

ANSELM GRÜN

Se vuoi la pace accetta i tuoi limiti

Incontro con il benedettino tedesco che ha venduto 20 milioni di copie e insegna la spiritualità ai manager
 «La fede è una esperienza del mistero di Dio»

CLAUDIO GALLO
 INVIATO A SCHWARZACH (GERMANIA)

Si è appena conclusa la preghiera di mezzogiorno all'abbazia benedettina di Münsterschwarzach, ventidue chilometri da Würzburg, Baviera settentrionale, Franconia per la gente del posto. Capelli fluenti ormai scappati dalla fronte, la lunga barba incanutita, Anselm Grün, 69 anni, ha scritto trecento libri sulla psiche e sullo spirito, vendendo in tutto il mondo 20 milioni di copie. Sta preparando un nuovo volume sulle ferite psicologiche dell'infanzia insieme con Walter Kohl, figlio del cancelliere dell'Unificazione tedesca, uno che dovrebbe intendersene.

Padre Grün, ho l'iPhone, una bella automobile, una bella ragazza. Se non li avessi, il mio comandamento sarebbe di procurarmeli. Perché dovrebbe interessarmi alla religione?

«La religione dà un senso alla vita. L'uomo desidera il successo, il denaro, ma queste cose, se pur si realizzano, non ci danno la soddisfazione sperata, restiamo senza pace. La religione risponde al richiamo dell'anima: è il desiderio di una vita buona».

Molti «maestri spirituali» ci spingono a guardare dentro di noi, svalutando la realtà esteriore. Ma quando Gesù dice: «Date a Cesare quello che è di Cesare», non riconosce forse che l'uomo è un essere sociale?

«La spiritualità si occupa della trasformazione personale, ma san Benedetto insegna: *ora et labora*. La responsabilità di fronte al mondo è una cosa molto importante per i fedeli. I cristiani non vivono solo per se stessi,

vivono con gli altri e hanno il compito di trasformare la società. Max Horkheimer, il filosofo della scuola di Francoforte, ha detto che la religione ha il compito di rendere la società *umana*, di coltivare il desiderio per il *totalmente altro*. La società abbandonata a se stessa vuole controllare tutto, definire ogni comportamento umano. La religione custodisce uno spazio di libertà».

Perché dovrei avere dei valori morali quando l'obiettivo supremo della nostra società, la ricchezza, si raggiunge più facilmente senza?

«Al monastero mi capita spesso di fare conferenze a manager e banchieri. Ci sono due atteggiamenti: uno che non rispetta e non crede ai valori, l'altro che invece ha capito come sia importante salvaguardarli, perché alla fine un mondo senza valori danneggia anche l'economia».

L'economia rincorre la crescita illimitata, la morale del mercato è il desiderio infinito. Lei invece parla di senso del limite, perché?

«Come dice il Papa, il capitalismo puro diventa disumano. Per fortuna in Germania abbiamo l'*economia di mercato sociale* dove il capitalismo è sottoposto a una critica, a certe limitazioni. Limite ha due significati diversi: il primo è il limite personale, i miei limiti umani. Il secondo è la finitezza della natura, per cui ogni crescita è limitata e destinata a finire, a morire. Questo tipo di crescita naturale dovrebbe essere il modello dell'economia. La concezione di una crescita senza limiti è una idea malata».

Usando un termine dello psicoterapeuta Carl Gustav Jung, lei invita ad

accettare la propria ombra: che cosa

significa?

«Jung dice che ciascuno ha dentro di sé diverse coppie di polarità. Una di queste è *ragione-sentimento*, quando uno vive soltanto nella ragione, i sentimenti vanno nell'ombra e diventano sentimentalismo. Li acquistano un grande potere, perché non è più l'uomo che ha dei sentimenti ma i sentimenti che hanno l'uomo. Ovviamente bisogna trovare un equilibrio. Per farlo occorre sapersi accettare. Devo ad esempio saper riconoscere i miei impulsi sadici e masochistici, la mia cattiveria, la mia aggressività. Sono pulsioni che non vanno vissute, è chiaro, ma neppure negate. È importante saperle osservare con umiltà. Dalla paura dell'ombra nasce il moralismo, e più c'è paura più la severità del moralista cresce».

La società corre sempre più in fretta e noi faticiamo a tenere il ritmo. La velocità moderna non è l'opposto della pace interiore?

«Molte persone percepiscono questa velocità come una minaccia al loro equilibrio, alla loro salute, una fonte costante di angoscia. Allora si cerca la quiete, ma a questo punto ecco un paradosso: la calma fa paura. Emergono alla superficie i nostri incubi, i sensi di colpa, di inadeguatezza, il timore della verità, delle malattie, della morte. La verità della calma terrorizza, la gente non vuole ricordare i propri limiti. È una porta che va attraversata».

Il cristianesimo insiste sulla libertà umana ma la scienza moderna sembra considerare l'uomo soltanto come una sofisticata macchina bio-chimica. Basta una pillola a essere felici?

«La libertà dell'uomo non è assoluta. La psicologia ci insegna che siamo dipendenti dall'inizio della nostra storia, dalle ferite dell'infanzia. C'è una

storia che non possiamo cambiare anche se la responsabilità di rispondere spetta a noi. Nella risposta sta la nostra libertà. La depressione può avere un senso. Ci sono diversi tipi di depressione e alcuni, certo, vanno trattati con i farmaci. Ma talvolta la depressione è una ribellione contro un'immagine interiore troppo alta, troppo elevata, l'ossessione per il successo, per la perfezione. In questi casi è un modo per riportarci alla mia misura vera. A volte la depressione è dovuta alla mancanza di radici nella storia personale, nella fede, nella forza che dovrebbe venirci dalle figure del padre e della madre».

Che cos'è la fede?

«La fede è un'esperienza. Quando un non-credente mi dice: io non posso credere, gli dico: non devi credere, prova! Gesù dice: Dio è il pastore, non manco di nulla. Non bisogna credere ma provare se questa parola è vera. Poi c'è un altro aspetto: che cosa vedo quando vedo la bellezza della natura, che cosa ascolto quando ascolto Mozart. Non è solo chimica. Nella bellezza della natura e nella bellezza della cultura riluce la bellezza assoluta. Questo è Dio. Quando uno dice non credo a Dio, in genere si riferisce a un'immagine particolare di Dio. Ma Dio è totalmente altro, *mistero*, come dice il teologo Karl Rahner. Quando uno ha il senso del mistero ha anche il senso di Dio».

Lei talvolta parla degli angeli, che cos'è un angelo?

«Bisogna stare attenti a non ridurre l'angelo a qualcosa di troppo familiare, come fa la New age o un certo esoterismo: all'angelo non si può telefonare. La teologia dice che gli angeli non sono persone ma forze personali, forze che proteggono la persona. L'angelo ci accetta come siamo e ci aiuta a stare con noi stessi anche quando gli altri ci disprezzano o ci respingono. Non è solo uno stato psicologico però, diciamo che l'angelo è un'immagine perché non abbiamo altri modi di esprimerci, ma è una realtà. Una realtà che viene da Dio».

Che cos'è la preghiera?

«La preghiera è un incontro con Dio. Mostro la mia verità a Dio. Alcuni credono che la preghiera serva a chiedere qualcosa, ma ciò che conta è l'incontro: offro la mia verità e le mie ombre a Dio perché lui le accetti».

Che cos'è la meditazione?

«La meditazione è un metodo. Una cinquantina di anni fa abbiamo riscoperto la meditazione dall'Oriente, grazie al buddhismo, ma la tecnica esisteva già nella nostra tradizione, nei padri del deserto o nell'esicasmo degli ortodossi. A volte bisogna andare lontano per trovare le cose vicine».

LA DEPRESSIONE

«Talvolta è una ribellione contro un'immagine troppo alta che abbiamo di noi»

LA SOCIETA'

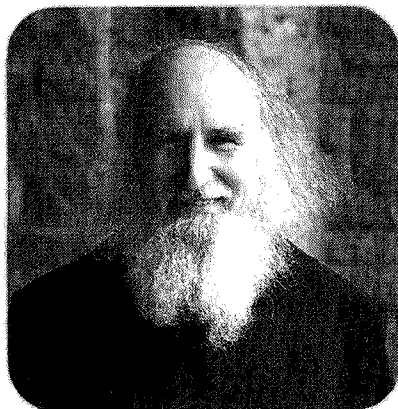
«Il cristiano non ha solo il dovere di cambiare se stesso ma anche quello di migliorare il mondo»

Maestro spirituale

Anselm Grün è nato il 14 gennaio 1945 a Junkershausen, in Germania.

Monaco benedettino, è economo all'abbazia di Münsterschwarzach, alle porte di Würzburg, in Baviera.

Ha scritto 300 libri di psicologia e spiritualità, tradotti in 20 lingue e ha venduto 20 milioni di copie



Bisogna osservare con umiltà i propri impulsi cattivi. Non assecondarli ma accettarli; se no, come dice Jung, vanno nell'ombra e diventano un problema

L'angelo è una forza personale che viene da Dio ma non è un individuo. Inutile inventarsi eccessive familiarità come fanno i movimenti new age

*Le tentazioni di sant'Antonio, di Matthias Grünewald,
anta della pala dell'altare di Isenheim, a Colmar*

