Imparare ogni cosa (Under 20)

“Lo Spirito Santo vi insegnerà ogni cosa” (Gv 14,26) è una delle mie frasi preferite del Vangelo.

La dice Gesù, parlando della forza vitale che pervaderà i discepoli del Risorto.

C’è questo Maestro interiore, che si confonde con la nostra coscienza e la nostra personalità.

Come lo riconosciamo? Dalla capacità di essere padroni di noi stessi.

Dove e come possiamo allenare questa forza?

Vi suggerisco tre cose.

1-Linguaggio sicuro

Ultimamente, sia gli adulti che i più giovani, quando gli chiedi una cosa, ti rispondono: “In linea di massima potrei…” oppure “Quel giorno penso di avere un impegno…” o cose simili. Sono tutti modi di dire che tengono aperta una scappatoia e alla fine tradiscono insicurezza. **Allenatevi a dire**: “Sono libero, ma voglio valutare meglio se dirti di sì o di no”, oppure: “Ho già un impegno, quindi no.” **Vedrete come è difficile, e allo stesso tempo come cambia la musica…**

2-Padronanza di sé

Faccio fatica a studiare, ma mi sono dato questo tempo. Non riesco a rimanere concentrato, allora evito le distrazioni. Scelgo di non guardare il cellulare per il tempo che studio. Voglio leggere 20 pagine al giorno e ascoltare 2 belle canzoni. **Sono tutti piccoli esercizi che servono a diventare padroni di se. Vengono tempi, nella vita, in cui ringrazierete di non essere dei pappamolli della volontà.**

3-Interiorità

Partendo dall’ABC, fatevi un glossario delle emozioni. Quando chiedo a una persona come sta, mi risponde: “Bene” o “Sono arrabbiato”. **Queste due risposte dovreste proibirle dal vostro linguaggio**, cominciare a **riconoscere esattamente qual è la vostra emozione dominante e imparare a chiamarla per nome**, come se fosse la sfumatura di un colore: esiste il verde, ma può essere verde acqua, verde bosco, verde militare, verde pisello ecc. **Qual è esattamente l’emozione che stai vivendo? Come si chiama?**

Scoprirete che lo Spirito è capace di insegnarvi ogni cosa.

