

Padre Ángel Peña

La gioia del perdono

Traduzione di
Rita Maria Scolari

Edizioni Villadiseriane

Nihil obstat

P. Ignacio Teinares
Vicario Provincial del Perú
Agustino Recoleta

Imprimatur
Mons. Carmelo Martínez
Obispo de Cajamarca (Perù)

Ángel Peña O. A.R.
LIMA - Perú
2007

© Edizioni Villadiseriane
via Locatelli 1, 24020 Villa di Serio (BG)
tel. 035/656764 - tel. + fax 035/667122
www.villadiseriane.it - info@villadiseriane.it
finito di stampare nel mese di ottobre 2007
presso Tecnoprint - Romano di Lombardia (BG)
Distribuzione Mesacat - Milano

INTRODUZIONE

Vogliamo trattare in questo libro il tema della guarigione dall'odio attraverso il perdono. Certamente si tratta di un argomento molto vasto che non potremo svolgere in tutta la sua ampiezza; ma quanto meno cercheremo di dire qualcosa sul perdono verso coloro che ci hanno fatto del male. L'odio è un veleno che non ci lascia tranquilli, perciò è tanto importante perdonare, per vivere in pace. Perdonare vuol dire amare, vuol dire guarire. Perdonare significa liberarsi dal peso insopportabile dell'odio e del rancore.

È anche importante che riusciamo a perdonare noi stessi per i peccati e gli errori commessi, che ci accettiamo come siamo, poiché è così che Dio ci ama. E se qualcuno crede che Dio sia la causa dei propri mali, dovrà anche, in un certo senso, perdonare Dio e riconciliarsi con lui. Se tu sei oppresso dal risentimento o dal desiderio di vendetta, questo libro è per te. E se conosci qualcuno che sta soffrendo perché non riesce a perdonare, donagli questo libro e digli che Dio, come un Padre amorevole, lo sta aspettando per liberarlo e fargli sentire il suo Amore, perché se non perdona si auto-distrugge. Il perdono libera, l'amore guarisce. Ma l'odio fa ammalare e distrugge. Per questo, concediti la gioia del perdono o di far sì che qualcuno possa perdonare e amare invece di odiare.

Dove non c'è amore, seminate amore

e raccoglierete amore.

(S. Giovanni della Croce)

PRIMA PARTE

IL PERDONO

In questa prima parte tratteremo i diversi aspetti del perdono. Perdonare Dio, noi stessi e gli altri. Vedremo anche l'importanza del superamento dell'autocommiserazione o del basso livello di autostima per poter amare noi stessi e così riuscire ad amare anche gli altri; poiché chi non ama se stesso difficilmente amerà davvero gli altri.

Proporremo molti esempi reali per comprendere più facilmente la necessità di perdonare e ci renderemo conto che il perdono ci porta la pace, la salute e la gioia. La felicità che Dio ci dona quando perdoniamo non ha prezzo, mentre la tristezza prodotta dall'odio e dal rancore ci amareggia profondamente e ci spegne la voglia di vivere.

L'odio distrugge

L'amore guarisce e rallegra la vita, mentre il rancore e l'odio ci amareggiano e ci rovinano l'esistenza. Quante sofferenze ci sono nel mondo per mancanza di perdono! Perdonare non è un articolo di lusso per casi speciali, ma una necessità per vivere in pace con noi stessi e con gli altri. Inoltre risulta più comodo perdonare piuttosto che dover sopportare certe malattie causate dal risentimento.

Studi recenti hanno dimostrato, ad esempio, che un elevato numero di divorziati, soprattutto donne, continua a serbare rancore verso l'ex-coniuge, anche a distanza di diversi anni dalla separazione. E lo stress causato da questo tipo di sentimento arriva in molti casi a colpire il sistema immunitario a tal punto da originare malattie come l'artrite, il diabete, l'arteriosclerosi, disturbi cardiovascolari, ecc. ... Non voler perdonare vuol dire

rimanere ancorati al passato, impedendo alla vita di seguire il suo corso normale. E ci si logora fisicamente e psicologicamente sprecando grandi energie nell'odio e nella tensione che questo produce.

È senz'altro vero che il rancore e il desiderio di vendetta ci uccidono a poco a poco facendoci sprofondatare nella depressione.

Un racconto narra che una volta c'erano due padroni di negozio in costante concorrenza tra loro. La rivalità era ormai talmente cresciuta che le rispettive famiglie non si parlavano più e si odiavano a morte. Un bel giorno il Signore si stancò di tutta quella inimicizia e mandò un angelo a porvi rimedio. L'angelo si avvicinò a uno dei due negozianti e gli spiegò che quella situazione rattristava Dio. E gli disse: Il Signore è disposto a darti qualsiasi cosa tu gli chieda: ricchezza, prestigio, potere, salute, successo... Devi solo chiedere e Dio ti esaudirà all'istante.

L'uomo, al colmo della felicità, iniziò ad immaginare tutto quello che avrebbe potuto chiedere. Stava proprio per chiedere qualcosa di molto importante per sé quando l'angelo gli disse: C'è una condizione... Tutto quello che gli chiederai lo darà anche al tuo vicino, ma in misura doppia rispetto ai tuoi doni. Allora l'uomo andò su tutte le furie e ribatté veloce: Voglio diventare cieco di un occhio perché il mio avversario lo sia di tutti e due.

Questo naturalmente non piacque a Dio. E l'uomo restò privo di numerose grazie che avrebbero reso molto felice lui e la sua famiglia.

Immaginiamo un altro caso. Un giorno un marito, grande lavoratore e poco comunicativo, arriva presto a casa e trova sua moglie tra le braccia di un altro. La consorte si getta ai suoi piedi chiedendogli perdono. Lui sbianca in volto per l'indignazione, senza riuscire a parlare, ma si rende conto ben presto che quel silenzio sottopone sua moglie ad una grande tortura. Il fatto arriva alle orecchie della gente del quartiere, che s'aspetta che il marito lasci la donna infedele. Invece egli gode della vergogna che prova sua moglie davanti alle persone. In casa, anziché maltrattarla fisicamente o con insulti, la riempie di disprezzo con le sue occhiate e il suo mutismo. Ma non è felice, si sente amareggiato e umiliato per tutto quello che è successo. Perciò è come se con la sua sottile vendetta volesse gridare: Come ha potuto ingannarmi così! Io che sono sempre stato un marito fedele e lavoratore! E mi ha tradito col mio migliore amico. Non merita neanche il perdono di Dio. La farò soffrire finché campo.

Possiamo ben immaginare questa casa come un inferno in cui i figli soffrono e subiscono le tensioni familiari e, come conseguenza, sorgeranno anche problemi di salute in ognuno di loro. La soluzione? Cercare aiuto per riuscire a perdonare, perché altrimenti, anche in caso di separazione, il risentimento può durare tutta la vita e far soffrire tutti i familiari. In questi casi possono essere di grande aiuto i consigli di persone mature o di un sacerdote, e soprattutto la preghiera rivolta a Dio affinché Egli doni la capacità del perdono reciproco.

Infatti anche il marito è colpevole di aver dato troppa importanza al lavoro, di aver trascurato la moglie trattandola con eccessiva severità e freddezza, anziché darle affetto e tenerezza. Le deve chiedere scusa per la sua indifferenza e darle l'opportunità di cambiare. Ovviamente anche la donna deve chiedere scusa...

E così, con la grazia di Dio, tutto può sistemarsi e può iniziare una nuova tappa del cammino della vita in cui, superata la crisi, l'amore rinasce e riempie di gioia l'intera famiglia.

Questo ho visto in casi concreti nella mia vita sacerdotale. Tutto è possibile per chi sa pregare e perdonare. Perciò non ci stancheremo mai di ripetere:

L'odio distrugge, il perdono costruisce.

L'odio fa ammalare, l'amore guarisce.

Ora vi racconto una storia vera, che ho conosciuto direttamente. Una ragazza terrorista venne un giorno alla mia parrocchia di Arequipa dicendomi che voleva confessarsi perché aveva ucciso diverse persone insieme ai suoi compagni comunisti, durante alcune incursioni armate in casolari sulle montagne.

Fin da piccola aveva nutrito molto risentimento verso i suoi genitori alcolizzati, che l'avevano trascurata a tal punto da essere stata violentata da diversi uomini. Era talmente forte l'odio che provava, che l'ira e il desiderio di vendetta li sentiva come un fuoco dentro di sé.

Perciò non aveva trovato un modo migliore per rivalersi se non quello di entrare a far parte di un gruppo terrorista della zona, il che le permetteva di sfogare la sua immensa rabbia contro tutto e contro tutti. I guerriglieri la usavano come cuoca e negli attacchi armati, durante i quali anche lei uccideva senza pietà. Trascorse così alcuni anni, finché incominciò a stancarsi di quell'inferno, soprattutto perché doveva essere la donna di qualsiasi compagno, la cuoca e la serva di tutti.

Finalmente un giorno scappò lontano da quei luoghi, in un posto dove i terroristi non riuscirono a trovarla. E poi se ne andò ad Arequipa a lavorare, portandosi però dentro l'odio, che non le permetteva di dormire o riposare. Grazie a Dio, ebbe l'occasione di lavorare in una famiglia profondamente cattolica che la portò gradatamente alla confessione di tutto il male che aveva commesso e al perdono degli altri, nonché di se stessa. Per lei fu come nascere di nuovo, poiché ritrovò la gioia di vivere.

Dio l'aveva liberata dalla catena dell'odio che la teneva come schiava e non la lasciava in pace.

Amare è perdonare e perdonare è amare.
Perdonare è guarire e odiare è ammalarsi.
Ama e perdona per essere felice.

Perdonare è
prendere una decisione

Spesso si pensa che si debba provare qualche sensazione positiva per riuscire a perdonare di cuore. Ma per perdonare veramente questo non è necessario, basta avere la volontà di farlo, nonostante vi siano ancora dei sentimenti negativi nel cuore e si avverta un senso di rifiuto verso chi ci ha fatto del male. Perdonare è una decisione della volontà. E questa decisione la possiamo e la dobbiamo prendere per evitare che l'odio e il rancore distruggano la nostra vita.

Naturalmente alcune volte è molto difficile perdonare chi ha fatto tanto male a noi o ai nostri cari. Pensiamo a chi ha ucciso o violentato un familiare o la persona amata. Certo, umanamente sembra un atto impossibile. Per questo lo stesso Gesù ci avvertì che senza di me non potete far nulla (Gv 15, 5). Tuttavia possiamo affermare in fede, con san Paolo, tutto posso in Colui che mi dà la forza (Fil 4, 13).

Gesù ci dice che dobbiamo perdonare sempre, fino a settanta volte sette (Mt 18, 22). Subito dopo spiega la parabola di quell'uomo che doveva al suo padrone 10.000 talenti, una cifra enorme che egli non era in grado di pagare e che gli venne interamente condonata. Ma proprio lui che era stato perdonato dal suo signore, nell'incontrare un amico che gli doveva la piccola quantità di 100 denari, lo fece incarcerare fino all'estinzione del debito. Allora il padrone, venutolo a sapere, chiamò quel servo e gli disse: Io ti ho condonato tutto il debito, perché mi hai pregato. Non dovevi forse

anche tu aver pietà del tuo compagno, così come io ho avuto pietà di te?

E, sdegnato, il padrone lo diede in mano agli aguzzini, finché non gli avesse restituito tutto il dovuto. E aggiunge Gesù: Così anche il mio Padre celeste farà a ciascuno di voi, se non perdonerete di cuore al vostro fratello (Mt 18, 32-35).

L'odio è un veleno che ci fa imputridire dentro e non ci lascia vivere in pace, portandoci alla violenza e alla disperazione. Ci sono persone che vanno molto in chiesa o hanno la casa piena di immagini religiose, ma sono dure di cuore perché non vogliono perdonare. È come se dicessero: Il Signore lo amo con tutto il cuore, ma chi mi fa del male lo odio con tutto me stesso. E questa è una contraddizione. Non possiamo dire: Amo Gesù ma odio mio fratello. Prego Gesù ma non prego per mio fratello. Perciò sarebbe bene che ogni tanto ci chiedessimo: Quanto amo Gesù? La risposta è: Lo amo tanto quanto il mio peggior nemico, poiché il Signore ha detto: Ogni volta che avete fatto queste cose a uno solo di questi miei fratelli più piccoli, l'avete fatto a me (Mt 25, 40). E dobbiamo ammettere che spesso amiamo Gesù molto poco, perché amiamo molto poco il nostro peggior nemico.

Un buon sistema per liberarci dal rancore è quello di pregare per i nostri nemici chiedendo a Dio che li benedica. È come andare contro l'odio che ci chiama alla vendetta e a desiderare il male; la preghiera ci porta a benedire e a chiedere il bene per i nostri nemici. Sarebbe una contraddizione andare in chiesa a pregare Dio perché castighi i propri nemici, o far celebrare una Messa perché questi paghino per le loro colpe. Il Signore vuole che perdoniamo, non che auguriamo loro del male o che gli chiediamo di castigarli.

Altro mezzo importante è la confessione. Il sacramento della Riconciliazione è una liberazione dai nostri peccati, che a volte sono pesi insopportabili da portare. Ebbene, quando confessiamo il nostro rancore col proposito e la decisione di perdonare, anche se proviamo ancora un senso di rifiuto verso quelle persone, abbiamo già incominciato a toglierci di dosso il fardello della vendetta e del risentimento. La confessione è una vera liberazione, che inoltre ci guarisce psicologicamente, poiché il peso di un peccato grave, non confessato per molto tempo, può creare tensioni interiori e malesseri che danneggiano la nostra salute.

Appare chiaro, certamente, che essere cristiani non è facile. Gesù vuole che perdoniamo, ma al di là di questo ci chiede una cosa molto più difficile: Amate i vostri nemici e pregate per quelli che vi perseguitano (Mt 5, 44).

Amare i propri nemici a volte è veramente eroico. Però è questo l'ideale al quale dobbiamo aspirare.

Se non perdoniamo, ci avveleniamo la vita. Come dice il grande filosofo Max Scheler, il risentimento è un'auto-intossicazione psichica, cioè un auto-avvelenamento interiore che può arrivare a generare patologie fisiche. Per questo e per molti altri motivi dobbiamo deciderci a perdonare e ad abbandonare tutto il resto a Dio e alla giustizia umana. Una volta che abbiamo fatto del nostro meglio, magari anche denunciando il malvagio affinché non continui a fare quel male ad altri, possiamo dormire sonni tranquilli ed avere il cuore in pace. E se ci risulta troppo difficile perdonare, chiediamo aiuto a Dio e a nostra Madre, la Vergine Maria, a tutti gli angeli e ai santi. Preghiamo incessantemente perché il perdono è anche una grazia di Dio che dobbiamo implorare con umiltà. Decidiamo in questo stesso momento di perdonare con l'aiuto di Dio e sperimenteremo la gioia di vivere.

Vediamo alcuni esempi concreti.

* Candice Lee, all'età di 21 anni venne aggredita e strangolata da un criminale. Lei stessa racconta:

Stavo aspettando mio marito sulla porta del locale notturno dove lavorava per portarlo a casa. Era l'una di notte e lui, contrariamente al solito, non era fuori ad aspettarmi. Lo attendevo in macchina. All'improvviso arrivò un uomo, aprì la portiera e mi tirò dentro con la forza; mi trascinò due case più in là e mi strinse il collo fino ad uccidermi. Ero clinicamente morta. Udi un forte rumore, rimasi al buio e attraversai un tunnel oscuro. Tre angeli mi accompagnavano verso l'uscita che aveva una luce molto luminosa. Là vidi mio padre, che era morto quando io avevo 15 anni. C'erano con lui altri membri della mia famiglia, anche se alcuni non li conoscevo. Si trovavano in un luogo immenso dove mi pareva che saremmo rimasti per sempre; non vi erano pareti e tutto era illuminato dalla luce più brillante che si possa immaginare, più splendente di quella del sole. In quel posto c'era un tavolo molto grande con un libro sopra. Un angelo lo consultò e vi trovò la pagina [della mia vita]. Poi gli angeli mi portarono in un altro luogo dove si trovava Gesù. Io mi inginocchiai e i miei accompagnatori si misero ai miei fianchi, in piedi. Gesù si avvicinò e mi disse: "Ritorna, non è ancora la tua ora. Tu devi insegnare". Lui brillava, era pura luce, ma io non riuscivo a vedere il suo corpo. Indossava vesti bianche e il suo volto era luminoso come una luce incandescente. Non c'è niente al mondo di così bello. Era pieno di amore e lo si poteva percepire. Quando Egli mi disse che dovevo tornare, mi ritrovai nel tunnel ed atterrai nel mio corpo. Aprii gli occhi e vidi il mio

assassino sopra di me, che si spaventò e s'infuriò. Esclamò: "Tu eri morta!".

Credo fossero passati più o meno quindici minuti. Lo scongiurai: "Mi lasci vivere". Se ne andò e poco dopo arrivò l'ambulanza e la polizia. Io era priva di forze e con ferite al petto che durarono sei mesi. Ma perdonai di cuore il mio assassino. Ora so che ho una missione nella vita, quella di parlare a tutti del Signore. Ed ogni giorno gli dico: "Signore, fa' di me un canale della tua parola, perché io la porti agli altri". Prego per il mio assassino, chiedo che si converta. Dio lo giudicherà e gli mostrerà un giorno, come ha fatto con me, il libro della sua vita(1).

* Nel 1993 abitavo in Florida, ero infermiera ed avevo 36 anni. Avevo l'abitudine di dar da mangiare di notte a tutti i gatti del vicinato. Una volta, alle 23.30, uscii a portare loro il cibo e quando tornai, trovai un uomo in cucina. Lo conoscevo di vista perché abitava vicino a casa mia e sapevo che non era una brava persona. Era lì per violentarmi ed uccidermi. Aveva un fucile ed un coltello. Io vidi un mio coltello da cucina e lo presi per difendermi, ma non ricordo quasi nient'altro. Egli mi colpì col fucile e mi accoltellò numerose volte, causandomi molte emorragie, mi strangolò premendo le sue dita sulla mia gola ed io morii clinicamente.

1) Rommer Barbara, Blessing in disguise, Ed. Llewellyn publications, 2000, pp. 191-193.

Mi dicono che un vicino udì le mie urla e chiamò la polizia. Il mio aggressore era sordomuto e fuggì soltanto quando vide arrivare gli agenti. Fortunatamente essi mi fecero subito dei massaggi cardiaci e mi fecero tornare in vita. Mi portarono all'ospedale e venni tracheotomizzata. Al momento della morte attraversai un tunnel scuro e giunsi in un posto incredibilmente bello. C'erano molti bei fiori e tutto era meraviglioso. Allora venne un uomo in vesti bianche e luminose, sembrava un angelo, e mi disse: "Siamo contenti di averti qui". Io risposi: "La mia famiglia ha bisogno di me". A quel punto egli aggiunse: "Molto bene, puoi tornare, ma devi raccontare questa esperienza". E da allora non ho mai smesso di parlarne. La mia esperienza dell'aldilà è stata un regalo di Dio, nonostante tutte le sofferenze; rimasi infatti sfigurata e piena di ferite. Tuttavia sono riuscita a perdonare sinceramente il mio aggressore. Ora non giudico più nessuno. Cerco di fare del bene a tutti e di perdonare sempre(2).

* Racconta la dottoressa Elisabeth Kübler-Ross: Una volta conobbi una donna di colore che era addetta alle pulizie

dell'ospedale dove lavoravo. Non era affatto colta, i suoi studi arrivavano al diploma elementare. Ma aveva qualcosa che io non capivo e che la rendeva straordinaria. Ogni volta che entrava nella stanza di un moribondo succedeva qualcosa e io avrei dato un milione di dollari per capire il segreto di quell'infermiere. Un giorno la incontrai in corridoio e le chiesi: "Ma lei cosa fa ai miei pazienti terminali?". A questa domanda la donna rimase sorpresa e mi rispose che non faceva proprio niente, puliva solo la stanza. Però mi aprì il suo cuore e mi raccontò una storia molto drammatica. Lei era cresciuta in un quartiere molto povero. In famiglia pativano la fame e non potevano comprarsi le medicine... Una volta portò suo figlio di tre anni all'ospedale perché era molto malato. Rimase seduta a lungo ad aspettare invano le cure mediche, finché il piccolo le morì in braccio, di polmonite, durante l'attesa.

2) Rommer Barbara, o. c. pp. 188-190.

Parlava senza odio né rabbia. E aggiunse: "Lei capisce, dottoressa, che la morte non mi è estranea. A volte, quando entro nella stanza di un moribondo, non potendo aiutarlo, mi avvicino soltanto, lo tocco con affetto e gli dico che non è una cosa così terribile... e che Dio lo ama"(3).

* Bill Wild dice: Abitavo nel quartiere ebraico di Varsavia, con mia moglie, le nostre due figlie e i nostri tre figliuolini. Quando i tedeschi arrivarono nella nostra via, misero tutti in fila contro il muro e aprirono il fuoco con le mitragliatrici. Li supplicai di farmi morire insieme ai miei cari, ma poiché parlavo tedesco mi destinarono ai lavori forzati... In quel momento dovevo decidere se odiare o no quei soldati. Io ero avvocato e nell'esercizio della mia professione avevo visto troppo spesso gli effetti dell'odio nella mente e nel corpo delle persone. L'odio aveva appena finito di uccidere le sei persone più importanti per me al mondo. Per questo scelsi di passare il resto della mia vita, fosse stata di molti anni o di pochi giorni, amando chiunque avessi incontrato(4).

* Simon Wiesenthal si trovava in un campo di concentramento e un giorno gli si avvicinò un'infermiera per portarlo davanti ad un giovane ufficiale delle SS in condizioni di salute molto gravi. Questi gli disse che aveva un grosso peso sulla coscienza perché i soldati ai suoi ordini avevano bruciato e ucciso 300 ebrei e aggiunse: So che è terribile, ma mentre aspetto la morte sento l'urgenza di parlare di questo ad un ebreo e di chiedergli perdono con tutto il cuore.

Wiesenthal racconta: All'improvviso lo capii e senza dirgli una parola, uscii dalla stanza. Aveva compreso che perdonare significava prendere la decisione di rinunciare all'odio e alla vendetta(5).

3) Kübler-Ross Elisabeth, *The tunnel and the light*, Marlowe, New York, 1999, p.116.

4) Linn Matthew y Dennis, *Sanando la herida más profunda*, ed. Minuto de Dios, Bogotá, p. 113.

5) Wiesenthal Simon, *The sunflower, on the possibilities and limities of forgiveness*, New York, 1998, p. 95.

* Nel suo libro *My first white friend* (la mia prima amica bianca) P. Roybon, una giornalista di colore, descrive come odiava i bianchi per tutto quello che avevano fatto ai neri. Dopo un certo tempo riconobbe che quell'odio stava distruggendo la sua identità e dignità, poiché non voleva accettare l'amicizia che le offriva una compagna di collegio bianca(6).

E decise di perdonare per essere felice.

* Lo scrittore italiano Giovanni Barra narra in una sua storia western che il protagonista Old Tex era stato un bandito ed aveva ucciso un uomo chiamato José Fernández. Un giorno, per evitare di essere arrestato dalla polizia, bussò alla porta di un convento delle religiose della carità e chiese alla portinaia di nascondere da qualche parte là dentro. Al momento la religiosa si spaventò, ma poi sorridente gli disse che quello era un lebbrosario e che i suoi persecutori non avrebbero avuto il coraggio di entrare; ma nel caso lo avessero fatto, egli doveva andare nell'ultima sala, quella dei malati più gravi. E aggiunse che la porta si sarebbe chiusa automaticamente alle sue spalle.

Arrivarono i poliziotti e vennero fatti passare alla ricerca del bandito. Controllarono un po' ovunque, ma non osarono inoltrarsi nella stanza in fondo al corridoio. Là rimase Old Tex nascosto per tre giorni. Un sacerdote missionario gli parlò ed egli si convertì. Prima di lasciare la casa volle salutare la suora che gli aveva aperto la porta. E le disse: Sorella, senza di lei mi avrebbero ammazzato. E oltretutto ho ricevuto un bene immenso per la mia anima.

Lei si commosse e rispose: Signor Tex, se ho potuto fare qualcosa per lei, l'ho fatto semplicemente per amore a Cristo, ma la supplico di una cosa, non alzi più la mano contro il suo prossimo. Forse lei non sa o non può sapere che cos'è il dolore e il lutto in chi ha perso una persona cara. All'improvviso egli si rese conto che

quella suora era la figlia di José Fernández, l'uomo che aveva ucciso e che lei ora lo stava amando e perdonando.

6) Roybon P., My first white friend, New York, 1996, p. 4.

* Cronin, il famoso romanziere inglese, racconta che una volta si trovò a viaggiare in treno vicino ad un ragazzo che dava segni di nervosismo. Mosso dalla curiosità gli chiese:

- Che ti succede?

- Vengo dal carcere. Per nove anni ho vissuto chiuso tra le sbarre lontano dalla famiglia. Ho commesso alcuni atti criminali, e per questo i miei genitori si sono vergognati di me. Sono stato appena messo in libertà e sto tornando da loro. Ho scritto loro una lettera chiedendo scusa. E li ho pregati di appendere al melo che c'è nell'orto di casa, verso la ferrovia, un nastro bianco se mi perdonano. Se dal treno vedrò questo segnale capirò che mi accettano e scenderò in stazione; altrimenti andrò avanti. Ormai mancano soltanto due fermate a quella del mio paese e ho i nervi a fior di pelle.

Poco dopo il ragazzo gli disse:

- Per favore, il prossimo muretto è quello del terreno di mio padre, non ho il coraggio di guardare, può farlo lei per me?

Il giovane chinò la testa e se la strinse tra le mani mentre il treno incominciava a costeggiare la cinta.

Cronin guardava dal finestrino. Fece un balzo. Prese il ragazzo per le braccia e lo scosse.

- Guarda, figliolo, guarda il melo!

Il ragazzo non riusciva a credere ai suoi occhi. Appesi ad ogni ramo dell'albero c'erano non uno ma decine e decine di nastri bianchi. I suoi genitori lo perdonavano e in misura traboccante(7).

7) Abelardo de Armas, Luces en la noche, Madrid, 1982, p. 118.

Perdonare Dio

Ci sono molte persone arrabbiate con Dio, perché credono che le cose negative che accadono loro provengano dalla volontà di Dio. Hanno del Signore un'idea sbagliata, lo vedono come castigatore e quindi, quando non trovano spiegazioni ai loro problemi, pensano che Dio li stia danneggiando. Dicono che è cattivo perché non risponde alle loro preghiere o perché permette che soffrano o muoiano di fame tanti bambini innocenti. Se fanno un incidente senza cause apparenti, se si ammala all'improvviso o se muore un parente, la colpa è di Dio. E così la pensa spesso chi è nato con difetti o malformazioni fisiche. Il responsabile è sempre e solo Lui.

In molti casi la pensiamo così anche noi, forse perché da piccoli abbiamo sentito dai nostri genitori frasi quali: se non mangi tutto Dio ti castiga, se non ti comporti bene vai all'inferno, o cose del genere. In questo modo si assorbe il concetto che il Signore castiga i peccati e, siccome siamo peccatori e cadiamo, ci sembra normale che Lui ci punisca.

Ci sono donne che non si perdonano per aver abortito e pensano che tutte le avversità che incontrano provengano dal Creatore perché se le meritano. Considerano il loro peccato imperdonabile e sono crudeli con se stesse, sviluppando un forte complesso di colpa, che può portarle ad auto-punirsi o a desiderare dei castighi per redimersi.

Ma si sbagliano di grosso. Dio è un Padre amorevole che ci perdona sempre e che è molto felice di farlo se glielo chiediamo umilmente nella confessione. Esse non riescono a capire che il Signore non è vendicativo e che vuole perdonare, non punire. Dio non conosce la vendetta. Ma dobbiamo perdonarlo se crediamo, erroneamente, che Lui è il responsabile delle nostre disgrazie o dei castighi ricevuti. Perdonandolo di cuore ci libereremo dal peso del nostro rancore nei suoi confronti e potremo avvicinarci a lui ed amarlo come veri figli. Vediamo alcuni esempi.

* Una madre perse tragicamente il figlio e Dio guarì il suo cuore dal risentimento che lei gli portava per aver permesso quella disgrazia. Il Signore le diede una visione in cui Gesù e suo figlio camminavano insieme tenendosi per mano. Il ragazzo era completo e perfetto. Gli effetti devastanti delle bruciature erano scomparsi. Vi erano degli alberi molto belli, di un verde meraviglioso e indescrivibile, fiori stupendi ed acqua limpidissima, di un azzurro cristallino, brillante. Dio guarì il cuore di quella donna e tutti gli orribili ricordi di quel tragico incidente. Risanò anche i ricordi dolorosi della sorellina di otto anni che aveva visto il fratello avvolto dalle fiamme(8).

* Il Signore guarì una donna la cui madre era morta di cancro. Poco dopo il lutto, la figlia, senza volere, aveva investito un bambino. Per questo era stata picchiata e quasi violentata.

Quando riuscì a saltar fuori dalla macchina per sfuggire al suo aggressore si fece male alla schiena, che rimase danneggiata.

Pregammo per lei. Dio guarì i suoi ricordi dolorosi. Fu in grado di perdonare il Signore per la morte della mamma, se stessa per l'incidente da lei causato ai danni del bimbo e l'uomo che l'aveva colpita e quasi violentata.

E il suo mal di schiena scomparve(9).

* Il dottor George Ritchie, nel suo libro *Ordered to return*, racconta la vicenda di una sua zia affetta da cancro ed operata con l'asportazione di entrambi i seni.

Dice: Un giorno arrivò nel mio studio, si tolse la casacca ed affermò "guarda che cosa orribile". Mi resi conto che il tumore era molto avanzato e che le rimanevano non più di sei mesi di vita. Lei aveva paura di morire... Ripensando alla sua vita mi ricordai che aveva perso il suo secondogenito, nato con problemi fisici e mentali, quando io ero ragazzo...

8) DeGrandis Robert, *Perdón y sanación*, Ed AMS, Bogotá, 2005, p. 24.

9) *Ib.* p. 26.

Le raccomandai di leggere il libro "Release", autobiografia di un ex grande criminale agli ordini di Al Capone. Egli era stato catturato dalla polizia e messo in prigione. In carcere venne più volte punito per il suo comportamento indisciplinato. Un giorno si trovò tra la vita e la morte e Gesù gli apparve in cella, facendogli sentire tutto il suo amore. Iniziò così la sua conversione ed una vita totalmente dedicata al servizio degli altri.

Questo libro cambiò la vita di mia zia e di molte altre persone alle quali lo raccomandai. Dalla sua lettura lei ricavò il pensiero che Dio è buono e non vendicativo o crudele. Smise di attribuire al Signore la responsabilità dell'infermità e della morte del figlio, nonché la colpa del suo cancro al seno come castigo per i suoi peccati. Fu così che quando le raccontai la mia esperienza dell'Amore divino incondizionato mentre mi dichiaravano morto, lei comprese che Dio l'amava e si sentì finalmente felice. Venne guarita nella parte più profonda del suo essere anche se morì cinque mesi dopo.

Personalmente, nell'esercizio della psichiatria, quando incontro casi in cui i pazienti incolpano il Creatore delle proprie sofferenze e malattie, pensandolo un Dio crudele e vendicativo, faccio loro capire che Egli invece è amore e misericordia(10).

* Ricordo un episodio che mi accadde quando ero giovane sacerdote. Ero andato a pregare il responsorio per un uomo abbastanza giovane che era deceduto in un incidente stradale a causa della sua guida in stato di ubriachezza. Quando arrivai a quella casa, la moglie, nel vedermi, incominciò a urlare disperata che non credeva in Dio perché era da tanti anni che pregava per suo marito e Dio non l'aveva ascoltata. Cercai di calmarla, ma si vedeva che era proprio arrabbiata col Signore. Si sentiva defraudata, tradita dal Cielo dopo tanto supplicare per il suo sposo... Passato un po' di tempo riuscii a farla riflettere e lei comprese che si era lasciata andare alla disperazione; pentita, chiese perdono a Dio per le frasi offensive che aveva pronunciato e ritrovò la pace.

10) Riassunto della testimonianza di George Ritchie dal suo libro *Ordered to return*, Ed Hampton Roads publishing company, 1988, pp. 66-70.

Perdonare se stessi

Una cosa fondamentale nella vita è saper perdonare i propri errori e i propri peccati. Forse ti sei procurato un danno fisico per imprudenza o ignoranza del pericolo. Forse ti vergogni di non aver risposto per le rime in qualche occasione a chi ti insultava o ti metteva in ridicolo. Magari ti senti in colpa per esserti lasciato ingannare e imbrogliare, perdendo così molto denaro; o per aver commesso eccessi ed abusi che ora ti scandalizzano e fan sì che tu ti disprezzi per la tua irresponsabilità, imprudenza o cattiveria.

Se sei pentito sinceramente e Dio ti ha perdonato, perché non puoi perdonare te stesso e liberarti di un peso insopportabile che ti impedirà di esser felice per tutta la vita? Pensi che Dio non desideri la tua felicità? Perdonare se stessi ed accettarsi così come si è, risulta indispensabile per vivere in pace e armonia con Dio e con il prossimo. Vediamo alcuni esempi:

* Una signora, nel vedere sua figlia di cinque anni che si manipolava i genitali, le gridò: sporcacciona, non fare così che è peccato. La bambina si sentì colpevole e sporca. Credette di essere spazzatura per Dio e per gli altri. Cosa avrebbero pensato di lei se fossero venuti a sapere quello che lei aveva fatto? Padre Marcelino Iragui

racconta che la bimba si sentì talmente sporca e colpevole che nel suo inconscio arrivò alla conclusione che Dio non poteva amarla perché era sozza; perciò nessuno doveva amarla. Il suo auto-rifiuto e la sua auto-condanna arrivarono a tal punto che, da giovane, la ragazza rifuggiva qualsiasi segnale di amicizia perché si sentiva assolutamente indegna dell'amore degli altri