

Energie onnipotenti

Mi confidava Claus di Biasi, campione mondiale di tuffi dal trampolino, che per un atleta, al momento del salto, è sommamente importante vivere la piena e serena concentrazione nella esecuzione del tuffo; il pieno coinvolgimento, cioè, della mente e del cuore.

Per lui non deve avere nessuna importanza quanto di positivo o di negativo possa accadere prima o dopo quel momento.

All'inizio di ogni mia giornata, in preparazione ai vari salti che la vita mi presenta, mi concentro nell'unico comandamento dove trovo l'anima di ogni mia azione.

Questo mi domanda di alleggerire la mia mente dal bagaglio ingombrante delle prevenzioni, dei giudizi contro il prossimo; mi comanda la spogliazione totale dall'egoismo e dalle preoccupazioni che devo in continuazione "gettare nel Padre". "Mi fido di te - dice una canzone - so già che tu in me vincerai".

Prendo atto che in ogni fase dell'esercizio, per quanto mi sembri difficile o addirittura impossibile, le energie da scatenare sono comunque onnipotenti perché concentrate unicamente in Colui che mi dà forza.