interesse basta dare alla vita uno scopo: è vero che non guadagno (soldi) per me ma con il mio lavoro, se fatto con intelligenza, do un contributo personale per gli scopi della comunità (cioè per altri amici presenti e futuri): faccio qualcosa per qualcuno, sono qualcosa per qualcuno.

È vero che lavorare stanca ma, in questo modo, mi esercito ad affrontare

la vita che per essere dignitosa e vivibile, richiede lotta e decisione.

Un lavoro intelligente è anche un lavoro gioioso: nella noia il tempo non passa!

Con l'attività (che non è attivismo e lavoro senza anima e senza scopi) rompo la cappa di piombo dell'indifferenza.

L'intelligenza (non quella degli "intellettuali" ma l'intelligenza di vita che tutti possiedono e sono in grado di esercitare) deve diventare compagna affidabile della nostra vita, in ogni occasione.

## La disciplina e la responsabilità

*Perché disciplina e responsabilità sono collegate?*

*Prova a ripercorrere i quattro compiti che la comunità deve svolgere e a fare altri esempi riferiti alla tua esperienza.*

*In che modo una regola può essere una considerata difesa? Fai degli esempi.*

*Cosa evoca dentro di te la parola "quotidianità"?*

Iniziativa propria, responsabilità, sensazione di essere utili e attivi, sono componenti vitali della vita comunitaria.

Ma solo chi sa essere disciplinato riesce ad assumersi responsabilità.

Per questo le responsabilità vanno affidate solo a chi ha dato prova di obbedienza e vanno tolte a chi non ne è stato capace.

Proseguendo il cammino, il bisogno di iniziativa, maturato nella disciplina, può rendere possibile l'assunzione corretta di una responsabilità su altri. L'assunzione di una tale responsabilità è anche un'occasione per misurare la profondità delle proprie convinzioni su quanto la vita comunitaria è venuta proponendo.

Nel percorso comunitario disciplina e responsabilità si intrecciano con modalità diverse in base ai momenti e ai luoghi.

Per capire e farsi una ragione del perché di certe regole, di certi comportamenti, possiamo fare riferimento ad uno schema che, compreso ed assimilato, potrà esserci di grande utilità.

Se ci pensiamo inseriti ed attivi nella vita collettiva e sociale, riusciamo a cogliere almeno quattro aspetti:

C'è una realtà (materiale e non) **esterna** a noi, c'è il nostro **lo personale** e interiore (la nostra storia, il nostro carattere, le nostre idee...) c'è un "noi" fatto di **rapporti** affettivi e significativi ed infine c'è un **sistema sociale** nel quale siamo inseriti (fig. 1):

Ad ognuna di queste parti di noi stessi corrisponde un compito, una funzione che la comunità deve svolgere per aiutare le persone a crescere

lo personale	Natura esterna
lo in relazione	Sistema sociale

fig. 1

Difesa	Sostegno
Promozione	Radicalimento

fig. 2

in modo completo ed armonioso: la difesa, il sostegno, il radicalimento e la promozione. (fig. 2)

Possiamo applicare con facilità questo schema all'organizzazione della vita comunitaria.

In una prima fase, per esempio, predomina l'attenzione per la difesa e il sostegno della persona, in un momento successivo, a queste, si aggiungono proposte educative ed iniziative più mirate al radicalimento e alla promozione. Nei due momenti disciplina e responsabilità vengono vissuti in modi diversi ma sempre armoniosamente comprensibili.

Nella vita ordinaria della comunità **difesa** sono i tanti "no" che le regole richiedono: è la disciplina, con i suoi ordini ed i suoi divieti; **sostegno** sono tutti gli strumenti (numerosissimi) che la comunità mette a disposizione perché la persona impari a dire dei "Sì", a realizzare il meglio di se stessa e contribuire a formare una personalità capace di vivere in modo pieno (formazione, verifiche...).

**Radicalimento** sono i vissuti di amicizia, di simpatia di calore umano nella vita di tutti i giorni. Sono anche i piccoli incontri, estremamente preziosi con l'esterno che in comunità si impara a gustare: gli amici (esterni) della comunità, i vicini di casa, i genitori...

La società in cui siamo inseriti, i fatti che capitano sulla scena mondiale, le leggi e i costumi nella vita sociale, la cultura costituiscono il **sistema sociale**.

La comunità non ti estranea dal mondo: anzi ti propone e ti orienta a diventarne protagonista attivo e responsabile.

Ci sono momenti formativi che settimanalmente aiutano questa ricostruzione del cittadino offrendo strumenti per saper leggere il giornale, interpretare i fatti della politica, non sentirsi estranei dal mondo.

Quando, per esempio, si lavora al mercato non è presente un operatore. Sarà l'auto-aiuto a garantire la "difesa", il controllo, in un lavoro bello ma anche rischioso. I momenti di verifica, di formazione, di colloquio, forniscono invece le motivazioni ed il *sostegno* per reggere le prove e perseguire il proprio obiettivo.

Certo al mercato è richiesto il massimo di responsabilità mentre il fatto di incontrare positivamente *tanita gente* e di sentirsi con un lavoro serio e dignitoso più *cittadini* sono i primi frutti visibili del cambiamento che è avvenuto in te.

Ancora: quando vai ad una festa in paese la *difesa* sono le regole che insieme ci si è dati prima di partire e che poi sono affidate alla responsabilità di ognuno: la verifica in comune dei vari aspetti della festa potrà diventare *sostegno* perché aiuta a crescere. *Radicamento* sono le emozioni e le sensazioni vitali del contatto festoso con gli altri così come il sentirsi non solo spettatori ma persone attive con un ruolo ed una identità, aiuta a maturare una nuova *coscienza sociale*.

In tutti questi esempi è difficile separare disciplina e responsabilità perché in una persona matura, le due componenti si intrecciano.

Infatti non sono gli strumenti che ci cambiano ma il modo in cui li usiamo.

Per esempio non è importante la verifica di per sé ma le cose che riusciamo (o non riusciamo) ad ammettere; non è il libro aperto davanti a noi che ci fa diventare più istruiti, ma l'attezione con cui lo leggiamo; non è il colloquio con l'operatore che ci fa capire tutto, ma la disponibilità che abbiamo nel dire le cose senza falsità; non è il lavoro che dà senso alla giornata e la riempie fino a quando arriva sera, ma l'impegno e la serietà con cui lo facciamo.

Per arrivare al traguardo non basta aver capito quale è la strada (le regole): bisogna anche camminarci (la responsabilità). Non è sufficiente aver capito, occorre tradurre nel concreto.

Questo l'aspetto più impegnativo della comunità e si chiama quotidianità.

## L'umiltà e la fiducia in sé

*Quando si può dire di una persona che è "vera" ?*

*Perché l'umiltà è verità su di noi ?*

*Quale idea ti sei fatto della "coscienza" ? Quale diversità vedi tra morale e moralismo ?*

*In che modo la comunità offre alle persone opportunità e percorsi di formazione morale ?*

*Perché è importante avere sempre chiari i "perché" quando ti vengono chieste certe cose o imposti certi comportamenti ?*

*Non potrebbe diventare questa una pretesa contraria all'umiltà ?*

La vergogna e il senso di fallimento che per anni abbiamo nascosto in noi e che gli altri non ci hanno risparmiato, sono un peso di cui vorremmo liberarci. Il nostro io ne è come soffocato.

Senza la stima degli altri siamo tormentati dall'ansia dell'insuccesso.

Non abbiamo fiducia in noi, dal momento che non riusciamo ad accettarci, tendiamo a mascherarci dietro false immagini.

Paura, angoscia, incertezza totale: quanta fatica ad essere sinceri, ad accettarci, ad ammettere la nostra condizione!

In comunità stiamo ritrovando noi stessi, stiamo imparando a volerci bene. Ritroviamo la fiducia in noi quando incominciamo a diventare veri, quindi nell'umiltà.

Solo a queste condizioni possiamo immaginare e tentare progetti credibili e vivibili.

Nella vita comunitaria recuperiamo fiducia e stima perché non ci sentiamo più soli ed isolati. Riscopriamo quello che da anni avevamo dimenticato: che la gente è come una linfa vitale che ci sorregge e ci dà identità.

Impariamo a vivere con gli altri, a riconoscerci in una rete di rapporti, di tradizioni.

Noi siamo nulla senza gli altri, ci sentiamo smarriti quando nessuno ci chiama.

Ormai sappiamo che possiamo ritrovare noi stessi solo se ci apriamo e solo se superiamo le nostre chiusure. Solo in questo modo diamo uno scopo

alla nostra vita.

Sappiamo che il senso della vita non può esaurirsi nella soddisfazione dei nostri *bisogni* ma poggia su *significati* che vanno al di là di noi.

Se non avessimo questa fede rimarremmo nella nostra rassegnazione, saremmo sempre alla ricerca di scuse e giustificazioni ma nulla cambierebbe.

L'*umiltà* ci aiuta a vedere ed accettare tutti i condizionamenti con i quali dobbiamo fare i conti, la *fiducia* in noi ci permette di scegliere quale atteggiamento assumere.

In questa profondità nasce la nostra libertà.

Con una paziente attenzione alla nostra vita, incominciamo a sentirci liberi dal nostro passato, per poter aderire a nuovi progetti.

Per diventare capaci ad assumerci delle responsabilità è necessario acquisire consapevolezza ed essere noi stessi: è l'incontro dell'umiltà e della fiducia in sé.

Questo lento cammino ci fa approdare alla parte più profonda ed intima della nostra persona: la coscienza.

Qui cogliamo il significato delle cose e degli avvenimenti; qui maturiamo la nostra identità ed impariamo a prendere le nostre decisioni; qui impariamo a prendere autonomamente le nostre decisioni.

La coscienza non è una voce che comanda, è piuttosto una voce che interroga.

Richiama ed indica un orientamento: nelle situazioni più difficili (es. la malattia, il limite, il fallimento, la colpa), anche quando non potessimo più cambiare il corso degli eventi, possiamo sempre cambiare in meglio noi stessi.

La coscienza è il fondamento della responsabilità, è il cardine della vita autentica e matura.

Un obiettivo fondamentale della vita di comunità è quindi la formazione morale: formazione della coscienza ad un'armonia di valori capaci di sostenere e dare senso alla vita e alla realtà.

Per questo è importante capire il senso di ogni cosa che la comunità richiede; avere chiaro il motivo di ogni disposizione ricevuta.

Si tratta di una chiarezza che non sempre sarà possibile avere con evidenza (ma sovente più che la chiarezza, sono la disponibilità e la voglia a venire

meno). Per questo è importante che custodire i vari "perché" raccolti nella riflessione, durante il giorno, in modo da approdare sempre ad una qualche risposta ricercandola o nei colloqui personali con gli operatori o nei momenti di verifica o nei momenti formativi.

In comunità a nessuno verrà mai detto "Tu non vali niente, ti insegno io a vivere", piuttosto si cercherà di aiutare ognuno ad esprimere quelle energie e quelle capacità che tutti possiedono anche se sovente non giungono ad esprimersi.

## Le parole e il silenzio

*Perché in comunità non ti è permesso isolarti?*

*Secondo te è utile parlare del passato? A quale condizione?*

*Quale può essere il danno di un'amicizia "chiusa"?*

*Sei d'accordo sul fatto che le minacce, le volgarità, le chiacchiere e i giudizi in comunità non sono convenienti e fanno del male?*

*Perché nello sfoggio di sé, le parole si sprecano? Fai un esempio.*

*Ti è mai capitato di metterti in mostra e d'un tratto sentirti solo?*

*Prova a fare un esempio di confusione e di vuoto, nella tua esperienza.*

*Come vivi il silenzio?*

*Il silenzio può essere espressione di fuga? Fai un esempio.*

Nella comunità non è permesso isolarsi, non può farsi ognuno la propria vita. Continuamente si viene richiamati alla fiducia verso il gruppo e verso chi si occupa della comunità.

L'apertura agli altri è certo un fatto di cuore e di disponibilità interiore ma sempre si traduce in un linguaggio, diventa parola.

Nella vita comune ci sono luoghi dedicati alla parola: la verifica quotidiana

dove parlare vuol dire mettersi in discussione ed aiutare gli altri, il tempo del lavoro dove ognuno può parlare di sé, senza mai rinviare il passato ma piuttosto condividendo i vari aspetti del presente.

È molto dannoso rivivere certe episodi, certe emozioni, certi ricordi del passato. Per questo ci sono dei momenti precisi: la verifica o i colloqui personali con gli educatori.

Nel tempo libero la parola diventa segno di confidenza, di affetto, di tenerezza (evitare però le amicizie chiuse ed esclusive), nelle riunioni diventa consiglio, saggezza, incoraggiamento.

Ci sono anche delle parole da non dire: le mormorazioni (esistono i luoghi e tempi adatti per esprimere qualsiasi parere), le minacce (lo stile piazza va dimenticata!), le volgarità.

Con le parole si può fare molto male: giudizi affrettati, falsità, pettegolezzi.

C'è anche una parola che allontana dagli altri: la chiacchiera vuota, lo sfoggio di sé... dove le parole si sprecano.

La parola perde il suo peso e il suo valore se non nasce dal *silenzio*.

Noi infatti sommersi dal "rumore" delle cose, degli avvenimenti, delle impressioni: tutto ciò che è dentro di noi, nella nostra mente, arriva dall'esterno di noi, attraverso i sensi.

Ma non tutto è uguale, una cosa non vale l'altra. Sentiamo sempre più il bisogno di tendere verso l'essenziale e il durevole, verso ciò che porta realmente felicità e non solo soddisfazione del momento: *dura solo ciò che vale*.

Questo lavoro, delicatissimo, di formazione della nostra coscienza è oggi particolarmente difficile.

Viviamo in un'epoca di grande frammentazione: si fanno le esperienze più diverse, senza una coerenza interiore, si pensa che tutto sia relativo e soggettivo.

Un senso di confusione e di vuoto si ripercuote nella nostra vita come fragilità, mancanza di identità, di consistenza e direzione personale.

In comunità cerchiamo di metterci in ascolto della verità delle cose per diventare persone capaci di profondità e di autenticità

Solo nel *silenzio* incominciamo a sperimentare una realtà più grande, le frammentazioni si ricompongono, il caos gradualmente si trasforma in ordine, le grandi domande non vengono più eluse.

Così ritroviamo i lineamenti della nostra identità, la nostra vita mette radici

profonde, capaci di reggere davanti alla prova, all'imprevisto, alla tentazione. Se il rumore è la condizione normale di vita, il silenzio è una meta che non raggiungiamo spontaneamente ma a costo di attenzione e sforzo.

In comunità ci sono luoghi e tempi di silenzio.

C'è silenzio durante i *momenti di formazione personale* (per leggere, scrivere, pensare, pregare...), c'è il grande *silenzio della sera* dalla preghiera conclusiva, alla colazione del mattino seguente. Questi momenti sono preziosi per creare unità in noi, per aiutarci a rivedere la nostra giornata, per gustare il riposo dopo una lunga fatica.

Il silenzio deve diventare una regola costante di vita per mitigare le esagerazioni e le dismisure.

Per esempio: per esprimere allegria e simpatia non è necessario urlare, può bastare un sorriso appena percepibile...

Per chi lo ritiene utile sono possibili anche momenti di silenzio più prolungati di *ritiro* (se non è un'occasione di fuga).

## Saper attendere e vivere il quotidiano

*Perché è importante vivere il quotidiano in comunità?*

*Perché il principio del piacere è insufficiente?*

*Cosa vuol dire "imparare ad attendere"?*

*Sei d'accordo che il piacere immediato e il "tutto e subito" sono stati dannosi per la tua vita?*

*Come spieghi l'entusiasmo del primo periodo di comunità?*

*Cosa significa, in base alla tua esperienza, accettare il vuoto?*

*Prova a dare una definizione di "vita autentica".*

La vita quotidiana va presa molto sul serio perché è il luogo della verità. Al di là delle parole che diciamo, e dei propositi che formuliamo, noi siamo ciò che facciamo, ogni giorno.

Il quotidiano è il luogo della fatica: la vita di comunità è soggetta ad umori,

a fasi, a momenti esaltanti ed altri deprimenti.  
A volte ci risulta insopportabile, ossessiva, poco gratificante, sembra eterna e senza ritorno.

Eppure, solo attraverso il *quotidiano* si può ridare gusto alla vita. Si diventa adulti accettando la realtà. Il criterio del piacere è insufficiente, deve fare i conti con quello della realtà.

Il quotidiano è il luogo dove imparare a non illudersi, a non inseguire cose che non esistono.

Quante volte arriviamo a dire che la vita è dura!

Ma se non esistesse che il quotidiano la vita sarebbe senza respiro, senza sbocco, rimarrebbe chiusa in se stessa.

Saper attendere e vivere il quotidiano: questo duplice richiamo all'attenzione e alla realtà, se ben interiorizzato, potrebbe diventare un criterio con cui imparare a gestire la propria vita e le proprie scelte.

Un metodo per orientarsi, per sentirsi protagonisti ed attivi: partire dai fatti e dalle situazioni concrete, ritrovarne il senso e i valori nascosti poi ritornare alla vita e modificarla.

## La forza di volontà e l'aiuto degli altri

*Pensi di avere acquisito in comunità più forza di volontà?  
In che modo?*

*Che senso hai dato alla rinuncia, in comunità?  
Pensi che la rinuncia e il sacrificio siano utili per la tua crescita  
interiore?*

*Quali modi conosci per chiedere aiuto ?*

*Prova a dare una tua interpretazione del sacrificio inteso come "sacrum-  
facere".*

*Esistono le palestre per sviluppare le forze fisiche, esiste qualche cosa di  
analogo per sviluppare le forze interiori e spirituali?*

*Cosa ?*

*Per acquisire una virtù ci vuole esercizio e disciplina.*

*Quale diversità esiste tra virtù ed abitudine?*

Ciò che, forse, ognuno più si aspetta da questa esperienza comunitaria è di sentirsi finalmente più forti, meno fragili, meno indecisi.

Formare la *volontà* significa acquisire la capacità di programmare, con piena consapevolezza, la propria vita, diventare capaci di prendere decisioni e di durare nei nostri propositi, saper dare una risposta (e tenere un comportamento coerente) davanti agli inviti e alle pressioni che vengono fuori da noi o alle voglie e ai bisogni che sorgono in noi.

Tutto questo però non significa "sentirsi forti".

Al contrario, il segreto della riuscita comporta di avere talmente chiaro il senso del limite da ritenerci capaci di volontà, solo con l'aiuto degli altri.

La comunità è convinta di due condizioni essenziali per formare la tua volontà: la fiducia negli altri e il continuo richiamo al sacrificio e alla rinuncia.

La *fiducia* chiede uscire fuori da noi stessi, l'esperienza della rinuncia ci ricorda che non coincidiamo con i nostri istinti e stati d'animo, sempre così incerti e mutevoli.

Con la *rinuncia* si paga un prezzo, ma si realizza anche qualcosa di valido (un valore) con un ricavo importante per ognuno; qualcosa di "sacro" (per questo si parla di *sacrificio*: sacrum facere = rendere sacro) proprio perché a caro prezzo.

In questo modo si impara il valore delle cose ed ognuno orienta la propria volontà.

Ma per dare consistenza alle proprie decisioni ci vuole un addestramento, un esercizio che diventa un'abitudine.

Questa fatica è molto aiutata e sostenuta dall'esempio degli altri, soprattutto quando ancora ci si sente fragili ed indecisi.

Per questo è importante saper chiedere aiuto, rendere partecipi gli altri dei tuoi progressi e delle tue difficoltà.

Da questo punto di vista la comunità è come una palestra dove ci si prepara insieme per le grandi sfide della vita.

Fuori di questa prospettiva, gran parte delle regole e dei comportamenti richiesti in una comunità, sono incomprensibili ed insopportabili.

Effettivamente, rinunciare a mangiare fuori pasto un frutto a porta di mano,

non avrebbe alcun significato se non fosse inteso come esercizio di volontà e come esempio all'amico che abbiamo accanto. I risultati della vita comunitaria dipendono anche da queste cose.

## Il privato e il collettivo

*Perché il denaro è un bene prezioso ma rischioso?*

*Come viviamo, nelle nostre abitudini, la "proprietà privata" ?  
Come si vive nella società ?*

*Perché viene detto: 'ciò che non è condiviso è una appropriazione ingiusta' ?  
Sei d'accordo ?*

*Cosa vuol dire "modificare il senso della proprietà privata" ?*

*Che senso ha la proprietà privata nella vita di tutti i giorni?  
Quale modello di proprietà ti propongono i giornali, la televisione, la pubblicità?*

*In che modo lo spreco dell'intelligenza, delle cose, del tempo ecc... può danneggiare anche gli altri?  
Fai degli esempi.*

*Trovi possibile realizzare una società di "uguali" ?*

*Quali modi individui ?*

*Cosa si intende con quella frase ?*

*Secondo te, è possibile in comunità occuparsi di politica?  
Perché?*

*Tu ti senti un cittadino ?*

*Quali difficoltà provi ? quali ostacoli ?*

Nella nostra cultura e nelle abitudini della nostra vita la proprietà privata è considerata sacra e indiscussa.

In comunità invece tutto è comune.

Non si tengono soldi personali. (Nella mentalità comune i soldi hanno un grande valore simbolico: - "con i soldi puoi fare quello che vuoi!" - si dice).

La comunità adotta uno stile di vita dignitoso ma essenziale. Insegna ad amministrare con intelligenza il denaro e a considerarlo un bene prezioso

e rischioso (per noi, un tempo, il denaro non aveva alcuna importanza).

Noi proveniamo da un mondo dove l'uso dei beni si è liberato da ogni regola e da ogni controllo, dove lo spendere e il consumare viene considerato non in vista di un'utilità obiettiva ma come un bene in sé: "vali per quel che hai".

Si è disposti a fare propria qualsiasi abitudine (anche a danno della salute) pur di sedare l'apprensione di non essere come gli altri, di non corrispondere alle esigenze delle attese sociali, del "si dice...", "si fa..." della moda.

Secondo lo spirito della comunità, invece, c'è una facilità nello spendere che è un aperto disprezzo della giustizia e dei poveri.

Non abbiamo nessun diritto di sprecare le cose perché non appartengono solo a noi: sono risorse della collettività, dell'umanità intera (anche di quella di domani) perché l'uomo non può vivere senza le cose.

Mediante la nostra fatica impariamo il costo delle cose. Prima ci sembrava tutto dovuto!

Ora stiamo imparando che le cose non sono solo cose e non hanno solo un valore di appartenenza: sono anche simbolo, sacramento del rispetto e dell'amore verso gli altri, verso la vita.

Distaccandoci dal possesso privato ci rendiamo conto che in fondo non c'è separazione tra il privato e il collettivo, che ogni proprietà (anche di intelligenza) non condivisa è un'appropriazione ingiusta, che la povertà gioiosa è segno di vera civiltà, secondo l'insegnamento e l'esempio dei grandi maestri dell'essenziale come Francesco di Assisi e il Mahatma Gandhi.

La crisi ecologica (nei confronti della quale cerchiamo di dare anche un contributo attivo con il nostro modo di lavorare) lo dimostra con tutta chiarezza.

Riguardo al nostro rapporto con le cose, siamo stati talmente abituati alla *dismisura* e proveniamo da un mondo talmente alienato, che senza l'indicazione di regole precise, (per esempio nella quantità di alimenti per la preparazione dei pasti, nell'indicazione di criteri per gli acquisti), senza uno sforzo di autolimitazione delle nostre esigenze, e senza un continuo aiuto, cadremmo ancora, senza rimedio, negli errori di sempre e di tutti.

Dobbiamo continuamente addestrarci ad amare gli altri attraverso le cose: se lascio disordine e sporcizia, non danneggio solo me; se spreco le cose,

il tempo, le risorse, impoverisco anche gli altri; se rinunci all'uso dell'intelligenza e non mi oriento a criteri di giustizia, rinnego il mio contributo per un mondo più solidale...

Questa continua attenzione nell'uso delle cose è particolarmente importante nella nostra comunità dove il lavoro occupa un posto centrale.

Questa scelta comporta infatti un enorme impiego di denaro: grandi spese per la sperimentazione di nuovi lavori, per l'investimento in strumenti di lavoro, in materie prime, e tutto questo non tanto per produrre reddito (tutti sanno il riscontro economico delle nostre attività) ma esclusivamente per permettere una esperienza reale e significativa di lavoro.

Quello che più sta a cuore alla comunità è la proposta di una nuova cultura nell'uso dei beni e del rapporto privato-collettivo che abbia come fine una società di eguali, che garantisca ad ogni essere umano lo stesso rispetto non per quel che ha ma per quel che è: un rispetto che quindi non può conoscere gradi.

Al nostro livello questo ci impegna ad essere attenti a che le differenze tra di noi non diventino disuguaglianze.

Un mezzo per combinare uguaglianza e differenza è quello di distribuire tra di noi responsabilità e compiti.

L'uguaglianza sarà tanto maggiore quanto più le diverse condizioni di lavoro saranno considerate non una più dell'altra ma semplicemente diverse (es. fare pulizie o andare al mercato, lavoro manuale o intellettuale, responsabilità di comando o di esecuzione).

## La vita in casa e con la gente

*Come può una comunità, che si basa su regole a volte rigide, avere lo stile di una famiglia?*

*In che modo in comunità si possono vivere i valori di una famiglia?*

*Fai degli esempi concreti.*

*Perché "la comunità non è tutto"?*

*Ritieni importante entrare in contatto con persone che non hanno fatto la tua esperienza?*

*In che modo in passato i pregiudizi hanno limitato le tue conoscenze?*

*Fai un esempio su come possono essere superate le paure, le solitudini e le fughe.*

*A cosa possono servire la pulizia, l'ordine e l'attenzione nei rapporti con gli altri?*

*Fai un esempio sull'importanza della fiducia e la stima della gente.*

*Descrivi come potrebbero essere, secondo te, i rapporti con il mondo esterno nelle diverse fasi del cammino comunitario.*

*Prova a discutere dei "sì" e dei "no" che ti vengono richiesti, dal tuo senso di disciplina e responsabilità.*

*Leggere il giornale sembra una cosa banale; esiste un modo disciplinato e responsabile di leggerlo?*

*In che modo stai usando gli strumenti che ti sta offrendo la comunità?*

*Fai un bilancio del tuo cammino sino ad oggi.*

La comunità è come una famiglia. Non deve offrire falsi sostituti a figure paterne o materne ma certo della famiglia offre le cose essenziali: l'esperienza del calore e della sicurezza, l'affetto e l'amore.

L'intimità della *vita di casa* va amata e valorizzata: "mangiando insieme il sale", come si dice, si conoscono le persone, si scoprono i valori della vita, si riscoprono in se stessi energie, risorse, capacità creative sconosciute.

In un clima di profonda affettività (mai esagerata o di facciata), le paure, le solitudini e le fughe possono essere superate.

Nascono le amicizie più grandi che rimarranno per tutta la vita.

In casa impariamo a misurarci con il quotidiano che sarà la normalità di domani.

La comunità ha spesso anche problemi economici e di sopravvivenza.

Bisogna accudire la casa, rimediare ai tanti inconvenienti, sopportare la reciproca vicinanza, il chiasso dei bimbi, il disturbo di chi arriva in ritardo.

A volte il ritmo del quotidiano è duro da portare: la "paranoia", gli umori, gli entusiasmi improvvisi. È più facile sognare o tendere a sopravvivere.

Ti potrai accorgere che sei ormai un altro e sei ritornato capace di vivere, dall'attenzione che saprai avere a chi vive con te.

Ma la casa (e la comunità) non è tutto.

È un momento di rinascita, di ricostruzione, di ricerca di autenticità. Poi ognuno dovrà assumersi le proprie responsabilità, fare le proprie scelte e lasciare la comunità (che rimarrà nel profondo del cuore come una nostalgia che fa del bene e serve da costante richiamo ed accompagnamento).

Se se ne accetta lo spirito profondo, la comunità avvia ed introduce ad un'ampia gamma di esperienze e di valori tali da permettere la crescita e l'autonomia della persona.

L'esperienza della comunità va allora completata con altri aspetti importanti.

Il *rapporto* che fin da ora dovrai instaurare *con la gente* è già un po' il richiamo e l'anticipazione.

In un primo periodo della comunità, si cercherà soprattutto di esprimere la simpatia e l'attenzione verso le persone incontrate e frequentate, si curerà molto l'ordine e la pulizia della persona, della casa, dei mezzi di trasporto, degli strumenti di lavoro: sono un primo modo di presentarci agli altri.

Si parteciperà sovente ai momenti sociali e religiosi del luogo dove la comunità risiede per entrare nella mentalità degli abitanti e guadagnarsene la simpatia.

In passato abbiamo spesso trascurato la sensibilità degli altri, attenti come eravamo ad imporre la nostra.

Ora invece in questi incontri, ancora limitati ma intensi, riscopriamo il valore delle persone, l'attenzione alla loro storia, e maturiamo una sensibilità rispettosa alla loro cultura, al territorio, alle tradizioni storiche e culturali.

In un secondo momento il coinvolgimento con la gente sarà molto più intenso anche attraverso il lavoro e le attività commerciali.

Sarà importante meritare fiducia e stima perché ormai si è preso coscienza che è assurdo vivere da solo e contro tutti.

Un periodo intenso di formazione ti introdurrà e ti darà gli strumenti adatti per affrontare questa nuova fase.

Anche le feste e gli spettacoli che si organizzano sono un'opportunità in cui poter dire le nostre scoperte e partecipare i valori che ci stanno orientando.

La ricchezza di una casa sta nella sua possibilità di diventare luogo di unità e di armonia.

Quando una famiglia trova il tempo e lo spazio per mettere in comunicazione profonde le persone nella loro diversità, in un ambiente vitale, allora la casa diventa un porto sicuro per la vita.

La comunità non è la tua famiglia ma può diventare un'esperienza che ti introduce al segreto della casa dove il lavoro, il canto, il sorriso, la tenerezza, la preghiera diventano una cosa sola e si fanno nutrimento, consolazione e festa per tutti.

## La salute e la malattia

*Prova ad individuare tutti i fattori in base ai quali puoi dimostrare che la scelta delle droghe è una scelta contro la salute.*

*Da cosa derivano i modi distorti di considerare la salute ?*

*Come vi ha influito la vostra educazione ?*

*Perché "medicalizzare" il malessere e il disagio della vita è una scelta riduttiva e, in definitiva, dannosa ?*

*Cosa sono disposto a fare per la mia salute ?*

*Cosa non sono ancora disposto ?*

*Perché ?*

*Che tipo di comportamento dovrebbe tenere la comunità, nel suo insieme, verso chi ha problemi di salute ?*

*Sono solo i farmaci che curano le malattie ?*

*Perché ?*

*Hai degli esempi da fare ?*

Intendiamo per salute non solo l'assenza di malattia ma il sentirsi bene a livello fisico, psichico e sociale.

La salute riguarda una pluralità di aspetti: sociali, affettivi, mentali e morali. Salute coincide con qualità della vita e benessere generale.

La malattia è sempre in qualche modo collegata con l'usura e la degenerazione della vita, provocata dalle modalità di lavoro, dall'ambiente in cui si vive, dagli stress e dai disordini di vita e negli ambienti di vita, dalla povertà di scambi significativi tra le persone, dalla mancanza di senso e di significato attribuiti l'esistenza.

La malattia è, in ultima analisi, spesso conseguenza di valori sbagliati, nelle scelte di vita personali e sociali.

La salute va quindi definita non solo come concetto biologico e psicologico ma anche nei suoi risvolti sociali: è sintomo della qualità di vita che si conduce, non solo a livello personale.

In questo senso, (ma solo in questo senso), la tossicodipendenza si può considerare malattia.

Sovente, anche a livello politico, si continua a intendere la malattia in modo semplicistico e riduttivo: come se la malattia fosse solo una degenerazione organica. La difesa della salute viene quindi affidata all'efficacia della medicina.

Per i problemi del malessere e della salute non c'è che una risposta: la medicalizzazione. La tossicodipendenza viene intesa come devianza o disadattamento individuale e la terapia viene pensata come "reinserimento sociale".

Anche a livello della sensibilità della gente manca una maturazione adeguata: si continuano a richiedere farmaci e ricette, visite specialistiche e terapie individuali anziché battersi per una diversa alimentazione, una diversa concezione del lavoro, una diversa gestione della città, dell'ambiente e della vita in generale.

Così anche noi abbiamo assimilato un modo distorto di considerare la salute: l'abbiamo disprezzata e messa a repentaglio per tanti anni. Ci portiamo le nostre abitudini alimentari scorrette ed esagerate, continuiamo a richiedere farmaci a trascurando invece le cose più essenziali.

*Eppure una rivoluzione nella concezione della salute potrebbe partire proprio da noi che ne siamo direttamente interessati.*

Per questo la comunità si prefigge, come suo scopo, di formare utenti dei servizi sanitari *consapevoli e critici* verso di sé e verso le strutture.

Questo avviene prima di tutto promuovendo l'attenzione per la nostra salute e più in generale ritrovando un nuovo senso alla nostra vita che ci permetta di riscoprire il valore.

I momenti settimanali di educazione sanitaria ci aiuteranno a prendere coscienza di questo modo diverso di pensare alla nostra salute. Non saranno tanto i contenuti tecnici delle informazioni il lato qualificante

della nostra formazione ma, piuttosto, un diverso rapporto con il nostro corpo, con i farmaci, con le istituzioni sanitarie, l'apprendimento di abitudini sane e l'eliminazione degli errori più radicati.

La salute ha il suo prezzo: tutta la comunità deve essere disposta a riconsiderare l'abuso del fumo di tabacco. In comunità si sopportano al massimo 6 sigarette al giorno, solo in determinati locali ed orari: tutto deve far capire che il fumo è una scelta sbagliata, perché nociva. Non è ammesso l'uso dell'alcool.

Ma l'attenzione alla salute non riguarderà soltanto noi: essendo un argomento che ci riguarda da vicino e ci coinvolge, dovrà essere impegno di tutta la comunità, soprattutto nell'ultima fase, portare all'esterno quanto si sta imparando e sperimentando, partecipando attivamente ai corsi di educazione sanitaria che si tengono nelle scuole o intervenendo nelle varie iniziative pubbliche.

L'impegno dedicato a diffondere questa nuova concezione della salute diventa tutt'uno con quanto la comunità sta compiendo per una nuova concezione dell'agricoltura e dell'alimentazione.

## Il premio e la punizione

*Quali sono i criteri e le caratteristiche delle punizioni che fanno crescere?*

*Perché la punizione è un'opera di giustizia?*  
*Cosa la distingue dalla vendetta?*

*Prova a collegare in un discorso i termini: punizione, senso di colpa, vergogna, onore.*  
*Racconta qualche tua esperienza.*

*E' possibile mettere insieme amore e severità?*

*E' possibile per un educatore mantenere un intenso rapporto affettivo e di stima verso la persona che "punisce"?*  
*Porta degli esempi.*

*Perché la nostra comunità dice che bisogna "educare, non punire" ma poi parla di premio e punizione?*  
*E' una contraddizione?*  
*Perché?*

Per imparare a rapportarsi con le norme, per crescere nell'equilibrio, per imparare ad accettare e a fare i conti anche con le forze negative che scopriamo in noi, non è sufficiente che esistano delle regole, deve esserci anche una reazione alla loro trasgressione.

La falsa "comprensione" e la facile tolleranza di fronte all'errore non fanno che favorire il mito dell'onnipotenza e della forza dei singoli.

Eccezionalmente la comunità usa, come strumento di crescita, le punizioni.

Certi comportamenti e certe trasgressioni mettono la persona al di fuori della prospettiva comunitaria e quindi fuori del rapporto con gli altri.

La punizione risponde ad una esigenza di giustizia: ristabilisce un ordine guastato, una pienezza di rapporti compromessa.

Risponde anche ad un'esigenza più psicologica: aiutarci a prendere in carico le passioni e i sentimenti più distruttivi ed irrazionali che portiamo in noi.

Noi siamo deboli come bambini: in certi momenti, una privazione, un'umiliazione, una porta chiusa ci obbligano a riflettere.

Altre volte abbiamo bisogno della forza e della decisione di qualcuno per deciderci a scegliere.

Molti di noi, senza un gesto determinato non avrebbero mai smesso la vita di prima.

La punizione è un bisogno vitale: il disordine causato rimane un peso fino a che non si è oppone un rimedio, un segno evidente che si è capito e si vuole cambiare, un segno quando le parole sole non contano.

È anche un sostegno esteriore per riprendersi da un passo falso.

La punizione deve essere però mirata: se abbiamo abusato delle cose ne supporteremo una privazione: se abbiamo mancato di rispetto con l'arroganza e la superbia, accetteremo un'umiliazione.

Le punizioni risulteranno ancora più positive se verranno prese liberamente e pubblicamente dagli interessati.

In ogni caso la punizione deve venir vissuta come un onore che cancella la vergogna ed inserisce ancora più profondamente nella vita comunitaria e facendone sperimentare l'aiuto.

La vita comunitaria, abbondantemente e sempre a sorpresa, distribuisce

però anche i suoi *premi*, sotto forma di piccole gioie, di soddisfazione per i risultati ottenuti, di sostegno affettivo vicendevole, di stima ed ammirazione della gente che ci avvicina...

Il premio più significativo, però, è la crescita nella libertà e nell'autonomia che sperimenti giorno dopo giorno.

## CAPITOLO SESTO

---

# GLI STRUMENTI

## L'AUTO-AIUTO

---

Per "auto-aiuto" si intende un particolare modo di affrontare i problemi delle persone.

Nel nostro modo di vedere le cose, intenderemo il prefisso "auto" non nel significato di "da soli", ma nel senso di "l'uno con l'altro": quindi auto-aiuto non significa "aiutarsi da soli", ma "*aiutarsi l'uno con l'altro*".

Di solito proviamo vergogna e imbarazzo a parlare dei nostri problemi personali con altre persone: ci sentiamo inferiori, deboli, o abbiamo paura di non essere capiti, o siamo ancora troppo orgogliosi.

A volte tentiamo di rimediare ai nostri errori con l'autocontrollo, fidandoci della nostra forza di volontà ma in molte situazioni, (come nel caso delle dipendenze), dopo i primi fallimenti, proviamo una sensazione di impotenza, di perdita di controllo dei nostri comportamenti.

Questo punto di vista va ora abbandonato.

Quando in un gruppo si trovano delle persone che vivono uno stesso problema è più facile avviare il dialogo, perché esse condividono la stessa esperienza e, di solito, la stessa sofferenza.

Capita spesso di trovarci a parlare di problemi e situazioni che accomunano le persone, raramente però se ne parla in modo serio e costruttivo oppure con l'intento preciso di risolvere quelle situazioni:

Il primo passo verso la pratica dell'autoaiuto esige che il soggetto ammetta di essere *impotente* a risolvere il suo problema da solo.

Questo primo passo deve essere visto come una specie di "resa".

Molti non sono capaci di compiere tale passo, o riescono a compierlo solo per breve tempo. Forse la loro disperazione non è ancora sufficiente (non hanno ancora "toccato il fondo"), e prima o poi tenteranno ancora di ricorrere all'autocontrollo.

Con una immagine molto efficace, la "Alcolisti Anonimi" (ex-alcolisti organizzati che si mantengono sobri attraverso la pratica dell'autoaiuto) parla di "cercare di impiegare la forza di volontà è come cercare di sollevarsi tirandosi su dai lacci della scarpe".

L'esperienza della sconfitta non serve solo a convincerci che il cambiamento è necessario (cosa di cui di solito siamo già consapevoli); *essa è già* il primo passo del cambiamento.

Solo tramite questo passo è possibile farne un secondo, cioè affidarsi ad un "potere più grande dell'io". Questo *potere* lo possiamo intendere come un "tutto", di cui noi siamo parte (ad esempio, i valori che sono al di sopra di noi e che danno senso alla nostra vita, oppure una esperienza spirituale...). Nella pratica dell'auto-aiuto confluisce quindi tutta la ricchezza di vita, di valore e di senso descritta nelle pagine precedenti e che sono il criterio con cui i membri della comunità cercano di impostare la loro vita.

Anche il gruppo di amici con cui condividi la vita lo puoi definire e vivere come un "potere" più grande di te, come "un sistema", una "mente" superiore alla tua.

Basandosi su queste premesse il gruppo di autoaiuto imposta un rapporto sano, autentico tra ogni persona e il "potere," sfuggendo a tutte le tentazioni di sfidarlo facendo leva sul proprio orgoglio.

La vita non viene più intesa come una sfida, una vittoria di forza ma come armonia e partecipazione.

Il confronto tra tutti i componenti del gruppo di autoaiuto è un aiuto e un sostegno interiore per superare i problemi che i singoli si trovano a dover affrontare (non solo i momenti di crisi, ma tutta la quotidianità in senso più ampio).

Il gruppo concretamente pensa ad una serie di norme e di soluzioni pratiche attraverso le quali ognuno, anche quando è fuori dello stretto contatto della comunità, potrà continuare ad essere coerente secondo i propri valori e il proprio stile di vita, tenendosi fuori dall'attrattiva e dal pericolo di quelle sostanze, persone, esperienze legate alla vita precedente.

Altro momento fondamentale è la verifica quotidiana del proprio comportamento davanti agli altri.

Questi pochi principi indicano uno stile di vita che si distanzia nettamente dai criteri con cui si agisce normalmente:

Le persone "normali" ricorrono massicciamente all'autocontrollo, dicono delle mezze verità, hanno delle cose da nascondere, non accettano di essere criticati pubblicamente, cercano di allearsi, di diventare complici con i più forti, i più simpatici, i più intelligenti, i più ricchi...

Questa tendenza è evidentemente estremizzata nell'esperienza della tossicodipendenza, soprattutto negli atteggiamenti di complicità ed omertà. Anzi, la volontà di abbandonare la mentalità mafiosa diventa uno dei primi requisiti necessari e irrinunciabili per l'ingresso in comunità.

## La verifica

Ognuno in comunità ha una storia ben caratterizzata e personale segnata dalle esperienze negative e dalle cadute (l'omertà, l'indifferenza, l'egoismo, l'orgoglio, la debolezza, la depressione, l'immatunità affettiva).

Occorre prendere continuamente coscienza dei nostri comportamenti, atteggiamenti, modi di fare.

Ognuno deve sentirsi responsabile sempre e ovunque di ciò che avviene; è necessario quindi essere molto attenti a quanto succede sia nel lavoro che nella vita con gli altri.

La pratica dell'auto-aiuto vuole che se qualche cosa non funziona, se un amico è in difficoltà o ha sbagliato, non sarà concesso a nessuno di chiudere gli occhi e aspettare che sia un altri a farsi carico della cosa; tutti hanno il compito di intervenire.

Ognuno deve impegnarsi a fare autocritica, cioè ad ammettere agli altri gli sbagli, le debolezze, i pensieri che lo hanno accompagnato.

Solo in questo modo si permette al gruppo di sviluppare l'enorme potenzialità di aiuto e di sostegno che possiede. L'atteggiamento di colui che si atteggia a critico senza comprensione e misericordia degli errori degli altri di solito riflette anche un suo problema personale.

Tutti hanno comunque il diritto e il dovere di fare delle osservazioni agli altri.

All'interno del gruppo, dove vi è un rapporto diretto e paritario, offrire aiuto ad un amico risulta essere di beneficio sia per chi fa l'osservazione, che per chi la riceve.

Nella pratica quotidiana sarà quindi bene che ognuno parli in prima persona, rispetto a sé stessi, e crei il clima adatto perché anche gli altri riescano a fare altrettanto.

Ognuno ha il dovere di accettare le critiche dei compagni. Se non si è

coerenti su questo si fa da freno per l'intero gruppo, perché ci si pone al di fuori della definizione di sistema e di 'mente' che abbiamo dato all'auto-aiuto.

L'auto-aiuto non è una tecnica terapeutica fine a se stessa, che si realizza solo nel momento della verifica, ma è uno stile di vita che si riflette attivamente in ogni istante della giornata: il lavoro, lo studio, la riflessione, il gruppo, i momenti di festa, i momenti difficili, il riposo e riassume tutta la ricchezza della vita comunitaria.

Se la mentalità dell'autoaiuto non verrà assimilata, presto o tardi si ritornerà al vecchio stile di vita e il tentativo di cambiare non avrà successo.

## Chi è l'operatore

L'operatore è una persona a cui è affidata la responsabilità dei progetti di vita dei membri della comunità.

Condivide e coordina le attività ed ha degli spazi specifici per pensare agli ospiti della comunità.

Agli operatori viene chiesto:

- 1) di non basarsi solo sulla propria buona volontà, ma sull'esperienza personale, lo studio, l'aggiornamento (*saperire*)
- 2) di essere professionalmente qualificati, cioè saper intervenire al momento e nel modo giusto (*saper fare*)

Alcuni operatori hanno una competenza particolarmente specializzata acquisita attraverso un titolo di studio legalmente riconosciuto.

Essi potrebbero essere solo degli esperti, dei consulenti scientifici; in realtà il terapeuta deve anche avere le caratteristiche dell'educatore. In altre parole, anche al terapeuta, oltre a sapere e saper fare, vengono richieste delle qualità morali, cioè di *saper essere*.

Infatti il problema del disagio giovanile è estremamente complesso, e non può essere risolto con risposte semplici e specialistiche.

Gli operatori condividono quindi in tutto la vita quotidiana della comunità ed il loro vero compito è espresso bene dal termine (e dalla sostanza) di "*educatore*".

Con tutti gli educatori l'atteggiamento deve essere rispettoso e disponibile.

Ogni mancanza di rispetto nei confronti di un educatore è considerata un rifiuto verso tutta l'équipe e una presa di posizione contro la proposta educativa della comunità.

## Il rapporto terapeutico e il rapporto educativo

Il rapporto **terapeutico** è quel tipo di intervento che si pone uno scopo "scientifico", riassumibile con lo slogan: "capire qualcosa di più di quella persona".

Lo scienziato osserva la realtà, fa delle ipotesi su di essa e, se queste ipotesi sono confermate dai suoi esperimenti, formula una tesi, come dire: "Secondo me, le cose stanno così".

Ovviamente altri scienziati possono ripetere gli esperimenti, o farne di nuovi, e confermare la teoria oppure smentirla. Così funziona la ricerca scientifica.

Nel nostro caso, attraverso il colloquio terapeutico, l'operatore prima di agire osserva, raccoglie dei dati sulla persona che si è rivolta alla comunità, organizza e mette in ordine questi dati all'interno di un modello che si è dato, e quindi formula delle ipotesi.

Per esempio, può fare l'elenco di quali sono i veri problemi di una persona, quali occorre affrontare per primi, quali potranno essere risolti con facilità e quali sono, invece, quasi impossibili da risolvere. Inoltre può suggerire con quali strumenti affrontare meglio certi problemi.

Ovviamente questa è una sua teoria, e qualunque altro operatore ha il diritto di metterla in discussione e di formularne un'altra.

Il confronto tra le varie ipotesi rende la teoria più valida e utile alla soluzione dei problemi.

Per questo è sempre più importante lavorare in *équipe* e perché oggi la scienza progredisce attraverso un lavoro coordinato di ricerca.

Il rapporto **educativo** è un tipo di intervento che ha un fine pedagogico, esprimibile con lo slogan "insegnare qualcosa di più ad una persona".

Con il termine pedagogico (parola che deriva dal greco e che vuol dire "condurre - nel senso di istruire - i fanciulli") si fa riferimento al livello dell'*etica* cioè di "cosa pensiamo dell'uomo e dei suoi valori".

Nella pratica educativa quindi l'operatore parte dalle sue esperienze più vitali e le mette a disposizione degli altri, perché ognuno possa incontrarsi con proposte e criteri di vita che hanno una garanzia esperienziale di autenticità e di saggezza, e delle quali servirsi, criticamente, per migliorarsi e cambiare.

Se avesse un senso fare una classifica di importanza, sarebbe facile concludere che l'aspetto educativo è più importante di quello terapeutico.

In realtà tale confronto non è possibile, perché si tratta di due linguaggi diversi.

Non si può dire che uno sia superiore all'altro, ma solo che è diverso dall'altro. Se usati in modo razionale, però, possono portare a risultati reali.

Ad esempio: attraverso il colloquio terapeutico può evidenziare alcune caratteristiche psichiche di una persona.

In base al suo tipo di intelligenza (non tutte le intelligenze infatti hanno uguali caratteristiche) si può costruire un'ipotesi di quante

cosa posso chiedere - a livello educativo - a quella persona, e ancora, quanto tempo occorrerà per sbloccare la situazione, e fino a che profondità potrà arrivare il suo cambiamento.

Sempre attraverso il colloquio terapeutico, si possono formulare ipotesi sul carattere e sulla personalità, e suggerire all'educatore su quali aspetti insistere di più, a quali scelte dare la precedenza, quali sono invece i limiti che si ritengono (nel campo delle ipotesi "scientifiche") insuperabili per quella persona.

Inoltre, attraverso la storia personale di ognuno, si possono fare ipotesi su cosa sia mancato nel proprio cammino, suggerendo così all'educatore quali sono i valori, cioè i contenuti educativi, di cui quel soggetto è più carente e quali sono invece quelli presenti, e che sono facilmente recuperabili con poco sforzo.

In questo modo l'educatore saprà concentrarsi con più facilità, avendo una "mappa" più precisa e aggiornata del "territorio" su cui si dovrà addentrare.

L'integrazione tra questi due diversi modi di intendere il nostro lavoro fa parte proprio delle fondamentali teoriche alla base di questo testo:

è il concetto di *rete*, cioè il tenere conto e servirsi di *strumenti diversi per dare delle risposte globali, complete e complesse a problemi complessi*.

Non si tratta però di accostare e mettere insieme, senza criteri le più disparate osservazioni:

linguaggi della biologia, della medicina, della psicologia, della filosofia, della teologia usano alfabeti diversi, e tradurre tutto in una sola lingua, comporta una perdita di autenticità e di originalità di tutti i linguaggi originali.

Probabilmente le capacità comunicative dell'uomo sono ancora troppo povere, e non è stato ancora inventato un vocabolario comune.

È bene quindi usare queste "lingue" una per volta, senza confusioni. Il contributo delle diverse esperienze, culture, abitudini, ideologie dei membri della comunità può costituire un bagaglio di incredibile ricchezza se sappiamo "decodificarlo" e coordinare, situazione per situazione, gli strumenti più efficaci da usare.

## SPUNTI PER UNA DISCUSSIONE E VERIFICA

*Cosa deve saper fare un operatore?*

*E tu, personalmente cosa ti aspetti da lui?*

*È possibile essere "grandi amici" dell'operatore, o è bene che ci sia un po' di distanza?*

*Perché l'operatore non è solo un terapeuta ma anche un educatore?*

*Che differenza c'è?*

*Perché gli ospiti della comunità, anche se hanno quasi finito il loro programma, non possono fare gli operatori?*

*Perché occuparsi di prevenzione, politica eccetera può aiutare un operatore a fare meglio il suo lavoro in comunità?*

*Che vantaggi ne possono avere gli ospiti?*

## CAPITOLO SETTE

---

# L'ASSUNZIONE DI RESPONSABILITÀ

## VIVERE IL TEMPO

---

Il tempo è necessità: non lo possiamo fermare. È lui a scandire la nostra vita. Siamo radicati in uno spazio e in un tempo che non abbiamo scelto noi.

Ma noi possiamo diventare signori del tempo, non tanto piegandolo alle nostre esigenze, quanto riempiendolo di significati e di senso.

Prima di lasciarlo vivere: qualcosa altro decideva il nostro tempo: ci "sbattevamo", ma era necessità senza senso: adesso siamo liberi di decidere.

Quando la giornata è priva di obiettivi e di interessi che diano senso e scopo, il tempo quotidiano trascorre senza differenze.

Più penosa è la domenica perché è un "tempo sociale" che richiede inventiva e capacità di rapporti.

Un tempo vuoto di significato è un tempo angoscioso, quasi una sequenza di istanti senza significati.

Se lo scorrere quotidiano del tempo è slegato da un progetto, non ci permette di diventare soggetti del tempo: tutto ci sembrerà caotico e non potremo rintracciare un ordine che colleghi insieme le varie esperienze. Ognuno finirà per sentirsi precario ed insoddisfatto.

Il tempo vuoto è il luogo della *passività*: mangiare, svegliarsi, andare a dormire... sono decisioni prese senza criterio: si mangia quando si sente appetito, si va dormire quando il sonno diventa un bisogno impellente. Quello che importa è l'obbedienza al proprio desiderio.

Nel tempo vuoto, ogni comportamento diventa imprevedibile. Quando dentro di noi c'è ancora incertezza e inquietudine, il tempo perde il suo valore, non è più una risorsa preziosa: del tempo non si sa cosa farne.

C'è invece un tempo pieno: luogo dell'impegno e dello sforzo ma soprattutto delle speranze: occasione per operare, per esprimere se stessi. Ti senti di cercare nuove esperienze: sei quello che decidi di essere.

Il tempo diventa il luogo della ricerca di senso: cogli le possibilità del quotidiano, trasformi l'incertezza in scelta di libertà. Non c'è più vuoto: qualunque cosa avvenga è frutto di una decisione personale.

E anche il luogo dove ogni persona si rigenera e così si rigenera la comunità.

Per riempire il tempo non è importante avere certezze per il futuro, (se avrò un lavoro, una casa, se troverò la ragazza...), importa solo essere aperti e disponibili e cogliere le occasioni del presente.

C'è qui un segno dell'epoca in cui viviamo: oggi, in un mondo così complesso e che evolve così velocemente, non sempre è possibile individuare una linea precisa che legni passato, presente e futuro. Il futuro perde certezze e garanzie ma si apre come possibilità, come costruzione. È una grande possibilità per i più giovani, un sfida, un'opportunità per trovare nuovi criteri, soprattutto qualitativi, di vivere il tempo.

C'è un tempo *personale*: dietro la ripetitività della giornata ho la possibilità di rinnovarmi, di rintracciare il filo che lega le esperienze del presente al passato e di guardare il futuro con la speranza che potrò realizzarmi.

C'è un tempo *comunitario*: orari, ritmi, regole... sentirsi partecipi di un tempo comune.

I momenti più importanti della vita comunitaria hanno una dimensione e un tempo collettivi, sottrarsi a questo tempo è sottrarsi alla comunità.

Nella comunità cerchi di armonizzare il tuo tempo con il tempo degli altri: hai il tuo ritmo, i tuoi "tempi".

La *puntualità* è un modo per rispettare gli altri e per mettere in comune la tua originalità.

Sei stato abituato ad abusare del tempo e a sprecarlo, adesso devi imparare a viverlo in pienezza, facendo della tua giornata un simbolo reale, una metafora, di tutta la vita.

## IL MATTINO

Ogni mattina ti devi svegliare, devi riprendere la giornata. È una necessità. Sveglia vuol dire luce: aprire gli occhi, aprire la finestra, riprendere coscienza. Saltare in piedi è come dire: "Sono pronto: mi affaccio al mondo e ne accetto gli appelli. Ora posso viverlo con un senso".

## IL LAVORO

Inizia fin dal primo mattino: per mettere ordine attorno a te e rendere bella la tua casa. Poi ti accompagnerà tutto il giorno con la soddisfazione dei risultati e la pesantezza della fatica.

## IL PASTO

Sedersi a tavola e spezzare il pane non è solo soddisfazione di un bisogno e di una necessità. Ci sono altri valori: mentre la mensa nutre il corpo, si condivide e si celebra la fatica del lavoro, si rivivono gli avvenimenti della giornata, le persone incontrate, i fatti ridicoli o pesanti successi ad ognuno. Quando nei commensali non c'è concordia il pasto è un'esperienza che opprime, quando c'è armonia è un vero nutrimento: conoscenza, gioia, sostegno.

Noi ci esercitiamo a conservare il nostro senso di meraviglia davanti al pane condiviso, recitando una preghiera prima di prendere il cibo.

## LA SERA

È il momento della riconsegna: "Ecco, ho svolto il mio compito".

Non siamo i "padroni" del nostro lavoro, non siamo gli architetti della costruzione del mondo. Operiamo in un progetto che non ci appartiene totalmente, secondo un disegno di cui non conosciamo i termini estremi. Il riposo è la rinuncia alla volontà di onnipotenza. (altra faccia della presunzione). Essere responsabili non significa sentirsi signori ma servitori. Siamo vissuti a lungo pensandoci onnipotenti e finendo da disperati alla ricerca di infiniti divertimenti ma senza alcuna gioia...

Sono intensi quei brevi attimi di silenzio, insieme, prima di andare a dormire. Il silenzio ci può anche far paura: scoprirsi vuoti, sentirsi incapaci di discernimento e di discrezione, non avere il senso di misura delle cose...

Anche il riposo è un atto di responsabilità: è lasciar perdere il troppo che sovente ci sfugge: protagonismo, ansia, fretta, paura, gelosie, invidie, grettezze...

Anche le sconfitte, i fallimenti: il tempo cancella e dimentica.

## DOMENICA E FESTA

Dovrebbero essere i momenti più pieni!

È la celebrazione di ciò che dà senso e fecondità al tempo. Del tempo la festa è la parte più nobile. Ci indica e prefigura un orizzonte che va al di là del lavoro, della fatica... del tempo stesso.

## IL CANTO

Sorgono in noi tanti sentimenti, collegati dal nostro rapporto con il tempo: speranza, allegria, noia, angoscia: nel canto si possono rivivere e celebrare tutti gli aspetti della vita.

Cantare la vita non è pretendere che la vita sia una danza: è dare un volto a ciò che essa vorrebbe diventare, alla sua aspirazione più segreta e ancora inadempita.

Oggi è raro sentire cantare nelle nostre città: per cantare bisogna appartenere ad altra civiltà: quella della fraternità con gli uomini e con le cose, quella dell'attenzione e del silenzio.

A volte, anche il silenzio è come un canto: non il silenzio solo esteriore che potrebbe anche voler dire isolamento, reciproco rifiuto, rottura con le cose. Invece il silenzio del cuore, della calma, della bellezza, dell'armonia.

## LA CELEBRAZIONE

La sostanza della vita è oltre noi, è fede ed amore.

Il suo luogo è la durezza e la fecondità del quotidiano, la necessità delle cose che non si possono cambiare e l'impegno per cambiare quelle che dipendono da noi.

La sua bellezza sono le persone che amiamo.

Sovente, con i nostri pensieri, tentiamo di "dominare" la realtà ma questa, inesorabilmente, ci sfugge e non abbiamo più parole.

Solo attraverso il *simbolo*, ci immergiamo nel mondo e lo viviamo realmente.

La celebrazione è simbolo di tutto ciò che siamo. Nella lode del mattino, nell'invocazione della sera, nella riconoscenza prima dei pasti, nell'eucaristia della domenica, c'è un segno che fa vivere la vita.

## I TEMPI DELLA COMUNITÀ

Anche la permanenza in comunità è strutturata in tempi, in fasi, che rappresentano gli obiettivi da perseguire e conquistare.

Più passa il tempo, più pesanti si fanno le responsabilità da assumere.

Ogni fase deve essere percorsa in tempi ragionevoli.

Potrà capitare che certi problemi siano difficili da affrontare e da risolvere, il cambiamento avverrà più lentamente: in questi casi la comunità sarà molto tollerante.

Non potrà però permettere a nessuno di fermarsi a metà strada: ciò vorrebbe dire trascinare indietro tutti.

Se la comunità non intervenisse a sbloccare queste situazioni, verrebbe meno al suo compito, apparirebbe solo compassionevole, assistenzialistica, impotente.

La comunità deve avere anche il coraggio di accettare il fallimento o di chiudere il rapporto con un ospite, se questo rapporto non dà dei risultati.

## L'azione

La comunità chiede senza sosta ai suoi membri di essere attivi, di intraprendere la vita come lotta e come *azione*.

Si progettano iniziative, si incontra la gente, si trovano sbocchi al lavoro, si inventa, si crea, si cambia... Si progetta la vita... feste, manifestazioni, dibattiti, mostre, presenze nelle scuole, nei quartieri, nei paesi... Corsi professionali, nuove attività, investimenti, successi, fallimenti...

L'azione non ha solo un valore concreto.

Il suo valore è prima di tutto *simbolico*: senza azione non c'è alcuna partecipazione alla vita sociale (nessun nuovo rapporto con la gente, nessuna nuova definizione di sé) e, prima di essere completamente capita, è l'azione stessa che aiuta a capire.

L'azione è un grande strumento educativo, non tanto per quello che produce e compie ma soprattutto per il processo *formativo e simbolico* che suscita ed avvia.

## L'azione è "stare-con-gli altri".

Il primo valore dell'azione consiste nel mettere in relazione tra di loro le persone in quanto persone, senza la mediazione esclusiva delle cose e dei consumi.

È possibile organizzate un'azione (avviare un'iniziativa, organizzare una festa...) solo facendo convergere l'impegno di tanti.

Nell'azione si esprime una condizione umana fondamentale: la persona è se stessa quando "sta-con-gli-altri" uguale e, nello stesso tempo, diversa.

"Con la parola e l'agire ci inseriamo nel mondo umano e questo inserimento è come una seconda nascita" (H. Arendt).

Proprio perché intervengono e collaborano numerose persone, con le loro caratteristiche e le loro diversità, l'azione è "*anonima*" (viene superato il narcisismo ed il protagonismo del singolo); è *imprevedibile* (anche a chi agisce sfugge il significato compiuto di quanto realizzato, solo alla fine dell'azione se ne coglie il senso. Viene superata l'ansia del risultato); è *irreversibile* (innesca un cambiamento che non può più essere revocato. Viene superato il tormento dell'insuccesso).

## L'azione rivela e comunica se stessi

Anche nell'anonimato (quindi senza arroganza e presunzione), l'azione rivela l'identità e l'originalità dei singoli "attori" perché li espone allo sguardo e alla presenza degli altri.

Per rimuovere le etichette ed il marchio con cui spesso ci sentiamo segnati e che forse abbiamo introiettato in noi, dobbiamo essere capaci di innovazione, dobbiamo spezzare il circolo vizioso, dobbiamo ritornare attivi.

L'azione permette di dire e di raccontare e il racconto ridisegna identità e rinvia a proseguire.

## L'azione ci fa uscire in pubblico

L'azione ci costringe sempre a misurarci con la realtà, con i problemi. Quindi ci immerge nella diversità delle idee, dei punti di vista, a volte anche delle tensioni e delle polemiche: fa discutere, cerca di persuadere, costringe a parlare.

L'azione quindi non si riduce a fare delle cose, a produrre dei cambiamenti esteriori, ma induce ad elaborare con gli altri delle soluzioni su cose comuni. È un modo nuovo di vivere la piazza, la strada... di frequentare i luoghi di incontro, di "spendere" le nostre parole.

La parola è il "modo specificatamente umano di rispondere, ribattere e reagire a tutto ciò che accade o si fa"

"Una vita senza discorso e senza azione (...) è letteralmente morta per il mondo; ha cessato di essere una vita umana perché non è più vissuta tra gli uomini!" (H. Arendt)

## L'azione è espressione di libertà

Il valore più alto dell'azione, che riassume i precedenti, consiste nella comunicazione e nella partecipazione che crea.

Nei suoi diversi livelli, l'agire diventa "azione di cittadini", tende cioè a divenire *azione politica*.

Si crea così uno spazio umano di scambio e di confronto tra persone il cui risultato, anche se non è subito documentabile, tuttavia innesca un processo, segna un cambiamento.

## INSIEME CON GLI ALTRI

---

Sia fisicamente che spiritualmente noi non troviamo l'energia per vivere dentro di noi, ma ci nutriamo di cose che vengono fuori di noi: abbiamo bisogno di pane e di alimenti per crescere, dell'amore degli altri per sentirci accettati, di senso per trovare gusto alla vita.

Senza gli altri noi non saremmo: non avremmo avuto la vita e non potremmo ora mantenerla.

Non riusciamo a pensarci senza gli altri: Qualcuno ha proposto di tradurre così il comandamento evangelico: "Ama il prossimo tuo, perché è te stesso".

Siamo nel "mondo": con questo termine ci riferiamo a tutta la ricchezza di cose, di avvenimenti, di situazioni, di persone di cui è fatta l'esistenza.

Dobbiamo ora accettare di lasciarci "nutrire" dagli altri con i quali viviamo: ci sono indispensabili, anche se non li abbiamo scelti e non ci sono necessariamente "simpatici".

La prima esperienza che un bambino fa è quella del calore materno: la prima esigenza dell' uomo è il *calore vitale*, il bisogno di sentirsi amati e di amare, di essere qualcosa per qualcuno.

La forza per vivere non viene da noi, la riceviamo.

Come la pianta riceve la spinta vitale dalla luce del sole e dall'humus della terra...

L'uomo non può nascere, crescere, vivere se non nel calore umano, nell'affetto, nell'amicizia.

*L'amore è il nutrimento di ogni uomo ed è il mistero più profondo della vita.*

Nasce da un'apertura all'Altro che viene dal più profondo della nostra libertà, della nostra volontà.

Quando non è riconosciuto e convalidato nell'amore, l'uomo si sente come uno senza terra.

È nessuno.

Ciò che fa grande un uomo non sono i suoi soldi, il suo fascino o il suo potere.

Non è neanche la sua intelligenza.

È il suo cuore: la sua capacità di amare.

Amare è poter dire: "Per me è un bene che tu esista", "Sono contento che tu ci sia", "Ti amo così come sei, non per quello che mi piace o mi serve. Senza condizioni".

L'amore produce unità ma non con la forza. Anzi, nel segno della debolezza: è rinuncia a possedere, a volere in vista di sé. L'amore chiede di superare la simpatia, l'interesse, l'egoismo. L'amore segna un'apertura, apre una breccia: esco dal chiuso del mio mondo, per mettermi nei "panni dell'Altro". Immagino i suoi sentimenti, vivo la sua realtà, non impongo più la mia.

Nell'amore nasce quindi una nuova esperienza vitale: l'esperienza del dono, di ciò che è gratuito, della *grazia*.

Nell'amore tocchiamo le profondità più originarie del vivere umano.

Affidandoci all'amore dell'Altro, siamo liberati dall'angoscia e dalla paura, non abbiamo più bisogno di cercare il nostro tornaconto e il nostro piacere perché è l'altro a pensarci.

Nell'amore ci sentiamo riconfermati: non dobbiamo più nasconderci sotto le nostre maschere, ci possiamo accettare perché ci sentiamo accettati.

Per questo chi è capace di gesti di amore, liberi e disinteressati, sperimenta anche nelle cose più piccole, una gioia intima, una luce intensa che rivela finalmente il senso autentico della vita, il suo centro più luminoso.

La vita di comunità, quando è accettata come un dono, insieme alla fatica e alle rinunce, offre momenti di gioia intensissimi, che guariscono le ferite, che ricompongono la nostra identità e rafforzano la nostra fragilità, che ci fanno sperimentare, come per la prima volta, le parti più profonde e nascoste di noi stessi, suscitando energie e risorse imprevisite.

Ma nell'amore sperimentiamo anche i nostri limiti: non ne siamo sempre all'altezza. Non ne siamo capaci.

Facciamo spesso l'esperienza, (per noi e per gli altri), della delusione.

Sovente i nostri amori sono di breve durata e si scoraggiano presto.

Invece maturità dell'amore è la fedeltà che comporta di riconoscere ed accettare i limiti, portare la delusione e, ciò nonostante, continuare e ricominciare ogni giorno.

Nella comunità tutte queste dimensioni possono essere vissute in profondità, nella vita di ogni giorno, soprattutto attraverso la pratica dell'autoaiuto e quindi nei momenti quotidiani di verifica.

Se non è vissuta in questa prospettiva la verifica è inutile e dannosa: diventa il luogo della vendetta, della ripicca.

Si rimane chiusi in se stessi, si resta nel banale e nel superficiale.

Nessuna regola potrà mai garantire questo momento di condivisione di sé stessi, soltanto una disposizione interiore alla sincerità, all'apertura, all'amore.

Chi ama vede chiaro nella propria vita: ammette il proprio egoismo, la sua volontà di potere. Sa vedere le sue debolezze e le contraddizioni.

In una parola, sa ammettere il male.

Chi ama, parla di sé prima che degli altri, sa accettare ogni osservazione, cerca la verità, è pieno di attenzione per l'Altro.

L'autoaiuto, esercitato tutto il giorno e specialmente nell'intimità e serietà della verifica, è anche un'esperienza di intensa gioia umana. Liberandomi da me stesso e andando verso l'Altro, mettendomi al servizio del bene di chi vive con me, pongo le condizioni per una vita libera e più gioiosa.

Sperimentiamo la gioia aprendoci, consegnandoci.

Aggrappati solo a noi stessi, veniamo schiacciati dal peso della fatica, dell'insuccesso.

## EDUCARSI ALLA LEGALITÀ: IL NECESSARIO RIFERIMENTO ALLE ISTITUZIONI

---

Il nostro mondo è in continua evoluzione e sono soprattutto i giovani ad esprimere una sensibilità particolare per il nuovo che sta sorgendo.

Ma il nostro tempo è anche tempo di crisi, di cadute di certezze, tempo in cui emergono forze di conflittualità e di declino.

I giovani sono i più esposti alle conseguenze delle grandi trasformazioni.

Il clima creato dal crollo della protezione e delle speranze riposte nelle istituzioni, il venir meno della solidarietà sociale e del senso della legalità, richiede ad una comunità che cerchi un inserimento reale e responsabile delle persone, nel vivere sociale, un grande sforzo per affrontare alle radici il problema del riferimento alle istituzioni e dell'osservanza delle norme giuridiche che regolano le convivenza.

Ci è capitato infatti, nel nostro passato, di diventare estranei al mondo. Il fenomeno del disagio e della droga è sempre un'esperienza di rottura, di perdite, di separazioni.

Abbiamo rotto i ponti con la realtà.  
Non calcolavamo più le conseguenze delle nostre azioni, per noi e per le persone care.

Abbiamo perso anche il senso della misura: volere troppo e stringere nulla. Con la conseguenza di non sentirci più noi stessi, di percepirci come estranei, incapaci ad amare anche le persone per noi più importanti.

I momenti di crisi sociale sono momenti rischiosi perché *ambivalenti*: possono esaurirsi in pura *distruzione* (pensiamo alle nuove forme di razzismo o di tensione politica, alle varie forme di trasgressività degli ultrà, al fascino della vita pericolata ed esagerata, all'aumento delle varie forme di malattie psichiche, al venir meno delle voglie di vivere fino alla varie forma di ricerca di suicidi, allo stordimento tramite alcool, droghe, musiche...), oppure, la capacità di rinnovamento di questi periodi di cambiamenti epocali, trova spacco in una maggiore assunzione di responsabilità, nella proposta di nuovi valori di vita (pensiamo a tutte le forze attive del mondo giovanile: la voglia di impegnarsi in attività di base, nelle forme di volontariato, nel rinnovamento politico...).

Per uscire dalla condizione in cui siamo caduti ci è chiesto di scegliere se diventare adulti responsabili o se ritornare alle antiche illusioni adolescenziali.

L'adolescente (apparentemente) non cerca i "legami" male contrapposizioni: non riesce ad avere stabilità ed identità precise, ritiene di non avere appartenenze, (salvo poi aderire acriticamente alla varie mode...).

La persona responsabile, invece, sa dare senso e valore al vivere nella società e ne accetta (criticamente) le norme e la loro funzione sociale.

Tutti noi infatti, siamo intimamente segnati dalle nostre appartenenze sociali: il linguaggio che parliamo, le tradizioni in cui siamo cresciuti, la cultura che ci caratterizza...

Anche le norme giuridiche intervengono massicciamente a regolare la nostra vita e vi svolgono funzioni essenziali: mettono in relazione le persone, contengono le nostre parti aggressive, stabiliscono ordine e producono sicurezza.

I riferimenti istituzionali sono fondamentali anche nei processi di costruzione della nostra identità: per essere sicuri di noi stessi dobbiamo continuamente fare riferimento agli altri.

Gli altri sono un *legame* ci sentiamo sorretti e nutriti ma anche limitati e, al contempo, condizionati.

Il confine tra "il dentro" e "il fuori" di noi non è mai netto.

Gli altri costituiscono anche una minaccia, un duro colpo al nostro originario narcisismo.

Per questo le istituzioni sono anche un luogo impersonale ed anonimo ma, nello stesso tempo, ci fanno sentire membri e ci rassicurano.

Allo stesso modo, se è vero che le norme e le istituzioni si impongono a noi, è vero anche che le leggi si possono cambiare e migliorare.

Sono espressioni della società e, nello stesso tempo, la costituiscono e la determinano.

Anzi, il nostro essere cittadini si esprime nel suo significato più impegnativo, nella costruzione e nella modificazione delle regole del vivere sociale, con le quali ognuno è chiamato a decidere, in modo attivo e creativo, le condizioni e gli obiettivi della vita civile.

È vero che, allora, la società e la cultura in cui cresciamo ci forgiavano e ci condizionano ma è altrettanto vero che anche noi, a nostra volta, contribuiamo a creare la società e la possiamo modificare.

L'educazione alla legalità, momento determinante del nostro essere cittadini, deve aiutarci a fare crescere nella doppia consapevolezza dei nostri *condizionamenti* e delle nostre *responsabilità*.

Questo percorso può avvenire mediante il perseguimento di un triplice obiettivo:

## 1. Darsi delle regole

Darsi delle regole è una condizione necessaria per crescere, per trovare un equilibrio e un'armonia tra la realtà esterna con la sue leggi e impulsi interni con le sue esigenze.

Occorre imparare a non essere troppo tolleranti con noi stessi: se attorno a noi nessuno reagisse alle nostre trasgressioni, non saremmo aiutati a fare i conti con i nostri lati più aggressivi e disordinati.

## 2. Stabilire e superare delle prove

È il superamento delle prove che ci permette di prendere coscienza dei risultati raggiunti, di misurarci con la realtà e di avere la certezza di crescere.

*Se attorno a noi nessuno ci chiamasse a dei traguardi o ci indicasse prove*

*da superare e noi non venissimo valutati in base ai risultati raggiunti, inconsciamente ricorremmo ad altre "prove", sovente irrazionali e distruttive (come la ricerca gratuita del pericolo e del rischio, certi comportamenti provocatori, certe espressioni di prepotenza o di forza selvaggia).*

## 3. Accettare la condizione di "dipendenza"

Le regole rappresentano la continua rievocazione della *dipendenza* (ma non più da sostanze esteriori ma dal legame interiore che ci unisce con gli altri!) e del limite e comportano la messa in crisi della nostra "onnipotenza".

Anche questo lavoro paziente su noi stessi è un modo per allargare gli spazi della democrazia, che va sempre appresa, rfondata e difesa da ogni forma di distruttività.

## CONCLUSIONE

---

### POTREMO RITROVARE IL PIACERE DI VIVERE?

Abbiamo fatto l'esperienza di una vita di pessima qualità e del disagio che questa genera. Abbiamo cercato il piacere e ne abbiamo percorsa fino in fondo la strada. Vi abbiamo trovato il nulla.

Ma non possiamo rinunciare al piacere. La sua mancanza ci rende insoddisfatti, insoffidenti. Ne andiamo ancora alla ricerca.

La comunità ci insegna a diffidare anche del suo opposto: una vita dove ci fosse solo il lavoro, la fatica, la produzione, il guadagno, l'avere e lo spendere...

Sarebbe peggio di una droga.

Siamo diventati anche esperti di cosa vuol dire soffrire nel corpo e nell'anima. Adesso sappiamo che la sofferenza fa parte della nostra vita, non possiamo eliminarla: dobbiamo guardarla in faccia.

Stiamo però scoprendo che, benché la vita offra tanti motivi di tristezza e di sofferenza è possibile sperimentare l'autentica gioia di vivere.

Sovente però non vediamo ancora con chiarezza: piacere, godimento rimangono termini ambigui, in fondo tragici. Felicità e gioia concetti troppo grandi ed astratti.

La comunità intende proporci una concezione ed un'esperienza di vita dove il più alto dei beni non sia soltanto vivere ma vivere in pienezza, ritrovando uno scopo, un senso, una prospettiva finale e totale.

E pensa che la felicità non possa essere altra cosa.

È stato giustamente detto che "un uomo, senza una strategia per l'eterno, una rigenerazione del tempo e un significato della morte è strutturalmente infelice" (S. Acquaviva).

Riguardo al piacere, non è difficile ammettere che il godimento, in fondo, è sempre individualista: l'obiettivo è l'io e il suo bisogno.

Lo potremmo considerare un egoismo spontaneo ed innocente che precede le nostre buone intenzioni, i nostri propositi: in fondo la vita è sempre ricerca di nutrimento, di soddisfacimento, di piacere. Non ne possiamo fare a meno.

Non sempre però il piacere è innocente. Sovente non sa accettare il limite: troppo tardi arriviamo a dire basta (e poi... perché basta?).

Il piacere tende all'eccesso, alla dismisura, al superamento dei confini. A volte già la trasgressione diventa un piacere.

La cultura di oggi, inoltre, ripete, fino alla monotonia, che la ricerca del piacere è naturale, che la rinuncia, il sacrificio, la privazione sono cose di altri tempi, quando l'uomo era involuto.

Ora, si dice e si pensa, bisogna lasciare esplodere la naturalezza della vita e dei suoi bisogni: ciò che è spontaneo invece di ciò che è prescritto, l'impulso e la passione invece della ragione, il consumo e lo spreco invece della sobrietà.

La persona sembra valere per i suoi bisogni e per l'intensità dei suoi desideri, per le cose che ha.

La possibilità di accedere al godimento del presente, al gioco, al dispendio, al consumo, all'uso del tempo senza fini né regole, è sempre più diffusa e generale.

È la strumentalizzazione dei livelli più bassi della persona, dove il vuoto viene ricoperto di gesti banali e la domanda sul senso è semplicemente considerata inopportuna e priva senso.

*Noi abbiamo una testimonianza da rendere: la nostra vita può dimostrare che in quel modo di pensare e di vivere, è contenuto un errore drammaticamente grave!*

Ma allora è sbagliato il piacere? E' solo voracità ed ingordigia?

No. Il piacere è la misura dell'amore per la vita (quando si disprezza la vita... non si prova neanche più piacere).

È il richiamo del nostro Io che vuole vivere.

È l'alleanza tra il corpo umano e la terra. È la vita come bisogno: parte essenziale di noi.

Il problema è che tra l'amore alla vita (che possiamo chiamare *piacere*) e la pienezza di vita (che possiamo chiamare *gioia*) c'è una diversità di livello, di qualità.

Siamo chiamati in causa come persone, capaci di scegliere, per avviare a statura umana una disposizione naturale.

Soprattutto, possiamo ammettere, imparando dalla nostra storia, che in noi non ci sono soltanto dei bisogni da soddisfare ma che la vita ha un ordine e la pienezza della vita consiste nel tendere a questo ordine.

Il godimento, se resta solo una tendenza spontanea, mira esclusivamente a soddisfare un bisogno e sappiamo dove porta.

Vivere in pienezza è accedere al senso della vita che ci sorpassa, che è...oltre di noi.

Il piacere non è naturalmente innocente e puro: va reso umano.

Di fatto i nostri desideri sono incolmabili.

*Diventare adulto significa imparare ad accettare il limite che la realtà impone: è sapere dire dei sì e dei no in base ad un criterio, ad un senso.*

Darsi regole rigide di vita, allenarsi alla rinuncia, accettare il sacrificio (come adesso devi fare ogni giorno)... tutto questo è necessario e se ne vedono i vantaggi.

Ma non è tutto qui!

Le regole non danno la felicità, non sono neanche il senso della comunità.

Sono solo pratiche e strumenti.

La vita non è solo problema, lotta dura contro il limite e il bisogno.

È soprattutto *mistero e grazia*.

Non c'è situazione, non c'è fallimento, non c'è disperazione che non contenga anche un richiamo, una "fame" di qualcos'altro, un invito ad andare oltre.

Anche l'esperienza più umiliante (pensiamo alla prostituzione) non cancella la nobiltà del nostro tendere verso l'alto.

Il sacrificio, (come proposto nelle pagine precedenti), non è solo un utile esercizio per imparare a prendere decisioni ma acquista un valore spirituale: accettare la fatica e la povertà del presente per liberare prospettive di vita futura, in dignità e pienezza; accettare il limite, perfino le sconfitte ed il male, come momento di crescita e come luogo d'incontro con l'infinito.

La comunità scommette se stessa sulla possibilità, per tutti, di riscoprire il piacere di vivere e di vivere in pienezza.

Con lo stile di vita che propone, con l'aiuto che tende a chi lo accetta, la comunità cerca di disporre le persone ad accogliere il mistero della vita ed

attrezzarli per affrontare la fatica della necessità.

*Riscoprire il piacere non è prendere dalla vita solo il bello buttandone il cascame, ma è ricerca di quella bellezza che non esiste senza disciplina, di quell'armonia che vive di difficili equilibri tra cose opposte ma inseparabili.*

L'uomo non può essere descritto che come insieme di antinomie e di ambivalenze: le nostre regole di vita propongono il difficile esercizio di questo accordo, chiamandolo *armonia*.

Ci sono delle condizioni perché il piacere si trasformi in pienezza di felicità e non si chiuda in uno sterile egocentrismo.

Sintetizzando quanto espresso in queste pagine, emergono due indicazioni:

– *occorre aprirsi all'Altro*: ciò che sottrae l'amore alla vita alla pura ricerca del piacere è credere che la vita vada vissuta insieme.  
"C'è più gioia nel dare che nel ricevere".

– *occorre andare oltre di sé*, tendere alla ricerca di un senso, orientarsi verso la realizzazione dei valori, perché il piacere procurato e partecipato non sia un egoismo allargato.  
Nulla più triste di una vita senza senso.

Come abbiamo visto più volte e come sperimentiamo ogni giorno, il *donno* è l'esperienza che sintetizza e concretizza questa disposizione interiore.

Il dono è sempre apertura all'altro e, in quanto è gratuito e disinteressato, sa riconoscere che c'è qualcosa che vale al di là dell'utile.

Il dono apre alla reciprocità: l'amicizia, il voler bene, la generosità.

Questi sono anche i criteri con cui verificare ogni giorno la tua crescita.

Quando ti sarai esercitato a lungo in questo duplice e faticoso lavoro, al punto da sentirlo come un'esigenza ormai naturale (= *virtù*) potrai affrontare con sicurezza la realtà attorno a te.

Avrai imparato l'essenziale.

## INDICE

---

### REGOLE DI VITA

Perché la comunità?	pag.	3
Perché regole di vita?	pag.	4

### CAPITOLO I

---

#### NOI E GLI ALTRI

Attenzione e rispetto	pag.	7
I rischi	pag.	10
Applicazione	pag.	14

### CAPITOLO II

---

#### NOI E LE COSE

La bellezza	pag.	19
I rischi	pag.	21
Applicazione	pag.	26

### CAPITOLO III

---

#### CON TE STESSO

L'autenticità	pag.	31
I rischi	pag.	33
Applicazione	pag.	39

### CAPITOLO IV

---

#### AL DI SOPRA DI NOI

Dio	pag.	43
-----	------	----

### CAPITOLO V

---

#### LA VITA NELL'ORDINE

pag.	51
------	----

CAPITOLO VI

---

GLI STRUMENTI

L'auto aiuto pag. 77

CAPITOLO VII

---

L'ASSUNZIONE DI RESPONSABILITA'

Vivere il tempo pag. 85  
Insieme con gli altri pag. 92  
Educarsi alla legalità:  
Il necessario riferimento alle istituzioni pag. 94

CONCLUSIONE

---

POTREMO RITROVARE IL PIACERE DI VIVERE? pag. 99