



Como è adatta per tutto, anche per una rivoluzione • don Giuseppe Brusadelli

LE QUINDICI REGOLE PER ESSERE FELICI

È possibile la felicità su questa Terra? Secondo il pontefice sì e nel nuovo libro indica la via per trovarla: bisogna fare tesoro anche dell'inquietudine e della tristezza

PAPA FRANCESCO

1 - Leggi dentro di te. La nostra vita è il libro più prezioso che ci è stato consegnato, e proprio in quel libro si trova quello che si cerca inutilmente per altre vie. Sant'Agostino lo aveva compreso: «Rientra in te stesso. Nell'uomo interiore abita la verità». È l'invito che voglio fare a tutti, e che faccio anche a me. Leggi la tua vita. Leggiti dentro, come è stato il tuo percorso. Con serenità. Rientra in te stesso.

2 - Ricordati che sei unico, che sei unica. Lo è ciascuno di noi ed è al mondo per sentirsi amato nella sua unicità e per amare gli altri come nessuno può fare al posto suo. Non si vive seduti in panchina a fare la riserva di qualcun altro. No, ciascuno è unico agli occhi di Dio. Quindi non lasciarti "omologare": non siamo fatti in serie, siamo unici, siamo liberi, e siamo al mondo per vivere una storia d'amore, di amore con Dio, per abbracciare l'audacia di scelte forti, per avventurarci nel rischio meraviglioso di amare.

3 - Fai emergere la tua bellezza! Non quella secondo le mode del mondo, ma quella vera. La bellezza di cui parlo non è quella piegata su se stessa, come Narciso che, innamoratosi della propria immagine, finì per affogare nel lago dove si rispecchiava. E nemmeno quella che scende a patti con il male, come Dorian Gray che, a incantesimo finito, si ritrovò con il volto deturpato. Parlo della bellezza che non sfiorisce mai perché è riflesso della bellezza divina: il nostro Dio è inseparabilmente buono, vero e bello. E la bellezza è una delle vie privilegiate per arrivare a Lui.

4 - Impara a ridere di te stesso. I narcisisti si guardano continuamente allo specchio... Io consiglio ogni tanto di guardare nello specchio e di ridere sé. Ridete di voi stessi. Vi farà bene.

5 - Vivi una sana inquietudine, nei desideri e nei propositi, quell'inquietudine che spinge sempre a camminare, a non sentirsi mai

«arrivati». Non isolarti dal mondo rinchiodandoti nella tua stanza - come un Peter Pan che non vuole crescere - ma sii sempre aperto e coraggioso.

6 - Impara a perdonare. Ogni persona sa di non essere sempre il padre o la madre che dovrebbe essere, lo sposo o la sposa, il fratello o la sorella, l'amico o l'amica che dovrebbe essere. Tutti siamo "in deficit", nella vita. E tutti abbiamo bisogno di misericordia. Ricorda di avere bisogno di perdonare, di avere bisogno del perdono, di avere bisogno della pazienza. E ricorda che sempre Dio ti precede e ti perdona per primo.

7 - Impara a leggere la tristezza. Nel nostro tempo è considerata solo un male da fuggire a tutti i costi, e invece può essere un indispensabile campanello di allarme, che ci invita a esplorare paesaggi più ricchi e fertili che la fugacità e l'evasione non consentono. A volte la tristezza lavora come un semaforo, ci dice: è rosso, fermati! Accogliamla, sarebbe molto più grave non avvertire questo sentimento.

8 - Fai grandi sogni. Non accontentarti del dovuto. Il Signore non vuole che restringiamo gli orizzonti, non ci vuole parcheggiati ai lati della vita, ma in corsa verso traguardi alti, con gioia e con audacia. Non siamo fatti per sognare solo le vacanze o il fine settimana, ma per realizzare i sogni di Dio in questo mondo. Egli ci ha reso capaci di sognare per abbracciare la bellezza della vita.

9 - Non dare ascolto a chi vende illusioni. Una cosa è sognare, e altra è avere illusioni. Chi parla di sogni e vende illusioni è un manipolatore di felicità. Siamo stati creati per una gioia più grande.

10 - Sii rivoluzionario, va' controcorrente. Nella cultura del provvisorio, del relativo, molti predicano che l'importante è "godere" il momento, che non vale la pena di impegnarsi, di fare scelte definitive, perché non si sa cosa riserva il domani. Ti chiedo di es-



Carl Bloch, "Il discorso della montagna", 1890



Il nuovo libro del papa

sero rivoluzionario, di ribellarti a questa cultura che, in fondo, crede che tu non sia in grado di assumerti responsabilità. Abbi il coraggio di essere felice.

11 - Rischia, anche se sbagliare. Non osservare la vita dal balcone. Non confondere la felicità con un divano. Non essere un'auto parcheggiata, lascia piuttosto sbocciare i sogni e prendi decisioni. Rischia. Non sopravvivere con l'anima anestetizzata e non guardare il mondo come fossi un turi-

sta. Fatti sentire! Scaccia le paure che ti paralizzano. Vivi! Datti al meglio della vita!

12 - Cammina con gli altri. È brutto camminare da soli. Brutto e noioso. Cammina in comunità, con gli amici, con quelli che ti vogliono bene: questo ti aiuta ad arrivare alla meta. E se cadì, rialzati. Non avere paura dei fallimenti, delle cadute. Nell'arte di camminare, quello che importa è non "rimanere caduti".

13 - Vivi la gratuità. Chi non vive la gratuità fraterna fa della propria esistenza un commercio affannoso, sempre misurando quello che dà e quello che riceve in cambio. Dio dà gratis, fino al punto che aiuta persino quelli che non sono fedeli, e «da sorgere il suo sole sui cattivi e sui buoni» (Mt 5,45). Abbiamo ricevuto la vita gratis, non abbiamo pagato per essa. Dunque tutti possiamo dare senza aspettare qualcosa. È quello che Gesù diceva ai suoi discepoli: «Gratuitamente avete ricevuto, gratuitamente date» (Mt 10,8). Ed è il senso di una vita compiuta.

14 - Guarda oltre il buio. Sforzati di avere occhi luminosi anche dentro le tenebre, non smettere di cercare la luce in mezzo alle oscurità che tante volte portiamo nel cuore e vediamo attorno a noi. Alzare lo sguardo da terra, verso l'alto, non per fuggire, ma per vincere la tentazione di rimanere steso sui pavimenti delle nostre paure. Questo è il pericolo: che siano le nostre paure a reggerci. Di rimanere rinchiusi nei nostri pensieri a piangerci addosso. Questo è l'invito: alza lo sguardo!

15 - Ricorda che sei destinato al meglio. Dio vuole per noi il meglio: ci vuole felici. Non si pone limiti e non ci chiede interessi. Nel segno di Gesù non c'è spazio per secondi fini, per pretese. La gioia che ci lascia nel cuore è gioia piena e disinteressata. Non è mai una gioia annacquata, ed è una gioia che ci rinnova.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

2022 FullDay srl, Milano

© RIPRODUZIONE RISERVATA

2022 Libreria Editrice Vaticana - Diastero per la Comunicazione - Città del Vaticano

APPROFONDIMENTO

LE PAROLE DEL PAPA GLI AUTORI CHE AMA

Vi proponiamo uno stralcio da "Ti voglio felice (Il centuplo in questa vita)" (272 pp., 16,90 euro) il nuovo libro di Papa Francesco. Pubblicato da Libreria Plenigiorno, che ne gestisce i diritti internazionali, in collaborazione con Libreria Editrice Vaticana, il volume rappresenta il naturale completamento del precedente bestseller "Ti auguro il sorriso". "Ti voglio felice" è il nuovo manifesto di Papa Francesco per un'autentica realizzazione di sé in questi tempi difficili, e intreccia le parole del pontefice con quelle dei libri e del film che più ha amato, da Borges a Dante, da Dostoevskij a Sant'Agostino, da Felini a Tolkien.