

L'OSPITALITÀ ALL'INTERNO DEL MONASTERO
M. María del Mar Albajar

ITALIAN
09.10.18

Prima di tutto, ringrazio per l'invito e la fiducia di sr. Judith Ann che mi ha invitata a questo incontro. E' la terza volta che vengo al Simposio. Le prime due volte sono venuta come traduttrice, ed è per questo che stavolta ho un ricordo speciale per loro.

In questa relazione condivido con voi una riflessione che scaturisce dalla constatazione quotidiana della difficoltà che comporta l'ospitalità all'interno della comunità e della sofferenza che questo reca con sé. Scaturisce da esperienze di fallimento e di dolore, ma anche dalla constatazione e da esperienze gioiose di molti piccoli e grandi gesti di ospitalità, meraviglie di amore che ho visto lungo gli anni tra le sorelle.

Lo faccio a partire dalla mia esperienza personale e comunitaria nel mio monastero e anche dalla condivisione con molte monache e monaci di altre comunità, di cui alcune già chiuse. Lo faccio anche a partire dalla mia formazione in teologia fondamentale e nell'ambito della psicologia umanista e della filosofia sperimentale che mi prestano le loro parole per continuare a comprendere e percorrere il mio cammino personale e monastico.

Sottolineo un principio fondamentale per me: le difficoltà che incontriamo quando ci accogliamo reciprocamente nella comunità non sono un problema che rende difficile la nostra vocazione, non sono l'elemento senza il quale potremmo essere monache senza problemi. Le difficoltà nell'accoglierci reciprocamente sono il prezzo da pagare per vivere in comunità. Per noi è la nostra vocazione, la nostra stessa vocazione. Abbiamo scelto di cercare Dio nella comunità, allo stesso modo in cui per altre persone la vocazione si incarna nell'ambito sanitario, ad esempio, ed esse cercano o servono Dio negli ammalati. Non sperano di trattare con persone sane, ma con persone malate che necessitano di cure. Così, la nostra vocazione è trovare Dio nella relazione con le sorelle, nelle relazioni comunitarie, così come sono. È in loro che troviamo noi stesse e scopriamo la misericordia di Dio per ciascuna. La nostra vocazione è vivere il Regno di Dio qui in terra, nella comunità, nella nostra comunità.

Un secondo principio: l'ospitalità, secondo quanto detto, non è un lusso, non è qualcosa da aggiungere al mio essere monaca, ai miei programmi, al mio tempo di lavoro o di preghiera. Non è neppure qualcosa riservato a sorelle che hanno un carattere migliore del mio. Si tratta, invece, della possibilità di esistenza di ogni persona e della comunità. L'ospitalità è l'accoglienza reciproca che ci offriamo le une le altre per sostenerci nel nostro modo unico di essere e così creare comunità (RB 72). L'ospitalità in senso lato è la pace in senso biblico.

Terzo principio: non possiamo dare ospitalità maggiore di quella che siamo in grado di ricevere.

“Trascurare l'impegno di coltivare e mantenere una relazione corretta con il prossimo, verso il quale ho il dovere della cura e della custodia, distrugge la mia relazione interiore con me stesso, con gli altri, con Dio e con la terra. Quando tutte

queste relazioni sono trascurate, quando la giustizia non abita più sulla terra, la Bibbia ci dice che tutta la vita è in pericolo” (Papa Francesco, LS 70)¹.

E tuttavia, nel quotidiano, la mia sorella mi si presenta spesso come un’estranea, qualcuno molto più lontano da me della maggior parte delle persone gradevoli e sensibili che passano per la foresteria. Nonostante dorma a pochi metri da lei e mangi proprio di fronte a lei, sento la mia sorella a chilometri di distanza e sono certa che molte cose della mia vita andrebbero meglio senza di lei. La mia sorella a volte diventa qualcuno che mi ruba spazio, risorse, riconoscimenti, possibilità, la mia tranquillità, il mio prezioso tempo. Qualcuno che può darmi lavoro o problemi. Qualcuno che mi può deludere, maltrattare o ferire o, in qualche caso, qualcuno da cui devo proteggermi perché non mi ferisca di nuovo. L’altra, la sorella con la quale condivido il mio progetto di vita, a volte la vivo come un’estranea o come una nemica.

Perché è così difficile capirci? Perché è più facile relazionarsi con la gente esterna alla comunità che con le mie sorelle? Non sarebbe meglio che fossi io a scegliermi le sorelle? E, a un altro livello, come possiamo essere tanto incoerenti con la nostra fede e continuare a litigare dopo aver pregato insieme e aver partecipato alla stessa eucaristia, dove Gesù si dona per noi, per amore?

Sono innumerevoli gli studi pubblicati che ci aiutano a capire la complessità delle relazioni umane e offrono linee guida pratiche per viverle meglio. Da essi traggono alcuni elementi che mi sembrano importanti:

1. Le relazioni umane, come ogni realtà umana, sono dono e compito. Per questo compito, esistono degli strumenti che ne facilitano la comprensione e la pratica. Così come conoscere le norme di circolazione facilita l’arrivo a destinazione ed evita incidenti e feriti, così conoscere gli strumenti di comunicazione facilita la comprensione tra le persone ed evita ferite inutili.
2. Siamo diverse e ogni modo di essere è ugualmente buono. Non c’è nessuno stile di personalità migliore di un altro: tutti possono contribuire, con il proprio modo di essere, al buon funzionamento di un gruppo.
3. È necessario conoscere l’universo dell’altra persona, come pure condividere il proprio per poterci capire. Le relazioni necessitano del nostro tempo e della nostra dedizione per funzionare.
4. Le relazioni migliorano migliorando le relazioni. Con questo, voglio dire che la soluzione è sempre una buona relazione. Non possiamo prescindere dalle relazioni: quello di cui abbiamo bisogno è migliorarne la qualità. Una relazione ferita si cura con una relazione sana.

¹ In questa citazione di Papa Francesco appare la dimensione della terra. Per ragioni di spazio, in questa relazione tratto solo dell’ospitalità personale, ma l’ospitalità, così come la presento, include tutta la creazione e tutte le circostanze.

5. La relazione è un'avventura nella quale lascio il mio luogo di partenza sicuro e conosciuto, cosa non facile, e mi addentro in un paesaggio nuovo, più ampio, dal quale uscirò diversa e più arricchita.

Il racconto dell'aquila e della gallina

Lasciatemi cominciare con un racconto che molte di voi sicuramente conosceranno e che dà il titolo a un libro di Leonardo Boff dove lo spiega². Ve lo racconto con qualche piccola modifica. James Aggrey, nato in Ghana nel XIX secolo, fu un uomo che diede un grande contributo all'educazione del suo popolo e fu anche precursore del nazionalismo nel suo paese. Fu James Aggrey a raccontarlo in occasione di una riunione di *leaders* popolari. In questa riunione si discuteva sul tema della colonizzazione inglese. Tra i *leaders* c'era divisione: alcuni desideravano la liberazione del Ghana attraverso le armi, altri con mezzi politici, altri si adeguavano alla colonizzazione come il resto dei paesi dell'Africa, altri ancora erano a favore della colonizzazione perché credevano che avrebbe portato maggiore modernità e maggior progresso. Quando James Aggrey vide che alcuni *leaders* cominciavano ad appoggiare la causa inglese, si alzò e disse:

“C'era una volta un contadino che tornava dai campi e incontrò un giovane uccello. Era un aquilotto. Lo raccolse e tornando a casa lo lasciò nel cortile con le sue galline. Subito l'aquilotto imparò a mangiare e a bere come le galline. Passarono gli anni e l'aquila cresceva, molto più delle galline. Niente, tuttavia, cambiò. Mangiava come loro, beveva come loro, si muoveva come loro.

Dopo alcuni anni, il contadino ricevette la visita di un'amica biologa e, mentre passeggiavano per la fattoria, vide che tra le galline c'era una bella aquila.

-Questo uccello che tieni in pollaio non è una gallina, è un'aquila! - esclamò
-Sì, lo so - disse il contadino - è un'aquila. Però l'ho allevata come una gallina ed ora non è un'aquila, è una gallina. Anche se è munita di ali di quasi tre metri, si è trasformata in una gallina come le altre.

- No - disse la biologa - è e sarà sempre un'aquila. Ha un cuore da aquila. E questo cuore la farà volare, un giorno, sulle altitudini.

- Non farti illusioni - insistette il contadino - è diventata una gallina e non volerà mai come un'aquila.

Allora decisero di fare una prova. La biologa prese l'aquila, se la pose sopra il braccio più in alto che poté e sfidandola le disse:

- Visto che sei un'aquila e non una gallina, visto che sei fatta per volare e attraversare i cieli e non per rimanere tutto il giorno in terra, apri le ali e vola!

L'aquila stette un po' sul braccio della biologa. Guardava intorno a sé, distratta, guardando un po' da tutte le parti. Poi abbassò lo sguardo e vide le galline a terra, che beccavano il grano. Saltò dal braccio alla terra e si unì ad esse.

Il contadino le disse:

- Te l'avevo detto, è diventata una gallina.

² Boff, L. El águila y la gallina. Una metáfora de la condición humana. Trotta, Madrid, 1996.

-No – insistette la biologa – è un’aquila. Un’aquila è sempre un’aquila. Tornerò domani e riproveremo.

Il giorno seguente, la biologa tornò. Prese l’aquila e la mise sulla sommità del pollaio. Le disse:

- Aquila, visto che sei un’aquila e sei fatta per volare e attraversare i cieli, apri le ali e vola!

L’aquila stette un poco a guardare il paesaggio dall’alto del pollaio, anche se distrattamente, e quando vide le galline in basso, che beccavano il grano, automaticamente fece un balzo e si unì ad esse.

Il contadino sorrise, convinto di avere ragione:

- Te l’avevo già detto, lei crede di essere una gallina e si è trasformata in gallina.

La biologa, però, non si diede per vinta:

-No – rispose fermamente – è un’aquila, ha un cuore da aquila e lo avrà sempre. Dobbiamo tentare ancora una volta. Tornerò domani e la farò volare.

Il giorno seguente, la biologa e il contadino si alzarono presto. Presero l’aquila, la portarono fuori dalla città, lontano dalle case, sulla cima di una montagna. Il sole si levava e colorava di rosso e d’oro le cime delle montagne.

La biologa sollevò l’aquila più alto che poté e le ordinò:

-Aquila, visto che sei un’aquila e che sei fatta per volare e attraversare i cieli, apri le ali e vola!

L’aquila, come le altre volte, guardò distrattamente attorno a sé e questa volta cominciò a tremare. Però rimaneva immobile. Poi la biologa la prese con forza e la pose in direzione del sole nascente perché i suoi occhi potessero riempirsi di luce e dell’immensità dell’orizzonte, come fanno le madri con i loro aquilotti. L’aquila, poco a poco, smise di tremare e cominciò a respirare diversamente. Dopo alcuni istanti, cominciò a spiegare le sue enormi ali e ad aprirle, e con un balzo iniziò a volare in alto, dapprima vacillando e ogni volta con maggiore sicurezza, fino a confondersi con il cielo infinito...”.

Fin qui il racconto. Come tutti i racconti, anche questo può essere inteso in diversi modi. Quel che è certo, è che non si tratta di una critica alle galline. Vuole essere un esempio dei possibili limiti e delle possibilità dell’ospitalità nella comunità.

L’ospitalità in senso ampio è la pace. La proposta di Benedetto.

L’abate di Norcia presenta la comunità, le relazioni comunitarie, come parte della struttura, del mezzo per giungere al Regno che è la meta, meta che è la comunità stessa, le relazioni, fin d’ora piene e liberate in Dio³. Percorrere questo cammino è il mio lavoro, la mia ascesi, un’ascesi che, usando le parole del teologo Zizioulas, altro non è che l’apertura all’amore⁴. Questo cammino - afferma san Benedetto - si realizza all’interno del monastero (RB 4, 78) ed è un processo di liberazione da ogni difesa, di spogliamento, per rinascere, nude, alla nostra umanità più piena (RB 7).

³ Questa idea è di J.M. Rovira Belloso

⁴ J. Zizioulas parla di ascesi come amore, come processo personale in cui si trascende l’individualismo e l’esclusivismo e ci si apre alla comunione, processo in cui si è liberi di vivere nella naturalezza del corpo come mezzo di inclusivismo. In “Being as Communion. Studies on Personhood and the Church”, N.Y., St. Vladimir’s Seminary Press, 1985.

Un cammino tanto più duro quante più resistenze e difese costruisco lungo la mia vita e più dilatato man mano che lo percorro (Prologo48-49).

San Benedetto, ci riferisce san Gregorio nei Dialoghi, ha sofferto l'ospitalità dei suoi fratelli. Ha sofferto nella propria carne gli effetti del rifiuto e dell'esclusione, ed è testimone dei conflitti che sorgono tra i suoi monaci, di provenienza tanto diversa. Tuttavia, quando presenta la vita monastica, non la presenta come una lotta con i fratelli della comunità. Il combattimento, che esiste, è interiore. È vero che Benedetto fa un grande sforzo di organizzazione per facilitare la convivenza, però presenta la vita monastica, dal prologo alla fine, come una ricerca di pace, di "fare a gara nello stimarsi a vicenda"⁵, di sostenerci reciprocamente per avere giorni felici⁶.

Benedetto ci invita con insistenza con il salmista a cercare la pace e a perseguirla. Questa pace la associa alla vita e alla felicità, a vedere giorni felici. Sappiamo che la pace, in senso biblico è assenza di conflitti, ma non solo.

Pace, che è il termine con cui traduciamo la parola ebraica *Shalom*, si riferisce certamente alla comprensione pacifica tra persone e popoli (1Re 5,26), è vero, però significa anche prosperità economica (Sl 73,3), salute fisica (Is 57,18), tranquillità, discendenza e salvezza (Is 45,7). La traduzione di *Shalom* può essere "pace", ma intesa come pienezza o felicità umane.

Così, di fatto, pace, pienezza o felicità umane, è il nome che diamo a quel desiderio che alberga nel cuore di ogni persona. A quell'anelito o orizzonte che porta l'essere umano ad andare al di là dei confini che lo limitano, per trascenderli. La pace è il futuro, il "non ancora" che rimane nel nostro cuore sperando di essere realizzato. Il desiderio che non si sazia.

Cercare la pace è quindi ascoltare il palpito più profondo del cuore umano, essere fedeli al proprio cuore e al suo desiderio. Cercare la pace è perseguirla, è credere nella propria profondità, ascoltare la propria voce e darle vita. Perseguire la pace è prendersi sul serio, fidare nella propria bontà, è scegliere di essere *una* con se stessa.

La pace è anche, continuando con l'etimologia ebraica, secondo quanto ci dice Isaia, il frutto di un tipo di relazione, una relazione giusta⁷.

La teologia biblica precisa che *Shalom* significa per Israele «la totale armonia all'interno della comunità e della creazione che, penetrata dalla benedizione di Dio, rende possibile una crescita libera e senza ostacoli della persona in tutti i suoi aspetti»⁸.

⁵ RB 72

⁶ Prologo, 17

⁷ "Frutto della giustizia sarà la pace." Is 32,17

⁸ Gross, H., «Paz» a Bauer, J.B., ed., *Diccionario de Teología Bíblica*, Herder, Barcelona, 1967,

La pace è quindi frutto di un tipo di relazione che favorisce una crescita libera e senza ostacoli della persona in tutti i suoi aspetti. In primo luogo è frutto di un tipo di relazione e quindi non è uno stato personale, individuale, che possiamo ottenere al riparo da, o proteggendoci da, o eliminando altre persone. Al contrario, è ciò che consente di stabilire una certa relazione con gli altri. La pace, il benessere, non è qualcosa che possiamo possedere o acquisire, non proviene dall'ottenere qualcosa o perché le cose siano in un determinato modo. La pace, la felicità non derivano dal lavorare molto, da ciò che faccio. La pace non deriva dall'eliminare i problemi o le sorelle che li causano; la pace nasce dal modo in cui mi relaziono con esse.

La pace, così, è la possibilità di essere fedele a me stessa, di vivere la mia personale coerenza e la possibilità di farlo in relazione con gli altri. In relazione con gli altri e, aggiungo, non in qualunque tipo di relazione. Ci sono relazioni che feriscono e le vittime di violenza di genere ne sono un chiaro esempio. La pace è frutto di un modo di relazionarci che favorisce la crescita di ogni persona nella sua globalità. Un modo di relazionarci che rende possibile una crescita libera e senza ostacoli della persona in tutti i suoi aspetti. La pace non limita, non controlla, non domina le menti, non anestetizza, non addomestica le persone. La pace è un tipo di relazione che dinamizza l'unicità delle persone, promuovendo le loro capacità.

La pace o è inclusiva o non è pace. Non c'è pace se qualcuno rimane fuori. Se la mia pace, la mia fedeltà a me stessa mi porta a non rendermi responsabile della mia sorella, questa presunta pace personale non è tale. Sono a metà strada, non sono mai arrivata. Se il tipo di relazione che mantengo con la mia sorella mi porta a disconnettermi dal mio desiderio profondo, questa relazione non promuove la pace e questa pace non è pace.

Il tipo di relazione che promuove la pace è quella che chiamiamo ospitalità. L'ospitalità come relazione che riconosce la persona, la accoglie com'è, se ne prende cura e la accompagna, permettendole di fare la sua strada, la strada di essere e arrivare ad essere quella che è, quella che ognuno di noi è.

Appunti di filosofia e psicoterapia umanista ed esperienziale. Eugene Gendlin e Carl Rogers.⁹

Eugene Gendlin (1926-2107), filosofo, nacque a Vienna, in una famiglia ebrea. Da giovane vide come il padre prese decisioni che permisero alla sua famiglia di sfuggire all'occupazione nazista ed emigrare negli Stati Uniti, mentre altre famiglie amiche non riuscirono a lasciare il paese. A Eugene rimase la domanda di come il padre avesse preso le decisioni che permisero loro di salvare la vita, dal momento che possedeva le stesse informazioni dei suoi vicini, i quali non fuggirono. Con questa domanda, più avanti, come filosofo dell'Università di Chicago, la sua ricerca lo portò a collaborare con il noto psicoterapeuta Carl Rogers (1902-1987). Da questa collaborazione nacque uno studio che cercava di identificare ciò che era all'origine del cambiamento nel processo terapeutico, cioè quello che fa sì che le

⁹ Barceló, T., "La filosofía de lo Implícito de Eugene Gendlin" en *Miscelánea Comillas*, Vol. 66 (2008), n.129

persone che vanno in terapia cambino e migliorino la propria vita.

Gendlin e i suoi collaboratori constatavano che vi erano pazienti in terapia ma non sperimentavano alcun cambiamento significativo, mentre altri sì e miglioravano. Risultò che ciò che facevano queste persone che miglioravano aveva a che vedere con quanto fece il padre per prendere le decisioni che gli consentirono di salvarsi la vita.

Il gruppo di ricercatori capeggiato da Gendlin raccolse centinaia di interviste terapeutiche. Dopo aver cercato il motivo del risultato della terapia in qualche abilità del o della terapeuta e nel tipo di terapia, si resero conto che ciò che realmente spiegava che una persona cambiasse o no nella terapia consisteva in una capacità che la persona possedeva o meno. Focalizzando l'attenzione sulla persona del paziente, poterono prevedere con un 98% di certezza al primo o al secondo colloquio, quali persone avrebbero migliorato la propria vita e quali no.

Le persone che non miglioravano erano persone che si sottoponevano alla terapia e parlavano per tutto il tempo. Generalmente erano persone con un parlare ben articolato, con frasi ben formulate e con facilità di parola. Le persone che invece miglioravano con la terapia erano persone con un parlare meno fluido, che si fermavano di tanto in tanto quasi a cercare le parole per proseguire, tacendo ed emettendo un suono come un "mmm".

Questa differenza esterna è segno di un'abilità interna. La ricerca dimostrò che i clienti che cambiavano e miglioravano erano quelli che avevano la capacità di entrare in contatto con la sensazione corporea di quanto stavano raccontando, la capacità di rendersi conto del modo in cui vivevano interiormente ciò che stavano spiegando, anziché semplicemente esprimere quello che avevano pensato sull'argomento. Il cambiamento terapeutico, cioè il buon sviluppo della persona era collegato a una capacità: quella di prestare attenzione ed ascoltare come ci colpisce personalmente quello che viviamo. Ed esprimerlo.

Gendlin definì di conseguenza il concetto di salute. Una persona è sana, funziona adeguatamente, è felice, quando è capace di ascoltare il proprio vissuto interiore, l'esperienza interna di ciò che sta vivendo e di esprimerlo. L'espressione può essere verbale, ma può realizzarsi anche attraverso qualunque forma di arte o nel modo in cui scegliamo di vivere la nostra vita. La disfunzione appare quando il vissuto interiore di una persona e la sua espressione si distanziano o perdono il collegamento. Per esempio, quando sistematicamente dico e mi dico che sto bene, benché percepisca che dentro di me qualcosa va male. Il primo sintomo di questa disconnessione appare a livello delle relazioni umane. Esse diventano più difficili e tese, si perde la fluidità e appare la sfiducia. Se non si fa niente al riguardo, lo stadio seguente di questa disfunzione può essere la manifestazione di qualche tipo di patologia fisica.

Carl Rogers aveva definito l'essere umano come un organismo auto-propulso da una tendenza naturale allo sviluppo delle sue qualità proprie. Vediamolo più in dettaglio.

Quando Rogers parla di organismo o di corpo, si sta riferendo a un organismo che è sempre in relazione, un essere in relazione. Non esistono organismi isolati.

Gli organismi sono sempre in relazione con qualcosa o con qualcuno, sono interazioni. E segnano e sono segnati dalle relazioni che mantengono.

L'organismo che è il corpo umano è come una rete di relazioni in cui si abita e si esprime l'essere unico di ogni persona. Nel corpo si vive tutta l'esistenza, tutte le esperienze, il corpo è l'espressione della vita, del viaggio esistenziale di ogni persona.

Gendlin affermava che l'essere umano, quando vive all'interno anziché vivere al di fuori di sé, quando è capace di ascoltare il proprio corpo dall'interno, accede a una sapienza maggiore della conoscenza intellettuale. Ascoltando il proprio intimo, la persona accede al proprio io più personale, unico e originale, più saggio di quanto si possa pensare, e da lì può percorrere il cammino verso l'essere ciò che è, cammino unico che solo la persona può percorrere.

Gendlin affermava, inoltre, che questo io personale e unico a cui si accede ascoltando il corpo "da dentro", la persona nella profondità, è in contatto con le altre persone e tutti gli esseri. Questo "io" vissuto dal di dentro, è in un luogo molto concreto e contemporaneamente in tutti i luoghi, ora, nel passato e nel futuro. Questo luogo interiore è al contempo il più intimo e personale e il più esteso. Così, Gendlin filosoficamente afferma che il nostro io personale è naturalmente in connessione con tutti gli esseri viventi, tutti i luoghi e i tempi¹⁰. Quando prendo decisioni in funzione del mio io mentale, ho bisogno di creare divisioni, classificazioni, parti, competizioni, contrari. Quando entro nell'intimo e accedo al mio vero io, la divisioni spariscono e vi è una comprensione globale, unificata della realtà a volte così diversa. Lo troviamo già nell'oracolo della porta del tempo di Delfi: "O uomo, conosci te stesso e conoscerai gli dei dell'universo"¹¹.

Questo organismo relazionale, afferma Rogers, è un processo auto-propulso. Essere persona è un processo, è diventare persona, convertirsi in persona. Tutto quello che viviamo forma parte del processo più grande di diventare chi siamo. La psicologia umanista afferma che la salute è cambiare, mentre la malattia è rimanere fermi. Gendlin affermava che la felicità è far fronte a problemi nuovi (anziché trascinare i problemi di sempre).

Questo processo verso l'essere la persona che siamo, è spinto da una tendenza naturale alla crescita delle proprie qualità. Rogers si basa sul concetto fondamentale secondo cui l'essere umano - e dopo essersi addentrato nella fisica quantica con autori come Prigogine e Capra¹², aggiunse che tutti gli esseri viventi, inclusi i cristalli - sono spinti da una corrente sotterranea che muove l'organismo verso il suo equilibrio e la sua realizzazione positiva¹³.

¹⁰ Il tuo io interiore, come ti percepisci dal di dentro, "è di fatto parte di una sistema enorme di qui e di altrove, di ora e di altri tempi, di te e di altre persone, di fatto, di tutto l'universo". Gendlin, E. T., *Focusing. Proceso y Técnica del Enfoque Corporal*. p.102

¹¹ Nel suo studio classico sull'uso del precetto delfico per la tradizione patristica e medievale, Pierre Courcelle rileva tutto questo contesto nell' "habitare secum" di San Gregorio Magno. Courcelle, P., "Connais toi même" de Socrate à Saint Bernard, *Études Augustiniennes*, Paris, 1975.

¹² Rogers era affascinato dallo sviluppo della teoria dei sistemi moderno e sosteneva l'idea di un ordine auto-organizzato. Quando conferirono il Premio Nobel di chimica a Ylia Prigogine, Rogers fu tra i primi psicologi a scrivere sulla relazione delle sue teorie "person centered".

Questo avviene sia a livello psichico - quando siamo tristi cerchiamo di recuperare la gioia - sia a livello fisico - il corpo cerca la cura quando soffre per qualsiasi tipo di ferita - come pure a livello morale o di realizzazione delle qualità. L'essere umano cerca il bene.

Abraham Maslow aveva affermato, riguardo a tale tendenza: *“Se le consentiamo di agire come principio guida della nostra vita, ci svilupperemo in maniera sana, piena e felice... Questa naturalezza non è forte, dominante e inconfondibile come l'istinto negli animali. E' debole, delicata, sottile e facilmente vinta dalle abitudini, dalle pressioni sociali e dagli atteggiamenti sbagliati nei suoi confronti. Benché debole, raramente però sparisce nelle persone normali e può accadere che non sparisca neppure in quelle malate. Anche se la si nega, perdura silenziosamente, spingendo continuamente per venire alla luce”* ¹⁴.

Così, questa tendenza, a differenza degli istinti animali forti e dominanti che conosciamo bene, è debole, delicata e sottile. A causa di queste qualità è facilmente sommersa dalle norme di educazione, dai costumi sociali o da atteggiamenti sbagliati. Però, dice Maslow, benché debole, non si distrugge facilmente ma rimane sommessamente, sperando di salire alla luce e aiutarci a crescere in modo felice.

Dare ospitalità è accogliere, accompagnare, prendersi cura e dare spazio alla persona, sapendo che essa è abitata, attraversata, da un dinamismo positivo personale e unico che è fragile e delicato. Questo dinamismo interno è *autopropulso*, aggiunge Rogers, e con questa espressione indica che la persona cresce dal suo interno, possiede la sua propria direzione. *Autopropulso* significa che non richiede di essere guidato dall'esterno, ma si tratta di un dinamismo intrinsecamente energetico e dinamico. Il processo dell'essere si origina dall'interno di ogni essere vivente. Lo vediamo nelle piante e negli animali. Il seme che cade nella terra possiede in sé l'informazione che la porta a mettere le radici e in seguito a sviluppare un germoglio fino all'esterno e foglie che elaboreranno la fotosintesi. Tale processo è *autopropulso* dall'interno della pianta e se dall'esterno vogliamo forzare la crescita tirando la pianta, l'unica cosa che otterremo sarà tagliarla o farla morire. Allo stesso modo, la crisalide che si trova all'interno del bozzolo conosce tutto il proprio processo sino a raggiungere l'uscita dal bozzolo e il volo come farfalla. Se da fuori vogliamo velocizzare la crescita rompendo il bozzolo, impediremo che la farfalla sviluppi la forza necessaria nelle ali che più tardi le consentirà di spiegarle e di volare ¹⁵.

Approach and System Theory: Research and Theory.” Cornelius-White, J.H.D., Motschnig-Pitrik, R., Lux, M.,ed.

¹³ “Il tuo corpo conosce la direzione della cura e della vita”. Gendlin, o.c., p.103

¹⁴ Maslow, A., *El hombre autorealizado*, Barcelona Kairós, 1983, 30.

¹⁵ “Così, “una volta che la persona ha scoperto la sua fonte interna, il soggetto non può essere sostituito da alcuno o da alcuna cosa diversa, perché percepisce con chiarezza che nessun altro può conoscere meglio di se stesso la propria vita, così come i passi della sua evoluzione successiva. Uno rimane aperto ad ogni genere di apprendimento, però l'evoluzione procede sempre da dentro”. Gendlin, E., “Focusing, proceso y técnica de el enfoque corporal” Bilbao, Mensajero, pp. 9-10.

Quindi, la persona che funziona pienamente è quella che sceglie di lasciarsi guidare dalla sapienza che alberga nel corpo e di agire di conseguenza. La persona che vive pienamente, assume essa stessa il processo del proprio essere, si fa carico del suo modo unico di essere se stessa e lo porta avanti.

Questo cammino, il processo di essere persona, è autopropulso e non richiede una guida esterna, ma necessita di essere agevolato. Una pianta senza luce, senza acqua e nutrimento non vive. Io non posso forzare la sua crescita, però posso arare la terra, bagnarla e curarla per aiutarla. Dall'esterno non possiamo forzare nulla riguardo alla salute, al cambiamento personale o alla santità perché il cambiamento procede dal proprio interno. Però possiamo facilitarlo e lo faciliteremo con una relazione che riconosce la singolarità della persona e la ricorda, la conferma, se ne prende cura e la spinge a percorrere la propria strada. Questa è l'ospitalità.

L'ospitalità nella comunità

L'ospitalità con le sorelle è quindi questa relazione che le riconosce, se ne prende cura e le accompagna, desiderando e facendo in modo che siano ciò che sono e che possono arrivare ad essere.

Abbiamo visto che le relazioni con gli altri cominciano a soffrire quando la persona perde il collegamento, la fiducia in se stessa. L'ospitalità comincia ad essere difficile quando perdiamo il collegamento, la fiducia con l'altra e/o con noi stesse e la sostituiamo con le nostre analisi e giudizi. Quindi, anziché riconoscere la mia sorella reale, vedo la sorella delle mie interpretazioni, un'immagine di lei secondo le mie paure o esigenze, e perdo il contatto con lei, con me e con la vita.

Questa difficoltà si unisce alla difficoltà di trovarsi di fronte a modi di essere molto diversi. Benedetto lo sa molto bene: "sono molto diversi i temperamenti ai quali deve mettersi a servizio"¹⁶ l'abate. I monaci hanno diversi modi di essere e diversi gradi di intelligenza, ciascuno con le proprie necessità e capacità¹⁷.

Già Evagrio Pontico, nel IV secolo, e oggi i professionisti del *coaching* più in voga, ci ricordano che l'ospitalità implica l'aprirsi a un modo di essere e di percepire la vita diverso dal mio. Ognuno ha una biografia diversa, con contorni familiari, politici, culturali e sociali diversi che condizionano il nostro modo di vivere e di affrontare le situazioni che ci si presentano. Persino in uno stesso nucleo familiare ogni persona nasce e sviluppa un modo unico di essere. Ci sono persone più veloci e altre più lente nel modo di muoversi, lavorare e decidere. Ci sono persone alle quali è necessario far capire e spiegare tutto razionalmente, mentre altre è necessario che lo sentano profondamente. Ci sono persone più espansive ed estroverse, mentre altre sono più introversive e timide. C'è chi vive nel caos e chi vive tra elenchi e quadri organizzati. Chi pianifica e chi improvvisa. Chi segue le regole e chi ama evitarle. Chi chiede il pubblico riconoscimento e chi in pubblico si nasconde. Chi si riposa nella solitudine e chi lo fa quando è riunita con la comunità.

¹⁶ RB 2, 31

¹⁷ RB 2,32; 8,3; 34.

Una stessa persona vive anche situazioni e momenti esistenziali diversi a seconda della salute, dell'età o a seconda di quanto cambiano le circostanze. La stessa persona può vivere momenti di grande forza e momenti di fragilità. Momenti di velocità o di lentezza. Momenti per decidere e momenti per collaborare con la decisione presa. Momenti per dare e momenti per ricevere.

Nel mondo imprenditoriale si ricorda oggi un'idea che san Paolo aveva già espresso brillantemente con la sua immagine del corpo umano: siamo un corpo formato da una pluralità di membri differenti; tutti sono necessari e tutti sono buoni. Allo stesso modo in cui non c'è un organo umano migliore di un altro, così non c'è nessun tipo di personalità migliore di un'altra, perché ciascuno ha le sue caratteristiche peculiari con le quali contribuisce al buon funzionamento del corpo. Ogni organo deve essere accolto, necessita del suo spazio e della corretta relazione con il resto degli organi per contribuire positivamente, a partire dalla propria specificità, al buon funzionamento del corpo.

Accogliere la mia sorella significa riconoscere chi è, con il suo modo particolare di intendere la vita e di rispondervi. Prendermi cura di lei e darle lo spazio di cui necessita per percorrere il cammino per essere quella che è. Questo posso farlo se lo faccio con me stessa. Se non perdo il contatto con me stessa e confido e mi prendo cura del mio modo di essere ciò che sono.

“Ama il prossimo come te stesso”¹⁸ non significa che dai all'altro ciò che dai a te stesso. Quello che per te può essere d'aiuto può risultare nefasto per l'altra e viceversa. Ama l'altro come te stesso significa: riconosci l'unicità dell'altra, il valore dell'altra, come riconosci la tua unicità e il tuo valore e permettile di essere quella che è come permetti a te stessa di essere quello che sei.

L'ospitalità è la capacità di riconoscere l'altra come altra, perché lei possa riconoscere se stessa, aprirsi all'alterità e riprendere il cammino per essere se stessa.

Ospitalità verso me stessa

Non meno importante è la capacità di essere ospite. L'ospitalità è anche la capacità di lasciarmi accogliere, di consentirmi di essere curata e accompagnata e liberata per percorrere la mia strada personale.

Di fatto, l'ospitalità alle mie sorelle è possibile solo se io sono capace di accogliere me stessa e di lasciarmi accogliere. “Ama il prossimo come te stesso” è un comandamento evangelico e al contempo una constatazione. Come comandamento è l'esortazione di Dio ad amare gli altri come amo me stessa, perché l'amore è qualcosa che condividiamo perché l'abbiamo ricevuto. Nel nostro caso, è l'esortazione ad accogliere gli altri così come accolgo me stessa. L'amore, l'ospitalità, è un atto di libertà, un atto compiuto da una persona libera. “Ama il prossimo come te stesso”, come constatazione, è l'esperienza dei limiti che poniamo alla nostra capacità di accogliere noi stesse, così come siamo, sono gli stessi limiti che poniamo nell'accogliere gli altri come sono.

¹⁸ Mc 12, 30; Mt 22,39; Lc 10,27

Possiamo dare ospitalità all'altra nella misura in cui siamo capaci di darla a noi stesse.

Allo stesso modo in cui l'ospitalità verso la mia sorella è riconoscere e valorizzare chi è – con il suo modo particolare di capire e rispondere alla vita – prendermi cura di lei e darle il tempo e lo spazio di cui ha bisogno per percorrere il cammino per essere quella che è, così l'ospitalità verso me stessa è riconoscere e valorizzare quella che sono – con il mio modo particolare di capire e di rispondere alla vita – prendermi cura di me e darmi il tempo e lo spazio di cui necessito per percorrere il cammino per essere quella che sono. L'ospitalità verso la mia sorella è possibile nella misura in cui vivo l'ospitalità con me stessa.

Ospitalità di Dio

“Abbiamo chiesto al Signore, fratelli, chi potrà abitare nella sua tenda e abbiamo ascoltato da lui quali sono le condizioni per poter dimorare in essa: compiere i doveri di ogni abitante della sua casa”, afferma Benedetto nel prologo ¹⁹.

Monaca, alla fine, è una donna che cerca Dio e cerca di essere accolta da Dio. Monaca è chi centra la propria vita in Dio stesso, L'ospitalità ha una fine, che è un nuovo inizio, e l'inizio è la fine di tutto. Di fatto, è una nuova nascita. E' il salto alla grazia, quando chi accoglie sa di essere infinitamente accolta.

L'ospitalità verso gli altri e verso se stessi finisce, inizia e si nutre dell'ospitalità di Dio. Non sono tappe successive, ma momenti relazionali che si danno contemporaneamente come in una danza.

Ci serviamo della mano di un'esperta, santa Teresa di Gesù, per esporlo. I suoi superiori le chiedono di scrivere un trattato per spiegare il tema difficile dell'orazione e lei lo fa, obbediente, rivolgendosi alle monache dei suoi monasteri e a chi poteva beneficiarne ²⁰. Castello che va dai bordi dell'anima – o le mura del castello, dove ci sono le guardie senza sapere cosa c'è al suo interno né il valore dei grandi segreti che ci sono dentro il castello – fino al cuore dell'anima, l'alcova centrale del castello che è l'alcova di Dio stesso, “nel profondo, in una cosa molto profonda che non so descrivere perché non ha parole”²¹.

Per cominciare, Teresa ricorda alle sue sorelle “la bellezza e la dignità”²² della persona umana nel suo intimo, che chiama anima, la quale è un castello che descrive tutto di diamante o di cristallo chiarissimo dove Dio abita, si rallegra e si compiace.²³

¹⁹ Prologo 39

²⁰ Prologo, 5.

²¹ Settime Mansioni, 1.8.

²² Prime Mansioni, 1.1, 2

²³ Settime Mansioni, 1.1

Quando Teresa di Gesù racconta ciò che accade all'interno del castello, nelle *settime mansioni*, rispetto a quello che succede nelle mansioni precedenti, ripete più volte che è molto diverso ²⁴. Nelle *settime mansioni* non si entra, è Dio che vi introduce l'anima, non vi si giunge con sofferenze e sforzi, ma l'anima vi è accolta. Con Dio tutto è grazia²⁵. L'ospitalità di Dio si dà a un altro livello, è Dio a prendere l'iniziativa, a ospitare l'anima nella sua alcova e non vuole lasciarla²⁶, l'anima vede la Trinità stessa e la Trinità si comunica con lei²⁷.

Teresa racconta come entrò nella dimora di Dio per la prima volta. Durante l'eucaristia, dopo la comunione, le apparve Gesù che vide come dopo la risurrezione, con grande splendore e bellezza. Gesù le disse che a partire da quel momento "le sue cose (quelle di Gesù) sarebbero diventate sue ed Egli si sarebbe preso cura delle sue"²⁸ e aggiunge altre cose difficili da spiegare.

Di colpo, secondo il suo racconto, tutto diventa semplicità. Gli slanci mistici della santa cedono il passo a una pace inenarrabile che niente e nessuno può turbare. Non ci sono levitazioni né visioni, ma un abbandono e una fiducia totale di Teresa in Gesù. Non solo di Teresa in Gesù, ma anche di Gesù in Teresa.

Così, Teresa sperimenta l'ospitalità di Dio come mirabile interscambio nel quale Dio la accoglie e la libera, chiedendole e confidando nel fatto che lei lo accolga e lo liberi. Gesù accoglie Teresa e Gesù, risuscitando, chiede a Teresa di essere accolto da lei. Così, Teresa comprende che tutto ciò che si riferisce a Gesù è suo, di Teresa, e nulla conta se non per servire Lui. Vive una pace profonda, imperturbabile, però questa pace è invio, lotta, perché tutto ciò che riguarda Gesù, in quel momento, riguarda lei. Abitata dal "dolce ospite"²⁹ non ci sono impegni grandi abbastanza da trattenerla. E ricorda alle sue sorelle, con uno stile simpatico e diretto:

"Quando vedo anime molto diligenti nel capire l'orazione che stanno facendo, e tutte incappucciate quando sono impegnate in essa (pare che non osino stimolare né muovere il pensiero per non perdere quel poco di gusto e di devozione che hanno ottenuto), mi è chiaro quanto poco capiscono la strada attraverso cui si ottiene l'unione. E pensano che il lavoro sia quello. No, sorelle, no; il Signore vuole le opere, e se c'è un'inferma a cui potete dare sollievo, non temete di perdere la

²⁴ Idem., 1.7, 2.2, 2.4

²⁵ Idem, 1.6

²⁶ "L'anima, o meglio il suo spirito, diviene una cosa sola con Dio, (...) Dio si compiace di così unirsi a una creatura, da non volersi mai più da essa dividere, come coloro che per il matrimonio non si possono più separare." Idem, 2.3-5

²⁷ "La divinizzazione è sempre donata, ma conquistata dall'individuo," dice Massimo il Confessore. S. Massimo commenta il versetto paolino "non sono io che vivo, ma è Cristo che vive in me", e afferma che questo non implica una distruzione della libertà, ma un 'abbandono cognitivo' nel contesto di un'estasi erotica nella quale uno vive la vita dell'amato abbracciato, completamente e liberamente, da lui. Nessun essere particolare può sopravvivere alla morte, che è in realtà essere, se non in e attraverso questo tipo di comunione con l'Altro." Massimo il Confessore citato da J. Zizioulas in "Communion and Otherness: Further Studies in Personhood and the Church", T&T Clark, 2006, pp. 84-85.

²⁸ Settime Mansioni, 2.1

²⁹ La tradizione monastica orientale ci ricorda che il cammino dell'interiorità è il cammino di apertura allo Spirito, il "dolce ospite" che ci abita.

devozione e abbi compassione di lei; e se ha dolore, sia il tuo dolore; e se è necessario, digiuna perché lei possa mangiare, non tanto per lei ma perché sai che il tuo Signore la ama; è questa la vera unione con la sua volontà”³⁰

A modo di conclusione

L'ospitalità è il processo attraverso cui l'aquila arriva a riconoscere il suo cuore di aquila, e vola. Il processo comprende l'essere accolta, curata e alla fine riconosciuta e liberata nel proprio modo unico di essere. Il processo si completa quando l'aquila è capace di riconoscersi in tutta la sua profondità, grazie alla cura iniziale del contadino e alla relazione con la biologa che la aiutano a mettersi di fronte alla luce dell'Assoluto e quindi ad aprirsi alla sua vera libertà.

L'ospitalità è il cammino di apertura allo Spirito, il “dolce ospite” che abita il nostro nucleo più profondo, introducendoci al mistero di Dio e invitandoci a dispiegare il suo dinamismo in e con noi (Gv 14,17), in e con le nostre sorelle (Gn 4,9), in e con tutta la creazione (Rm 8, 22-23).

L'ospitalità all'interno della comunità è la fonte della nostra ospitalità all'esterno; non è un lusso, è la possibilità stessa del nostro essere persone, del nostro essere monache e creare comunità. L'ospitalità in senso lato è la pace.

L'ospitalità è il rapporto con cui l'aquila viene a riconoscere il suo cuore dell'aquila, ad affrontare il cielo infinito e a volare.

E vola perché questo cuore batte nel suo corpo d'aquila. L'aquila riconosce il suo cuore e integra il suo corpo per volare. Non vola nonostante il suo corpo. Non è la negazione del suo corpo che gli permette di volare, ma al contrario. L'aquila vola mentre la luce del sole gli riempie gli occhi e lo invita a saltare aprendo le sue grandi ali e tutte le possibilità del suo bel corpo.

La vocazione monastica, come ogni vocazione umana, è una chiamata che nasce nella persona umana, con il suo corpo. Spesso la tradizione monastica, però, insieme ad una parte della spiritualità cristiana, ha sospettato il corpo, soprattutto quello della donna. Sappiamo che il corpo è importante ed è per questo che usiamo alcune posture per pregare, e non altre. Sappiamo che il corpo esprime il nostro rapporto con Dio. Ma spesso troviamo difficile credere che Dio vide la sua creazione e vide che era buona, come dice la Genesi. Corpo umano incluso. La vergogna della nostra nudità appare con dubbio, con sospetto verso Dio, non nasce dalla Sua presenza dice la storia. Secoli dopo San Paolo ci dice che il nostro corpo è il tempio di Dio. Essere templi di Dio significa essere abitati da Dio e animati dal suo spirito d'amore. E abbiamo bisogno del nostro corpo per amare, come l'aquila ha bisogno di volare. Gesù ha imparato dagli abbracci e dai baci dei suoi genitori, e ha amato con il suo corpo. Dio ci libera per la vita, per amare, per volare. Con il nostro corpo.

Non è la negazione del corpo che evita gli abusi sessuali o le relazioni indesiderate che si scoprono. Al contrario, penso che dobbiamo fare luce sulla

questione di assumere la nostra corporeità in modo positivo. L'ascesi è aprirci all'amore, dice Zizioulas, quell'amore di Dio che si è incarnato e ha voluto essere trovato ed espresso nel corpo umano, attraverso il corpo umano. Credo che nella vita monastica abbiamo una riflessione in sospenso sull'ospitalità che diamo al nostro corpo.

Maria del Mar Albajar

Monastero di san Benedetto di Montserrat

³⁰ Quinte Mansioni, 3,11