

CENACOLOGAM

«IL REGNO DI DIO SOFFRE VIOLENZA... E SOLO UNA GIOVENTÙ D'ASSALTO LO PUÒ CONQUISTARE» (cfr. Mt 11,12)

Periodico mensile religioso a cura della Comunità Consacrati del GAM-GIOVENTÙ ARDENTE MARIANA - Aut. Trib. di Benevento n° 31 del 14-09-2004
Direttore responsabile Don Pasquale Maria Mainolfi - Spedizione in abbonamento postale - D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n° 46) art.1 comma 2- DCB - Benevento

L'arte di mantenere la calma

«Io credo che, senza le devozioni cattoliche, e in particolare senza la devozione alla Madonna, che è nel cuore di tutte le devozioni (e che le riassume tutte come il corpo si riassume nel cuore) non avrei potuto conservare la fede nella sua sostanza, sommersa e mormorante come una polla d'acqua sotterranea che scorre senza rumore in fondo all'anima, come un pedale d'organo in appoggio al sentimento di esistere; non avrei potuto in tante circostanze critiche mantenere la calma. La fede deve bagnare e intridere tutto il nostro essere, penetrare fin nella più piccola cellula» (Jean Guitton). Spesso noi pensiamo alle grandi crisi della vita, a quei momenti supremi che danno la vera misura di un uomo, e ci chiediamo se sapremo essere all'altezza. Tuttavia sono i piccoli turbamenti, i giri di vite dell'esistenza quotidiana che dovrebbero preoccuparci, perché sono questi che provocano quell'offuscamento delle nostre facoltà mentali per cui ci dimostriamo inferiori a noi stessi.

Per esempio, quando qualcuno mette in dubbio una nostra affermazione, noi spesso, invece di trovare argomenti più convincenti, ci inalberiamo e ce ne veniamo fuori con qualche risposta di cui più tardi ci pentiamo. Oppure, in una disputa amichevole, perdiamo la calma e ripieghiamo su delle banalità. C'è un racconto imperniato su un caso che una volta o l'altra è capitato a tutti: il caso di quello che ripensa a tutte le cose spiritose che avrebbe potuto dire ... se le avesse pensate a tempo. Talvolta, presi alla sprovvista, finiamo per dire una cosa che non era affatto nelle nostre intenzioni: come il giovane che, nell'ufficio del direttore, diventò tanto nervoso che chiese un aumento di stipendio per un altro.

Davanti alle nostre mancanze non arrabbiamoci, non aggiungiamo un male ad un altro male, ma conserviamo la pace interiore, e dedichiamoci con coraggio a convertirci. La virtù non è una pera che si mangia in un solo boccone.

San Serafino di Sarov

Il sapersi mantenere calmi non è un dono di natura che si ha o non si ha; ma una virtù alla portata di tutti. La tranquillità dell'animo, così necessaria per essere felici e per produrre del buon lavoro, è frutto di fede e di preghiera. Ed ecco sette regole, cioè sette suggerimenti:

1. **Saper rasserenare.** Nulla vale una parola rasserenante per alleggerire un'atmosfera troppo greve. Durante la seconda guerra mondiale, sul fronte indobirmano, il maresciallo britannico visconte William Slim cercava un modo di sollevare il morale dei suoi ufficiali dopo una grave sconfitta. «Le cose potrebbero andar peggio» cominciò. «E come?» chiese una voce dal fondo. «Beh, disse Slim, potrebbe piovere».

2. **Non precipitate.** Sotto la spinta di una forte emozione si è tentati di agire a precipizio. Spesso, in un momento critico, un'azione

affrettata è proprio l'opposto di quel che si richiede. Potrebbe essere meglio soprassedere. Mentre indugiamo possiamo evitare azioni avventate. Inoltre un breve indugio può riportare alla memoria una risposta che mancava. Un professore di lettere, nel corso di una lezione, non riusciva più a ricordare l'autore della commedia che stava discutendo con i suoi allievi, e questi cominciarono ad accorgersene. Ma lui, senza perdere la testa, continuò la discussione, lasciando che il tempo gli riportasse alla memoria il nome dimenticato. Infine lasciò cadere con indifferenza il nome dell'autore, e osservò impassibile: «Mi stupisce che nessuno di voi ci abbia pensato».

3. **Non siate prepotenti.** Cercare una soddisfazione d'amor proprio imponendo ad altri le nostre idee o la nostra volontà provoca attriti senza fine. A nessuno piace essere messo con le spalle al muro: eppure spesso

noi, con la nostra esigenza costringiamo l'avversario, subordinato o superiore, a mettersi in questa posizione imbarazzante. «Una delle maggiori difficoltà nel mio mestiere, dice uno specialista di controversie, consiste nell'evitare che la gente si cacci in un vicolo cieco. E per tentare di impedirlo avvio gradatamente le parti in causa al punto in cui io suggerisco una soluzione. Non appena l'ho suggerita, la lascio cadere e mi metto a parlare d'altro, della mia barca o che so io, pur di dare loro tutto il tempo di riflettere all'offerta prima di parlare. In seguito, saggio le loro reazioni. Con questo metodo si evita di solito che la gente si metta da sé in situazioni dalle quali è difficile tornare indietro. Non avete idea delle persone che sono state aiutate da quella mia barca».

4. **Considerate i motivi.** Nulla ci fa perdere le staffe così rapidamente come una critica aspra o un insulto. Qualche tempo fa chiesero

a uno psichiatra come facesse a restare calmo davanti alle ingiurie che nella sua professione riceve così spesso dai malati.

«Gran parte degli insulti che riceviamo non sono effettivamente diretti a noi» rispose. «Di solito il malato ce l'ha con qualche altro, parente, amico, superiore: e si sfoga con noi semplicemente». Questa è una riflessione che tutti noi dovremmo fare molto più spesso. «Un'altra cosa da tener presente è che per litigare bisogna essere in due. Qualche settimana fa una signora nel mio studio voleva litigare a tutti i costi. "Gli psichiatri sono tutti pazzi", mi disse. "Curioso, risposi. Stamani mentre venivo allo studio pensavo esattamente la stessa cosa"».

5. **Siate sinceri.** «Se un'intervista mi innervosisce, diceva un giornalista, lo dico francamente. Questo mi calma e spesso mette anche l'altro a suo agio. Una volta, mentre intervistavo un alto funzionario, rimasi non meno di un minuto in silenzio cercando un modo di avviare la conversazione. Infine dissi: "Non riesco a trovare nulla per rompere il ghiaccio". E tanto bastò».

6. **Siate preparati.** La necessità di una buona preparazione ebbe la sua riprova drammatica in occasione del volo spaziale dell'astronauta Gordon Cooper. Quando il sistema automatico che avrebbe dovuto provvedere al rientro dell'astronave ebbe un'avaria, Cooper prese con calma il comando manuale ed effettuò uno dei migliori rientri. «Non ero molto preoccupato», disse. E questo

perché si era esercitato in ogni possibile manovra di emergenza, infinite volte. «Avevamo provato, provato e riprovato tutto, disse Cooper. Mi sentivo lì dentro come a casa mia».

7. **Siate previdenti.** Il presidente del consiglio di amministrazione di un grande quotidiano di New York, l'Herald Tribune, non partecipa mai a una discussione senza aver prima vagliato scrupolosamente tutte le eventualità. Se prevede che ci sarà battaglia tra punti di vista opposti, soppesa gli argomenti che potrebbero essere adottati e riesamina le proprie opinioni. Se sa che toccherà a lui di influire sull'assemblea, prevede ogni possibile attacco e rende la sua posizione quanto più forte è possibile. Come risultato delle sue previsioni meditate, non è mai nervoso quando si reca a una seduta e non esce mai irritato. Un suo collaboratore lo giudica «il più calmo fra tutti i dirigenti che conosco». Sapersi serbare calmi è cosa che giova al nostro benessere.

“La traboccante gioia di sapere Gesù vivo, vincitore della morte, riempi di luce solare l'animo degli Apostoli. Ma non era, quella gioia, riservata a loro soli. Doveva e deve diffondersi per tutto il mondo, essere offerta a ogni creatura.

Il Cristianesimo si diffuse per un duplice e continuo impulso: la predicazione degli Apostoli e la conquista spicciola di nuovi fratelli, condotta dai cristiani.

Questi sono gli uomini che hanno fatto cristiano il mondo. Avevano preso sul serio le parole che Gesù dice a ogni cristiano: «Voi siete la luce del mondo; voi siete il sale della terra».

”
(Don Carlo)



C'è proprio bisogno di te

“

«ANDATE IN TUTTO IL MONDO ED ANNUNCIATE IL VANGELO AD OGNI CREATURA». Meraviglioso l'invito di Gesù perché ti muove qualcosa dentro e non ti lascia indifferente, ti dice: c'è proprio bisogno di te per annunciare la sua parola.

La Mamma Celeste che è la condottiera per eccellenza mi ha chiamata per la missione in Veneto ed io ho valicato i miei confini ed ho pronunciato il mio SI! E subito all'assalto per incontrare le famiglie. L'inizio non è stato dei migliori in un negozio di fiori dove pensavo di trovare il profumo di Dio ma invece rifiuto netto. Con la mia "piccola comunità" però non mi sono persa d'animo, abbiamo iniziato a pregare e a cantare e mi sembrava di aver svegliato tutti da un lungo sonno. Ricordo una coppia di sposi che proprio a Medjugorje aveva ritrovato il senso cristiano della vita; e ancora un simpatico nonno ahimè un po' fuori di testa che nonostante gli era stato proibito di

pregare, appena abbiamo ingranato la marcia con l'Ave Maria è scoppiato a piangere. E quanti volti tristi la Mamma Celeste ha rincorato. Anche a me la Mamma ha fatto un bel regalo, cioè quello di farmi incontrare una signora che dopo aver a lungo chiacchierato di varie sofferenze mi ha detto: «Grazie perché mi hai dato lo spirito giusto e la gioia di affrontare la sofferenza di mia madre che purtroppo è in casa di riposo. Non riesco ad accettare la sua sofferenza, per questo è lì, ma andrò a prenderla. Per me Dio è sempre stato punitivo... Oggi nei tuoi occhi ho trovato riflesso il volto di Dio Amore». Questa chiacchierata mi ha sconvolta perché pensavo a quanto la Mamma avesse fatto in quell'anima. A volte basta poco per portare un'anima a Gesù. L'ho riabbracciata durante la veglia eucaristica e mi ha confessato di essersi sentita molto amata da Dio Padre. Con la mia "piccola comunità" abbiamo lasciato i "Per Me Cristo" fuori le case... Un vero e proprio sconvolgimento di anime ma soprattutto la gioia di aver vissuto giorni di grazia...

Nei TRE con la Mamma, Chiara

”



AIUTACI A
COLORARE DI GIOIA
LA VITA DI MOLTI

Puoi destinare alla Comunità
Consacrati del GAM il 5X MILLE
codice fiscale: 92058900645

CENACOLOGAM

Via Appia Nuova, 45B
82018 - Calvi (BN)
Tel/fax: 0824/337181
e-mail: cenacologam@libero.it



Per offerta:

CONTO BANCOPOSTA n° 61214839
Iban: IT46 R076 0115 0000 0006 1214 839
(Bic/Swift: BPPITRXXX)
intestato a: Comunità Consacrati del GAM