

DOMANDA:

Una domanda di Marie Christine: "Come si può lavorare sul distacco e sull'accettazione?"

RISPOSTA di ANNE:

Non è facile lavorarci su. L'importante è di dirsi che noi siamo soltanto responsabili per la nostra parte e che l'altro è responsabile della sua parte e che, se l'altro ha delle reazioni che ci cioccano o che non ci corrispondono, è anche quella la sua vita. Ed è importante rispettare la sua vita e in quel momento cominciamo a smettere di giocare il ruolo, forse di genitore, d'insegnante per accettare che l'altro abbia anche delle scelte e faccia la sua vita.

Accettare quello che succede, non significa fare niente. Accettare di non dirsi che non facciamo niente è già "accetto che le cose siano come sono e adesso cosa posso fare al mio livello per agire? Posso cambiare qualcosa che sta in me? Posso diventare migliore? Posso essere un esempio? Posso mettere della luce là dove non ce n'è oppure là dove passo?"

Tutto questo è importante e ci permette di dirsi: "Accettiamo che il mondo sia com'è, che gli esseri siano come sono, perché sono là, in quel modo, cosa vengono a farmi vedere?"

Il fatto è che dentro di me c'è ancora guerra, c'è ancora odio, ci sono ancora nozioni di potere, c'è ancora egoismo ed è su quello che devo lavorare per primo. Dunque, tutto quello che farò al mio livello per me e quello che posso fare intorno a me, è quello che

aiuterà al distacco e il non-giudizio è estremamente importante. Per esempio: “Non posso permettermi di giudicare l’altro perché non so, né a quale livello sta, né perché agisce così, né quando cambierà oppure no, che cosa ha vissuto prima? E questo non lo può sapere nessuno.

Ecco quello che volevo dire. Tra l’altro c’è una bellissima frase che dice: “Signore, dammi la capacità di agire là dove posso agire e di accettare quello che non posso cambiare.” Penso che essa sia la regola ultima attualmente in questi tempi confusi, in questi tempi di conflitti, in questi tempi di separazione, in modo che possiamo appunto portare l’unità e l’amore dovunque andiamo.