

Pellegrina di Pace

La vita e l'opera dalle sue parole



Testi raccolti da alcuni suoi amici

Dedicato con amore a tutti coloro che stanno compiendo una ricerca spirituale

Titolo originale:

PEACE PILGRIM
Her Life and Work in Her Own Words

Questo libro, nella versione originale inglese, è disponibile gratuitamente sia in formato cartaceo che in formato elettronico.

L'opera, inoltre, è presente in varie lingue e formati, anch'essi accessibili gratuitamente. Per maggiori informazioni:

Friends of Peace Pilgrim

PO Box 2207, Shelton, CT 06484, USA

tel. (203)926-1581

e-mail: info@peacepilgrim.org

sito web: www.peacepilgrim.org

«Friends of Peace Pilgrim» è un'associazione di volontariato no-profit non sottoposta ad imposizione fiscale. Shelton, nel Connecticut (Stati Uniti), è la sede principale di contatto con l'associazione. Si prega di inviare le richieste di materiale, gli invii di donazioni in sostegno alle attività dell'associazione e le richieste di altro tipo all'indirizzo sopracitato.

copyright© 1982, 2009 Friends of Peace Pilgrim

Questo libro è protetto dalla normativa sui diritti di copyright per la salvaguardia da usi illeciti o scorretti. È concessa la riproduzione di materiale da questo libro a coloro che operano per la pace, per lo sviluppo spirituale e per la crescita della responsabilità umana nel mondo.

Traduzione italiana: versione 01.00, aprile 2009, Sorbolo, Italia.



Questo libro è stato compilato da 5 amici di Pellegrina di Pace a Santa Fe, nel New Mexico, nel 1982, l'anno successivo alla sua «gloriosa transizione». È composto per la maggior parte dalle sue proprie parole. Le eccezioni riguardano l'introduzione, la riproduzione di articoli di giornale e i commenti delle persone che ha incontrato nel corso dei 28 anni di pellegrinaggio per la pace.

Indice

Introduzione.....	6
Capitolo 1: Primi passi.....	10
Capitolo 2: La crescita spirituale: i miei passi verso la pace interiore.....	13
<i>Preparazioni</i>	14
<i>Purificazioni</i>	17
<i>Rinunce</i>	20
<i>Il raggiungimento della pace interiore</i>	22
Capitolo 3: Il pellegrinaggio.....	26
Capitolo 4: Riflessioni sul pellegrinaggio.....	39
Capitolo 5: Vivere nella semplicità.....	45
Capitolo 6: Risolvere i problemi della vita.....	50
<i>L'abitudine di preoccuparsi</i>	52
<i>L'abitudine alla rabbia</i>	53
<i>L'abitudine alla paura</i>	54
<i>La protezione divina</i>	56
<i>Una meditazione utile</i>	57
Capitolo 7: Vivere nella spiritualità.....	59
<i>Le vie della preghiera</i>	59
<i>La guarigione</i>	63
<i>Il potere del pensiero</i>	64
<i>Il cambiamento chiamato morte</i>	65
<i>La religione</i>	67
<i>La via dell'amore</i>	68
Capitolo 8: La via della pace.....	70
<i>Storie di non violenza</i>	76
<i>Una visione di speranza per la pace</i>	77
<i>Altri pensieri sulla pace e sul disarmo</i>	77
<i>Il prezzo della pace</i>	79
Capitolo 9: Il pacifismo allargato.....	80
Capitolo 10: I bambini e la via della pace.....	83
Capitolo 11: Trasformare la società.....	85
<i>La democrazia e la società</i>	85
<i>L'azione di pace nella comunità</i>	87
Capitolo 12: La via di un pellegrino.....	89

Pensieri su cui meditare.....	95
Appendice I: Breve sommario della vita di Pellegrina di Pace.....	98
Appendice II: Il grafico della crescita spirituale di Pellegrina di Pace.....	99
Appendice III: Domande e risposte dalla corrispondenza.....	100
Appendice IV: Poesie, preghiere e canzoni.....	118
Appendice V: Pellegrina di Pace e i media.....	123
Appendice VI: Lettere a Pellegrina di Pace.....	141
Appendice VII: Sul Sentiero degli Appalachi.....	143
Appendice VIII: Esperienze con Pellegrina di Pace.....	147
Breve riassunto dei passi verso la pace interiore.....	152

Introduzione

«PEACE PILGRIM», ovvero Pellegrina di Pace, ebbe un enorme impatto sulla gente che incontrò durante la sua marcia gioiosa attraverso il paese; la sua influenza fu tale che è impossibile descriverla con parole adeguate. Durante i suoi ventotto anni di pellegrinaggio per la pace risvegliò ed ispirò molte migliaia di persone. Coloro che vennero coinvolti personalmente da lei ne conservano un ricordo speciale: le chiacchierate, le risate, le passeggiate insieme, l'ascolto di storie di pellegrinaggio intorno ad un tavolo imbandito per la cena o durante un passaggio in auto per accompagnarla ad una conferenza o ancora gli arrivederci con la mano mentre lei si allontanava velocemente per raggiungere la destinazione successiva.

Dal 1953 al 1981, questa donna dai capelli argentei che obbedì con letizia alla sua chiamata fu una serva del mondo. In ogni villaggio di campagna, in ogni città tentacolare che attraversava, trasmetteva a chi la incontrava un messaggio di pace espresso con grande semplicità: «Quando un numero sufficiente di persone troverà la pace interiore, le istituzioni diventeranno più pacifiche e non vi saranno più pretesti per fare la guerra».

In seguito alla sua morte, avvenuta nel 1981, fummo in tanti, della sua cerchia di amici provenienti da varie parti del paese, a riunirci Santa Fe, nel New Mexico, per ricordarla e condividere le esperienze. Un gruppetto si fermò per lavorare al progetto del libro, un'idea che ciascuno di noi nutriva in cuor suo già da qualche tempo. Con questo libro abbiamo tentato di presentare la vita e gli insegnamenti straordinari di Pellegrina di Pace nella forma più pura, cioè attraverso le sue parole. Esse sono state raccolte utilizzando il suo libricino, «Steps Toward Inner Peace» [«Passi verso la pace interiore» nella versione italiana, N.d.T.], i suoi diciannove bollettini *Peace Pilgrim's Progress*, conversazioni private, selezioni dalla sua corrispondenza e discorsi registrati da privati negli anni. Altre valide risorse si sono rivelate le migliaia di articoli di giornale ed altro materiale stampato della biblioteca «Swarthmore College Peace Library».

Sebbene le parole siano sue, questo libro non è un'autobiografia scritta di suo pugno. Parte del materiale è la trascrizione letterale di nastri registrati, il che conferisce a certi brani una qualità più orale che scritta. Avremmo tanto desiderato che l'avesse potuto scrivere lei. Spesso la gente le chiedeva se intendeva scrivere la propria storia e, più di una volta, lei rispondeva: «In realtà, ho del materiale scritto sufficiente per un libro, solo che non ne possiede la forma».

Nostro compito è stato renderlo sotto forma di libro.

Sebbene il suo messaggio di base non cambiò mai, i suoi discorsi vengono vivacizzati da una varietà di dettagli e di esperienze. Nel testo si ritrovano ripetutamente molte sue affermazioni concise, sotto forma di principi o di aforismi, solitamente presentati in un contesto diverso.

Il messaggio semplice e tuttavia profondo della vita e delle parole di Pellegrina di Pace è sentito con urgenza dall'umanità in cerca di pace. Lei ci ha dato una nuova speranza per il futuro di questo mondo, la speranza che un numero sufficiente di persone possa raggiungere la pace interiore per rendere possibile la pace nel mondo. È stato l'esempio vivente di una persona immersa costantemente nella pace interiore e dotata di un'energia senza limiti che con l'età, invece di

diminuire, aumentò.

Robert Steele scrisse nel giornale indiano *Gandhi Marg*: «Pellegrina di Pace parla con un'autorità e una sicurezza stupefacenti; fa pensare ad un profeta dei tempi biblici. Comunque le sue affermazioni non suonano fanatiche o dogmatiche, al contrario: vibrano come quelle di un essere umano profondamente sincero e devoto, ancorato ad una saggia ed ineffabile visione...».

Nota da una costa all'altra del paese semplicemente come Pellegrina di Pace, ci teneva molto a dare risalto «al messaggio e non al messaggero». Non raccontava mai i dettagli della sua vita, che considerava insignificanti, come il suo vero nome, l'età, il luogo di nascita. Siccome il presente libro narra del pellegrinaggio con parole sue, abbiamo deciso di non inserire queste precisazioni, che possono essere reperite altrove.

«Voglio che la gente mi ricordi solo ricollegandomi alla pace», disse. Per chi la conobbe bene e la vide nel corso degli anni, lei rimarrà sempre la Pellegrina di Pace serena e dal cuore d'oro, piena di umorismo, vitalità e di gioia di vivere.

Nata in una piccola fattoria dell'Est all'inizio del secolo, crebbe in una famiglia di origini modeste e, come tanti, a poco a poco acquisì denaro e proprietà. Quando si rese conto che la vita incentrata su se stessa era diventata insignificante e i suoi beni materiali dei fardelli più che dei doni, camminò per un'intera notte in mezzo ai boschi finché sentì «una volontà completa, senza riserve, di offrire la mia vita a Dio e di pormi al servizio degli altri».

In maniera graduale e metodica adottò una vita di volontaria semplicità. Iniziò quello che sarebbe stato un quindicennio preparatorio, non sapendo esattamente per che cosa si stesse preparando. Fece volontariato in gruppi pacifisti e lavorò anche con persone affette da problemi fisici, emozionali e mentali.

Durante questo «periodo di preparazione» e nel mezzo di molti alti e bassi spirituali scoprì la pace interiore e la sua vocazione.

Il suo pellegrinaggio di pace iniziò la mattina del 1° gennaio 1953. Fece voto «di continuare il mio viaggio fino a quando l'umanità avrà imparato la via della pace». Pellegrina di Pace viaggiava da sola e senza un centesimo, non era sostenuta da alcuna organizzazione. Il suo cammino era «una preghiera» ed un'opportunità per ispirare gli altri a pregare e a lavorare per la pace. Indossava una camicia e dei pantaloni blu scuro, una tunica corta con delle tasche applicate tutt'intorno al bordo inferiore, in cui riponeva i suoi unici averi: un pettine, uno spazzolino ripiegabile, una penna a sfera, copie del suo messaggio e la sua corrispondenza corrente.

Dopo aver percorso a piedi 25.000 miglia, traguardo raggiunto nel 1964, smise di contarle e parlare divenne la sua principale preoccupazione, sebbene continuasse a camminare ogni giorno. La sua agenda di conferenze si fece così fitta che la indusse spesso ad accettare passaggi in auto.

Pellegrina di Pace parlò con migliaia di persone durante l'era McCarthy, la Guerra di Corea, la Guerra del Vietnam, e continuò a farlo anche in seguito. Incontrava le persone per le vie cittadine o lungo strade polverose, nei ghetti, nelle periferie, nel deserto e alle fermate dei camionisti. Venne intervistata da tutte le radio e TV nazionali e così pure da centinaia di stazioni locali del paese. I cronisti dei giornali di innumerevoli città, grandi o piccole, scrissero di lei. Era lei a rintracciarli, se non la trovavano loro per primi, per far ascoltare alla gente il suo messaggio. Tenne incontri nei corsi universitari di psicologia, scienze politiche, filosofia e sociologia, nelle assemblee delle scuole

superiori, nei centri sociali e parlò dai pulpiti di svariate chiese.

Con il passare degli anni, la sua verve contagiosa, la sua mente acuta e la sua saggezza semplice richiamarono un interesse crescente nei suoi confronti e i suoi interlocutori reagivano sempre più con risate entusiaste e spontanee e con domande ponderate.

E in tutti quegli anni, mentre molti di noi avevano sempre più paura di avventurarsi per le strade, quando nessuno le offriva un giaciglio attraversava a piedi le zone «pericolose» delle città e dormiva sul ciglio della strada, in spiaggia e sotto le pensiline degli autobus. Negli anni, gli estranei divennero suoi amici, invitandola nelle loro case ed organizzandole le date delle conferenze, spesso con un anno o più di anticipo.

Pellegrina di Pace credeva che fossimo entrati in un periodo di crisi della storia umana, «camminando in bilico fra una guerra nucleare di distruzione e un'età d'oro di pace». Sentiva che la sua missione era quella di scuotere le persone dall'apatia, di farle riflettere e lavorare attivamente per la pace. E le incoraggiava sempre a ricercare le vere sorgenti di pace all'interno di sé stesse e ad usare vie pacifiche nelle relazioni con gli altri.

Al momento della morte, Pellegrina di Pace stava attraversando il paese per la settima volta. Era passata per tutti i cinquanta stati e aveva anche visitato le dieci province del Canada ed alcune zone del Messico. Nel 1976 un uomo la trasportò con un velivolo dall'Alaska alle Hawaii per farle conoscere i suoi figli, farla viaggiare, farla parlare nelle chiese e con i media. Nel 1979 e nel 1980 ritornò in quegli stati con alcuni gruppetti di persone che desideravano conoscere meglio il suo stile di vita. Aveva in programma di tornare in Alaska e nelle Hawaii nel 1984 e stava considerando l'idea di invitare altre persone ad unirsi a lei nelle sue «gite ispiranti» attraverso vari stati negli anni successivi.

Fece quella che lei amava chiamare «la gloriosa transizione verso una vita più libera» il 7 luglio 1981 vicino a Knox, nell'Indiana. Morì all'istante in uno scontro frontale mentre veniva accompagnata a tenere una conferenza. I suoi numerosi amici in tutto il paese rimasero scioccati. Per qualche motivo, nessuno avrebbe mai immaginato che Pace sarebbe stata chiamata a lasciare questa terra così presto. Tuttavia, un amico scrisse: «Fu attiva fino alla fine e dunque sono sicuro che la sua transizione improvvisa fu come lei l'avrebbe desiderata».

Nella sua ultima intervista ad un giornale diceva di sentirsi in forma smagliante. Stava programmando un altro itinerario, oltre al pellegrinaggio in corso, e le prenotazioni delle sue conferenze arrivavano fino al 1984. Ted Hayes della radio «WKVI» di Knox in un'intervista con lei, registrata il 6 luglio, osservò: «Lei sembra una donna molto felice». Lei replicò: «Sono davvero una persona felice. Come si fa a conoscere Dio e a non essere pieni di gioia?».

Messaggi da parte di amici che avevano saputo della sua scomparsa continuavano ad affluire nel piccolo ufficio postale di Cologne, nel New Jersey, dove veniva sempre spedita la sua posta. Le lettere sono commoventi: «Mia Cara Pace, ho appena saputo della tua morte da questo corpo... Se non è vero, per favore rispondimi». Un'altra persona scrisse: «Sono certa che sei con Dio... Ti vedo nell'Universo...».

Un editore che l'aveva intervistata negli anni 1960 e che divenne un suo grande amico scrisse: «Cicli di preghiera proseguono nel mio cuore per dirle il mio apprezzamento per i suoi

insegnamenti, il suo impatto e la sua influenza sulla mia vita; le auguro un buon viaggio...».

Un amico del Massachusetts scrisse: «È stato un enorme choc (è il meno che si può dire) e una tale perdita per il nostro piccolo pianeta! Ma allo stesso tempo sento che la sua presenza rimarrà sempre fra noi grazie ai suoi begli insegnamenti e al suo esempio di vita...».

Molti hanno scritto nella speranza che venisse redatto un libro per favorire la diffusione del suo speciale messaggio di pace e di amore. Alcuni hanno detto che stanno pensando di scrivere articoli o lavori più lunghi su di lei. Speriamo che questo libro costituisca una fonte preziosa per loro e per altri futuri scrittori, nonché sia di ispirazione e di incoraggiamento per coloro che non ebbero mai la fortuna di incontrarla.

Una persona che ne catturò lo spirito scrisse: «I semi della pace sono stati sparsi correttamente. Chi è stato in contatto con lei ha il dovere di iniziare il raccolto».

È nostro auspicio che le sue parole e il suo spirito possano continuare ad essere fonte di ispirazione. E ci uniamo a voi lettori in un cerchio d'amore, insieme a tutti coloro che la conobbero e ne rimasero colpiti...

*Libera dalla terra, libera come l'aria,
Ora viaggi dovunque.*

-- Cinque dei molti amici di Pace
-- Santa Fe, New Mexico
-- 31 marzo 1982

Capitolo 1: Primi passi

EBBI UN'INFANZIA MOLTO FORTUNATA, sebbene molti di voi possano pensare il contrario. Ero nata povera in una piccola fattoria alla periferia di una cittadina, e sono grata per questo. Ebbi un'infanzia felice: c'erano boschi per giocare, un ruscello per nuotare e dello spazio per crescere. Vorrei tanto che ogni bambino avesse dello spazio per la sua crescita, perché penso che i bambini siano come delle pianticelle: se crescono troppo fitte diventano esili e malaticce, non raggiungendo mai la crescita ottimale. Abbiamo bisogno di spazio per crescere.

Ci apprestiamo a fare il lavoro che siamo tenuti a fare, di solito senza avere un'idea di quello per cui ci stiamo preparando. Perciò da bambina non avevo la minima idea di quello a cui mi stavo preparando, e tuttavia è ovvio che sotto molti aspetti lo stessi già facendo. Quando scelsi la mia regola «prima le cose più importanti» ed iniziai a stabilire delle priorità nella mia vita, in realtà mi stavo già preparando al pellegrinaggio. Come conseguenza, ebbi una vita ordinata ed imparai l'autodisciplina: una lezione davvero preziosa, senza la quale non avrei mai potuto affrontare un pellegrinaggio a piedi. Continuai ad applicarla nell'età adulta.

Da bambina non ricevetti un'educazione religiosa tradizionale, il che avrebbe rappresentato, in seguito, qualcosa in meno da cancellare dalla mia memoria! La prima volta che vidi una chiesa fu a dodici anni, quando mi misi ad osservare dal portone di una chiesa cattolica dei custodi che pulivano la cattedrale. A sedici anni misi piede per la prima volta in una chiesa per assistere ad un matrimonio.

Durante l'ultimo anno delle superiori mi misi alla ricerca di Dio, ma tutti i miei sforzi erano proiettati verso l'esterno. Continuavo a chiedermi: «Cos'è Dio? Cos'è Dio?». Riflettevo molto e facevo molte domande a tanta gente, ma non ricevevo mai delle risposte! Comunque, non avevo intenzione di cedere. Da un punto di vista intellettuale non riuscivo a trovare Dio all'esterno, perciò tentai un approccio diverso: feci una lunga passeggiata con il mio cane e meditai profondamente sulla questione; poi andai a letto per dormire sopra e al mattino ricevetti la risposta dall'interno, da una calma vocina.

Ora, la risposta che ebbi alle superiori fu molto semplice: noi esseri umani raggruppiamo tutto ciò che va oltre la nostra comprensione dell'universo sotto un nome, che alcuni chiamano Dio. Beh, quella risposta mi spinse a cercare e la prima cosa che feci fu guardare un albero e dirmi: «*Eccone una*». Neanche mettendoci all'opera tutti quanti insieme potremmo mai creare quell'albero e, anche se fosse, non crescerebbe. Vi è una forza creativa che ci sovrasta. Poi guardai le mie amate stelle la notte ed... «*eccone un'altra*». C'è un potere che ci sorregge e che mantiene in orbita i pianeti.

Osservavo tutti i cambiamenti che avvenivano nell'universo. All'epoca stavano tentando di impedire che un faro scivolasse alla deriva e sprofondasse in mare. Alla fine riuscirono a spostarlo nell'entroterra e dissero che lo avevano salvato. Ma io notavo quei cambiamenti e dicevo: «*Eccone un'altra ancora*». Esiste qualcosa nell'universo che spinge a un mutamento costante.

Quando raggiunsi il convincimento dall'intimo, seppi oltre ogni dubbio di aver toccato la mia luce più alta in assoluto.

Da un punto di vista intellettuale mi ero avvicinata a Dio molte volte come verità e da un punto di

vista emozionale lo avevo sentito come amore. Avevo sfiorato Dio come bontà, come gentilezza. Intuii che Dio è una forza creativa, un potere generante, un'intelligenza superiore, uno spirito onnipresente che permea il tutto, che collega ogni cosa e dà vita ad ogni cosa nell'universo. Ciò avvicinò Dio a me. Non potevo essere dove Dio non è. *Tu sei in Dio. Dio è in te.*

Nel periodo compreso fra la prima e l'ultima classe delle superiori lavorai in un negozio che vendeva tutto a cinque o dieci centesimi. Mi piaceva proprio quel lavoro, soprattutto sistemare i banchi per renderli carini. Mi avevano perfino lasciato allestire le vetrine perché mi piaceva farlo. Beh, sapete, ero molto più a buon mercato di una vetrinista professionale!

Avevo due registratori di cassa sul mio banco. Un giorno mi mancava il resto esatto da dare in un registratore di cassa, così andai con naturalezza all'altro e premetti «nessuna vendita» per prendere il resto. Poi però scoprii di aver commesso un grave errore. Sentivo intorno dei mormorii: «Ha premuto il tasto “nessuna vendita”!». Il caporeparto mi raggiunse e mi intimò: «Vieni con me». Mi sistemò in un angolo, vicino ad un banco che aveva bisogno di essere riordinato. Mi lasciò lì, poi tornò e mi chiese: «Perché l'hai fatto?». Risposi: «Non ho ancora capito che cosa ho combinato. Ho solo preso il resto dal registratore di cassa, non ho rubato denaro». Mi spiegò: «Durante l'addestramento ti hanno insegnato che non va premuto il tasto “nessuna vendita”». Io ribattei: «Non ho ricevuto nessun addestramento».

Poi si rivolse alla caporeparto che avrebbe dovuto occuparsi della mia formazione. Ripresi il mio posto, ma a causa dell'incidente lei da allora mi odiava. Sapevo che dovevo far qualcosa per rimediare. Così, passando davanti alla sua scrivania, notai alcuni fiori avvizziti. Il mattino seguente le offrii un bel mazzo di fiori dal mio giardino. Le dissi: «Ho notato che i tuoi fiori erano appassiti. So che ti piacciono, così eccone alcuni dal mio giardino». Non poté rifiutarli. Alla fine della settimana uscimmo dal suo ufficio a braccetto!

Sentii con certezza che mi stavo preparando al pellegrinaggio quando studiai la regola aurea in storia: «Fai agli altri ciò che vorresti fosse fatto a te». Si ritrovava in ogni cultura, espressa in vari modi. Essa risuonò in me come una conferma. Influenzò tutta la mia vita. Di fatto, diverse ramificazioni della regola aurea mi accompagnarono perfino in pellegrinaggio. Quando ero alle superiori avevo un detto che brevemente diceva: «*Se vuoi farti degli amici, devi essere amichevole*». Analizzandolo, è una ramificazione della regola aurea, è il riconoscere che la gente reagisce in accordo con le influenze che riceve. Oggi nella mia vita seguo quel detto, e pure un altro: «*Se vuoi far la pace, devi essere pacifico*».

Finiti gli studi, misi in pratica la regola aurea. Mi fu affidato un incarico che avrebbe voluto una mia amica e fui scelta per l'ufficio di un centro sociale che anche lei desiderava. Pensavo che lei mi odiasse, perché diceva un sacco di cattiverie sul mio conto. Sapevo che si trattava di una situazione davvero insensata, perciò tirai fuori la regola aurea: pensai e dissi ogni cosa buona che si potesse dire con onestà nei suoi riguardi. Cercai di farle dei favori e il caso volle che me ne capitò uno significativo. E per farla breve, quando l'anno successivo si sposò, io feci da damigella d'onore al suo matrimonio. Visto fin dove può spingersi un pochino di pratica spirituale?

So che mi stavo preparando al pellegrinaggio quando facevo determinate cose. Ad esempio, quando alle elementari mi offrivano delle sigarette da un pacchetto, che io non fumavo, mentre i miei compagni lo facevano. Alle superiori mi offrivano ogni sorta di liquori, ma io non li bevevo, mentre i miei amici sì. Una volta finiti gli studi affrontai una sorta di prova, visto che tutti i miei amici a

quel tempo facevano uso sia di alcol che di tabacco. C'era una tale spinta al conformismo in quell'epoca (oggi la chiamano influenza dell'ambiente) che tutti mi guardavano letteralmente dall'alto in basso perché io non facevo quelle cose. Un giorno ci eravamo riuniti nel salotto di un amico e io spiegai loro: «Sentite, la vita è fatta di una serie di scelte e nessuno vi può impedire di fare le vostre, perciò anch'io ho il diritto di fare le mie. E io ho scelto la libertà».

Con il passare del tempo feci anche due scoperte importantissime. In primo luogo, scoprii che era facile far soldi. Ero stata indotta a credere che i soldi e le ricchezze materiali mi avrebbero assicurato una vita felice e una mente spensierata. Di conseguenza, fu quello il percorso che seguii. In secondo luogo, scoprii che far soldi e spenderli in maniera sconsiderata era una cosa completamente priva di senso. Sapevo che non era quello il motivo per cui mi trovavo su questa terra, ma all'epoca non sapevo esattamente quale fosse la ragione.

Fu proprio la comprensione del fatto che il denaro e le cose materiali non mi avrebbero reso felice che mi spinsero a fare preparativi per il pellegrinaggio. Vi potreste chiedere come avessi mai potuto lasciarmi trascinare dal denaro e dai beni materiali, tanto per cominciare, ma vedete, ci vengono insegnati una serie di principi in contraddizione fra loro che ci creano ovviamente molta confusione.

Per mia fortuna, fui tratta in inganno da un solo tipo di contraddizioni; la maggior parte della gente viene disorientata da entrambi.

Da un lato mi veniva fatto credere che avrei dovuto essere gentile, amorevole, non avrei dovuto mai far male a nessuno, il che mi stava bene. Dall'altro lato venivo indotta a pensare che, se è per obbedire ad un ordine, è addirittura un onore mutilare ed uccidere degli esseri umani in una guerra. Si viene persino ricompensati con delle medaglie. Insomma, non mi feci trarre in inganno. Non avevo mai creduto, in nessun caso, che fosse giusto far del male agli altri.

Ma l'altro binomio contraddittorio mi confuse le idee per un po'... Mi avevano insegnato ad essere generosa ed altruista e, al tempo stesso, mi avevano spiegato che, se volevo avere successo, dovevo farmi strada nel mondo prendendo più di quanto mi spettasse. Queste filosofie conflittuali assorbite dall'ambiente durante l'infanzia mi scombussolarono per un certo periodo, ma alla fine riuscii a sradicare questa falsa educazione.

Capitolo 2: La crescita spirituale: i miei passi verso la pace interiore

MENTRE OSSERVAVO IL MONDO, in gran parte impoverito, mi sentivo sempre più a disagio per il fatto che io avevo così tanto mentre i miei fratelli e le mie sorelle stavano morendo di fame. Ci doveva pur essere un'alternativa. Il punto di svolta arrivò quando, alla disperata e profonda ricerca di un modo di vivere pieno di significato, camminai una notte intera nei boschi. Arrivai in una radura illuminata dalla luna e pregai.

Sentii una volontà totale, senza riserve, di dare la mia vita, di dedicarla a servire gli altri. «Per favore, usa me!» pregai Dio. E un'immensa pace discese su di me.

Vi dico che è un punto di non ritorno. Dopo di ciò, non potete più tornare alla vita incentrata su voi stessi.

E così arrivai alla seconda fase della mia vita. Iniziai a vivere per dare ciò che potevo, invece di prendere quel che potevo, ed entrai in un mondo nuovo e meraviglioso. La mia vita iniziò ad avere un senso. Ricevetti il dono della buona salute: da allora non ho mai più avuto spasmi né dolori, nemmeno un raffreddore o un mal di testa (la maggior parte delle malattie, si sa, sono indotte dalla psiche). Da quel momento in poi seppi che il compito della mia vita era lavorare per la pace e che avrebbe ricoperto *l'intero quadro della pace*: la pace fra le nazioni, la pace fra i gruppi, la pace fra gli individui e, importantissima, la pace interiore. Comunque, vi è una gran bella differenza fra l'essere *disposti* a dare la propria vita e a *darla* di fatto, e per colmare questa lacuna mi ci sono voluti quindici anni di preparazione.

Non mi ero spinta molto avanti nella strada spirituale quando venni a conoscenza di ciò che gli psicologi definiscono ego e coscienza e che io chiamo sé inferiore e sé superiore oppure natura incentrata sul sé e natura incentrata su Dio. È come se avessimo due sé, due nature o due volontà con due punti di vista contrari.

Il vostro sé inferiore vede le cose unicamente dal punto di vista del benessere fisico; il vostro sé superiore prende in considerazione il benessere psicologico e spirituale. Il sé inferiore vi considera al centro dell'universo, il sé superiore vi vede come una cellula nel corpo dell'umanità. Quando siete governati dal sé inferiore siete egoisti e materialisti, ma non appena seguite gli stimoli del sé superiore, vedrete le cose in maniera realistica e troverete armonia all'interno di voi stessi e con gli altri.

Il corpo, la mente e le emozioni sono strumenti che possono essere usati sia dalla natura incentrata sul sé che dalla natura incentrata su Dio. La natura incentrata sul sé fa uso di questi strumenti, tuttavia non riesce mai ad averne il controllo assoluto, perciò vi è una lotta costante. Questi strumenti possono essere controllati completamente solo dalla natura incentrata su Dio.

Quando prevale la natura incentrata su Dio avete trovato la pace interiore. Fino ad allora, si può acquisire un controllo parziale attraverso la disciplina. Può essere una forma di disciplina imposta dall'esterno attraverso un'educazione precoce e che è diventata parte del lato inconscio della natura

incentrata sul sé. Può trattarsi di una forma di disciplina intrapresa volontariamente: l'autodisciplina. Ora, se state facendo delle cose e sapete che non dovrete, certamente vi manca la disciplina. Io raccomando la crescita spirituale e, nel contempo, l'autodisciplina.

Durante il periodo di crescita spirituale il conflitto interiore può essere più o meno burrascoso. Il mio era nella media. La natura incentrata sul sé è un nemico davvero formidabile e combatte ferocemente per trattenere la propria identità. Difende sé stessa in maniera furbesca e non dovrebbe essere presa sottogamba. Conosce i punti più deboli della vostra armatura e cerca lo scontro quando meno ve lo aspettate. Durante questi attacchi, mantenete un profilo umile e un rapporto stretto unicamente con quella vocina proveniente dal vostro sé superiore che vi sta guidando.

Il sé superiore è stato definito in molti modi meravigliosi dai vari capi spirituali: c'è chi lo ha chiamato la potenza superiore che governa, *la luce interiore* o *il Cristo che risiede in noi*. Quando Gesù disse: «Il Regno di Dio è dentro di voi», si riferiva ovviamente al sé superiore. In un altro punto egli disse: «*il Cristo in voi, la vostra speranza di gloria, il Cristo che risiede dentro di voi*». Gesù fu chiamato Cristo perché la Sua vita era governata da questo potere di guida superiore.

Quando parlo dei miei passi verso la pace interiore, ne parlo all'interno di una struttura generale, ma non vi è nulla di arbitrario riguardo al numero dei passi. Si possono allungare o accorciare. È solo un modo per parlarne, ma quel che importa è che i passi verso la pace interiore non sono realizzati in un ordine specifico. Ciò che per uno rappresenta il *primo passo*, per un altro può essere *l'ultimo*. Perciò scegliete i passi che vi sembrano più facili e, seguendone alcuni, diventerà più facile per voi seguirne un numero sempre maggiore. In questo campo possiamo condividere le nostre esperienze. Magari nessuno di voi se la sente di intraprendere un pellegrinaggio a piedi, ma possiamo condividere le esperienze sull'armonia che abbiamo trovato nella nostra vita. E ho l'impressione che quando mi sentirete parlare di passi che indico per raggiungere la pace interiore, vi ci riconoscerete per averli già scelti anche voi.

Preparazioni

Vorrei menzionare alcune preparazioni che mi vennero richieste. La prima preparazione è avere un *atteggiamento corretto nei confronti della vita*. Questo significa: smettetela di fuggire! Smettetela di essere come chi vive sulla superficie delle cose e lì continua a stare. Ci sono milioni di persone così, che non riescono mai a trovare qualcosa per cui valga la pena di vivere. Disponetevi ad affrontare la vita di petto e a scendere nelle profondità della vita, dove si trova la verità e la realtà. Ecco quello che stiamo facendo adesso.

Bisogna tenere presente la questione di avere un atteggiamento costruttivo nei confronti dei problemi che la vita può porvi. Se solo voi poteste avere una visione completa, se solo conoscestes l'intera storia, capireste che ogni problema che vi capita ha uno scopo nella vostra vita, contribuisce alla vostra crescita interiore. Quando percepite questo, riconoscerete nei problemi delle opportunità nascoste. Se voi non affrontate i problemi, vi lascerete trasportare dal flusso esterno della vita senza raggiungere la crescita interiore. È attraverso la risoluzione dei problemi in accordo con la luce più elevata che abbiamo, che otterremo la crescita interiore. Ecco, i problemi della collettività vanno risolti collettivamente e nessuno troverà la pace interiore se eviterà di fare la sua parte nel risolvere i problemi della collettività, come il disarmo e la pace mondiale. Perciò riflettiamo e discutiamo insieme di questi problemi e lavoriamo collettivamente in vista della loro risoluzione.

La seconda preparazione ha a che fare con *il mantenere la nostra vita in armonia con le leggi che governano questo universo*. Non sono stati creati solo i mondi e gli esseri, ma anche le leggi che li governano. Applicate sia al regno fisico che al regno psicologico, queste leggi governano la condotta umana. Fino a quando riusciamo a capire e a mantenere le nostre vite in armonia con queste leggi, le nostre vite sono armoniose; fino a quando disobbediamo a queste leggi, creiamo difficoltà a noi stessi a causa della nostra disobbedienza. Siamo noi i peggiori nemici di noi stessi. Se ci troviamo in disarmonia, soffriamo fino ad un certo punto; ma se conosciamo queste leggi e siamo ancora in disarmonia, allora soffriamo un bel po'. La sofferenza ci spinge all'obbedienza.

Mi resi conto che esistono alcune leggi (ben note, poco capite e raramente praticate) che dobbiamo vivere se desideriamo la pace nell'intimo o nel mondo. Ne fanno parte anche queste leggi: il male può essere sconfitto solo dal bene; solo i mezzi leciti portano a buoni risultati; chi fa delle cattiverie ferisce sé stesso nello spirito.

Queste leggi sono le stesse per tutti gli esseri umani e vanno obbedite se si vuole raggiungere l'armonia.

Così mi occupai di un progetto interessante: vivere tutte le cose buone in cui credevo. Non feci confusione tentando di farle tutte in una volta; invece, se stavo facendo qualcosa che sapevo non avrei dovuto fare, smettevo di farla e la rinuncia era immediata. In questo modo è facile, mentre rinunciare a poco a poco è una cosa lunga e ardua. E se non stavo facendo qualcosa che avrei dovuto fare, me ne occupavo subito. Mi servì un po' di tempo per far coincidere la vita con le idee in cui credevo, ma ovviamente è stato possibile ed ora, se io credo in qualcosa, la vivo. Altrimenti tutto ciò non avrebbe alcun senso. Quando cominciai a vivere secondo la mia *luce più elevata*, scoprii che mi veniva concessa *altra luce*, che potevo aprire me stessa a ricevere più luce mentre vivevo secondo la luce che già possedevo.

Vi è anche una terza preparazione che ha a che fare con qualcosa di unico in ciascuna vita umana, poiché ognuno di noi ha *un posto speciale nel Piano della Vita*: non esistono due persone al mondo che abbiano esattamente lo stesso ruolo da interpretare nel piano di Dio. Se sappiamo ascoltare troveremo una guida dentro di noi. Grazie ad essa ciascuno si sentirà attratto verso una determinata parte dello schema delle cose.

Le leggi divine possono essere conosciute dal mondo esterno, ma anche all'interno di noi, come hanno spiegato tutti i grandi capi religiosi. La *guida* divina può essere conosciuta soltanto dentro di noi.

Dobbiamo rimanere aperti alla guida divina. Dio non ci conduce mai ad infrangere la legge divina e, se riceviamo indicazioni negative, possiamo star certi che non provengono da Dio. Sta a noi mantenere la nostra vita stabilmente in armonia con la legge divina, che è la stessa per tutti noi. Solo rimanendo in armonia con essa ci capiteranno cose positive.

Quando venite al mondo sono già previsti per voi i compiti assegnati dal piano divino. Devono soltanto essere realizzati e vissuti. Se non avete ancora le idee chiare su quale sia il vostro posto, vi suggerisco di provare a cercarlo in un atteggiamento di silenzio ricettivo. Io avevo l'abitudine di camminare in mezzo alle bellezze della natura, in atteggiamento ricettivo e silenzioso, e mi

apparivano visioni meravigliose.

Iniziate a fare la vostra parte nel Piano della Vita facendo tutte quelle cose buone per cui vi sentite motivati, anche se all'inizio sono solo piccole cose buone. Date la precedenza a queste nella vostra vita, andate oltre tutte quelle cose superficiali che d'abitudine inquinano le vite umane.

Ogni mattina pensavo a Dio e alle cose che avrei potuto fare per servire i figli di Dio. In ogni situazione in cui mi imbattevo mi chiedevo se avessi potuto essere d'aiuto. Facevo quotidianamente tante cose buone, tutte quelle che potevo, senza mai dimenticare l'importanza di una parola gentile e di un sorriso gioviale. Pregavo per le cose che mi apparivano troppo grandi da gestire: le preghiere giuste spingono ad azioni giuste.

Ero piena di un entusiasmo incontenibile per aiutare gli altri, e c'è chi potrebbe obiettare che, risolvendo così tanti problemi agli altri, stavo impedendo loro di crescere spiritualmente attraverso la risoluzione autonoma di un problema. Ben presto capii che dovevo lasciare agli altri alcuni compiti da svolgere affinché ne ricevessero le benedizioni.

All'inizio aiutavo la gente in modo semplice, facendo commissioni, progetti di giardinaggio e lettura a voce alta. Trascorsi qualche tempo in casa di anziani e di convalescenti, assistendoli a superare i loro disturbi. Lavorai con adolescenti in situazioni di disagio, con persone psicologicamente disturbate e con gli handicappati fisici e mentali. Le mie motivazioni erano pure e molta parte del mio lavoro ebbe proprio un effetto buono e positivo. Adoperavo quella che definivo terapia spirituale: scoprivo tutte le cose buone che le persone da me assistite desideravano fare e le aiutavo a realizzarle. Alcuni si affezionarono troppo a me e dovetti lavorare per smorzare quell'attaccamento.

La mia mancanza di esperienza veniva più che ricompensata dall'amore che davo agli altri. Quando l'amore vi riempie la vita, tutti i limiti scompaiono. La medicina di cui questo mondo malato ha un bisogno disperato è l'amore.

Feci anche del volontariato presso l'«American Friends Service Committee» [Comitato di Servizio degli Amici Americani, N.d.T.], la «Women's International League for Peace and Freedom» [Lega Internazionale delle Donne per la Pace e la Libertà, N.d.T.], il «Fellowship of Reconciliation» [Movimento Internazionale della Riconciliazione, N.d.T.], per almeno dieci anni, in maniera discontinua.

Ci sono quelli che fanno e non fanno. È una cosa tristissima. In questa epoca materialista abbiamo un criterio completamente sbagliato per misurare il successo. Lo misuriamo in termini di dollari, di cose materiali. Ma la felicità e la pace interiore non si trovano in quella direzione. Se sapete e non fate, dovete essere proprio delle persone molto infelici.

Vi è una quarta preparazione: *la semplificazione della vita*, per portare in armonia la vostra vita, il vostro benessere interiore ed esteriore, psicologico e materiale. Venni molto agevolata in questo. Subito dopo aver dedicato la mia vita a servire gli altri, sentivo di non poter accettare più di quanto avessi bisogno, quando gli altri nel mondo avevano meno del necessario. Ciò mi spinse a ridurre il mio tenore di vita allo stretto necessario. Pensavo che sarebbe stato difficile, che avrebbe comportato moltissime privazioni, ma mi sbagliavo di grosso. Al posto del senso di disagio provai una meravigliosa sensazione di pace e di gioia e la convinzione che i beni superflui sono solo futili

fiocchi.

In quel periodo riuscii a far fronte alle mie spese con un budget di dieci dollari alla settimana, che avevo diviso in due categorie: tenevo da parte \$6.50 per il cibo e per gli imprevisti e \$3.50 per l'alloggio.

Ora, non intendo dire con questo che abbiamo tutti le stesse necessità: le vostre potrebbero essere ben maggiori delle mie. Per esempio, se avete famiglia, avrete bisogno di un nucleo familiare stabile per i vostri figli. Quello che voglio dire è che qualsiasi cosa al di là dello stretto necessario (e a volte vi sono bisogni che vanno oltre quelli fisici) tende a diventare un peso. Se l'avete dovete prendervene cura!

Vi è una gran libertà nel vivere con semplicità, e dopo che iniziai a provare questa sensazione, trovai nella mia vita l'armonia fra il benessere interiore e il benessere esteriore. Ce n'è da dire su una siffatta armonia, non solo per la vita individuale ma anche per la vita sociale. Siccome il nostro mondo è diventato estremamente disarmonico e materialista, quando scopriamo qualcosa come l'energia nucleare siamo addirittura capaci di collocarla in una bomba e di usarla per uccidere la gente! Ciò accade perché il nostro benessere interiore rimane molto indietro rispetto a quello esteriore. Una ricerca valida per il futuro risiede nel lato interiore, psicologico, in modo da poterli mantenere entrambi in equilibrio, e potremo così sapere come usare bene il benessere esteriore che già possediamo.

Purificazioni

Poi scoprii che mi venivano richieste delle purificazioni. La prima è talmente semplice: *la purificazione del corpo*. Avevo a che fare con le mie abitudini fisiche di vita. Ero abituata a mangiare quel che mi capitava. Rabbrivisco ora al pensiero di tutta quella spazzatura con cui riempivo il mio tempio dello spirito.

Non mi prendevo cura del mio tempio del corpo quando ero molto giovane, questo accadde solo più tardi. Fu solo cinque anni dopo aver sentito una completa volontà di donare la mia vita che iniziai a prendermi cura del mio tempio del corpo, *cinque anni!* Adesso mangio per di più frutta, semi oleosi, verdura, cereali integrali (di preferenza coltivati senza pesticidi) e, se capita, un po' di latte e formaggio. È di questo che vivo e cammino.

Poi c'era un periodo in cui avevo l'abitudine della caffeina. Mi alzavo al mattino e, come prima cosa, bevevo una tazza di caffè. Un mattino, subito dopo averne bevuto una tazza, mi sedetti a guardarla e dissi a me stessa: «Dipendi da questa per buttarti giù dal letto al mattino! Non ho intenzione di essere schiava della caffeina. Basta, smetto subito!» E così feci. Non ho più bevuto caffè. Ne sentii la mancanza per alcuni giorni, ma io sono più forte di una tazza di caffè!

Iniziai a rendermi conto che stavo disobbedendo alla regola della mia vita che diceva: «*Non chiederò a nessuno di fare per me ciò che io non farei*». Ora, io non ucciderei nessuna creatura, non potrei ammazzare un pollo né un pesce, e perciò smisi immediatamente di mangiare tutti i tipi di carne.

Non mangio carne da molti anni, né carni di animali da allevamento, né pesce, né selvaggina. Da allora ho imparato che è nociva per la salute, ma all'epoca avevo solamente esteso il mio amore, oltre che agli esseri umani, anche alle altre creature terrestri, perciò smisi di far loro del male e di mangiarle.

All'epoca non sapevo che mangiare la carne era dannoso per lo spirito. Sapevo solo che era qualcosa che non potevo continuare a fare perché era contrario ad una delle mie regole di vita. In seguito un dottore mi spiegò che l'alimentazione carnivora lascia residui tossici nel corpo, il che mi avrebbe comunque convinto a diventare vegetariana. Credo nella pratica della prevenzione, poiché il corpo è il tempo dello spirito.

Poi appresi da un professore universitario, che scrisse un libro sull'argomento, che serve molta più terra per allevare le creature che mangiamo di quanta ne servirebbe per coltivare frutta, verdura o cereali. Siccome voglio che venga nutrito un maggior numero possibile di figli di Dio, anche questo ha contribuito a fare di me una vegetariana.

La difficoltà risiede nel fatto che non abbiamo imparato a smettere di ucciderci a vicenda. Ecco la nostra lezione per il presente: non ucciderci a vicenda, imparare la lezione della condivisione e della non uccisione dell'uomo per mano dell'uomo. La lezione di non uccidere le altre creature terrestri è ancora prematura, è per il futuro; ma chi di noi sa deve vivere in accordo con la sua luce più alta.

Quando mi accorsi che la farina bianca e lo zucchero raffinato facevano male alla salute smisi di mangiarli. Quando capii che i cibi con condimenti eccessivi erano nocivi, li abbandonai. E quando mi resi conto che tutti i cibi conservati contengono sostanze dannose, non li toccai più. Anche la maggior parte dell'acqua di rubinetto è un cocktail chimico. Suggestirei dell'acqua in bottiglia o acqua distillata.

Conosco abbastanza l'alimentazione per nutrire il mio corpo in maniera adeguata e godo di una salute eccellente. Il cibo mi delizia, ma mangio per vivere, non vivo per mangiare, come fanno alcuni, e so quando è ora di smettere. Non sono schiava del cibo.

Può succedere che vi sentiate affamati anche dopo aver mangiato abbondanti quantitativi di cibi sbagliati. In effetti, potreste soffrire di malnutrizione pur mangiando in eccesso cibi inadatti. Potete iniziare una dieta salutare scegliendo solo cibi sani e integrali. Mangiate lentamente e masticate bene, come faccio io. Poi fate che il cibo sia una parte davvero marginale della vostra vita, riempiendola con cose talmente piene di significato da avere a malapena il tempo di pensare al cibo.

Mi alimento e dormo cercando di stare il più possibile a stretto contatto con la natura. Ogni giorno respiro aria fresca, prendo il sole e rimango a contatto con la natura il più possibile. Voglio vivere per la maggior parte all'aperto ed essere parte del paesaggio. Il riposo e il movimento sono importanti. Non sono una che va avanti molto senza dormire. Se possibile, vado a dormire al tramonto e faccio otto ore di sonno. Faccio movimento camminando e facendo oscillare le braccia, il che lo rende una forma di esercizio completa.

Potreste pensare che la purificazione del corpo è il primo punto su cui la gente è disposta a lavorare, ma in base alla mia esperienza pratica ho scoperto che è spesso l'ultimo, perché significherebbe liberarsi dalle cattive abitudini, e non c'è nulla a cui noi ci attacchiamo più tenacemente se non le cattive abitudini.

C'è una seconda purificazione: *la purificazione del pensiero*. Se vi rendeste conto dell'enorme potenza dei pensieri, non pensereste mai un pensiero negativo. Possono avere davvero un'influenza favorevole quando tendono alla positività, mentre possono (e di fatto lo fanno) farvi ammalare

fisicamente quando tendono alla negatività. Non mangio cibi spazzatura e non scelgo pensieri spazzatura! Lasciatemelo dire: i pensieri spazzatura vi possono distruggere anche più velocemente del cibo spazzatura. Meglio diffidare da quel tipo di pensieri.

Lasciate che vi racconti la storia di un uomo influenzato negativamente da brutti pensieri. Quando lo conobbi aveva sessantacinque anni e manifestava i sintomi di quella che veniva considerata una malattia fisica cronica. Quando chiacchierai con lui, mi resi conto che si sentiva un po' amareggiato dalla vita. Comunque, non potei puntargli subito l'indice contro perché vedevo che andava d'accordo con la moglie, i figli adulti e i suoi concittadini. Ma l'amarezza non lo mollava. Scoprii che nutriva dell'astio nei confronti del padre, morto già da tanti anni, per aver fatto studiare il fratello e non lui. Era una persona molto razionale perciò gli parlai a lungo. Quando venne il momento per lui, il primogenito, di andare a scuola, il padre non aveva abbastanza soldi per mandarlo. Dopo di lui erano nate svariate sorelle e nemmeno tre di loro, credo, poterono studiare. Suo fratello era l'ultimo dei figli e nel frattempo il padre aveva racimolato abbastanza denaro e poté mandarlo a scuola. Lui non rinfacciava al fratello di aver fatto degli studi, pensava soltanto che ne avrebbe avuto il diritto anche lui. Quando riuscì a farsene una ragione e a capire che il padre aveva fatto il meglio che poté con entrambi i figli, riuscì a liberarsi del rancore che covava dentro e la cosiddetta malattia cronica iniziò ad affievolirsi e ben presto le sue condizioni migliorarono a tal punto che guarì completamente.

Se nutrite il minimo rancore o qualsiasi altro pensiero meschino per qualcuno, sbarazzatevi subito. Fanno male solo a voi. Non è sufficiente solo fare e dire le cose giuste, bisogna anche *pensarle* se si vuole che la vita diventi armoniosa.

Durante il periodo di preparazione non mi identificavo completamente con il mio sé reale, ero ancora nella fase di apprendimento. Perdonavo molto facilmente gli altri, non facevo fatica, mentre ero molto dura nei confronti di me stessa. Se facevo qualcosa che era meno che perfetta, rimproveravo me stessa: «Avresti dovuto farlo meglio». Poi un giorno, mentre mi pettinavo i capelli davanti allo specchio, mi guardai e sbottai: «Vanitosa! Come puoi pensare di essere perfetta se tu perdoni gli altri per il fatto che non lo sono? Non sei per niente migliore di loro».

Dovete imparare a perdonare voi stessi con la stessa facilità con cui perdonate gli altri. Dopodiché potete fare un ulteriore passo in avanti e, quell'energia che avevate consumato per incolparvi, la potete investire per migliorare voi stessi. Dopo quel passo, ho davvero iniziato un percorso sensato; in fondo c'è solo una persona che posso cambiare: me stessa. Una volta che voi cambiate, potete magari riuscire ad ispirare anche gli altri a farlo.

Ci misi un po' a far coincidere la mia vita con il mio credo, ma alla fine ci riuscii. E quando accadde, iniziò un progresso che non ebbe più fine. Vivendo in accordo con la luce più alta che possedevo, venni raggiunta ancora da altra luce.

La terza purificazione è *la purificazione dello spirito*. Quali sono le cose che desiderate? Desiderate cose superficiali come il piacere effimero di abiti nuovi, di elettrodomestici moderni o di un'altra auto? Siccome vi trovate su questa terra per mettervi in armonia con le leggi che governano la

condotta umana e con il vostro ruolo nello schema delle cose, i vostri desideri dovrebbero concentrarsi in quella direzione. È molto importante che i vostri desideri siano *azzeccati*, in modo da desiderare di compiere solo la volontà di Dio. Potete arrivare all'unico desiderio: conoscere il vostro ruolo e svolgerlo all'interno del Piano della Vita. Se ci pensate, cos'altro esiste di più importante da desiderare?

Vi è un'ulteriore purificazione, cioè la *purificazione delle motivazioni*. Che cosa motiva le vostre azioni nel presente? Se si tratta di pura avidità, egotismo o ambizione, vi direi: «*Non fatelo*». Non fate nulla di quello che vorreste se siete spinti da un motivo del genere. Ma non è una cosa facile, perché tendiamo a fare le cose per motivi misti. Non ho mai conosciuto una persona che avesse unicamente delle motivazioni meschine, magari esiste, ma io non l'ho mai incontrata. Invece incontro delle persone che presentano costantemente delle motivazioni disparate. Le buone e le cattive intenzioni sono sempre mescolate fra loro. Per esempio, incontrai un uomo d'affari che ammise che i suoi scopi non erano fra i più nobili e tuttavia erano combinati a buone ragioni, come provvedere alla sua famiglia e fare del bene per la comunità. Motivazioni miste!

Io parlo a dei gruppi che studiano gli insegnamenti spirituali più avanzati e a volte queste persone si meravigliano che non stia accadendo nulla nella loro vita. La loro motivazione è il raggiungimento della pace interiore per sé stessi, il che ovviamente è uno scopo egoista. Non la troveranno con quel tipo di motivazione. L'intenzione, se si vuole trovare la pace interiore, deve essere protesa all'esterno. Per servire gli altri, ovviamente, servire gli altri. Dare, non avere. I motivi devono essere buoni se si vuole sortire un buon effetto. Il segreto della vita è servire gli altri.

Conoscevo un uomo che era un buon architetto. Faceva il lavoro per cui era portato, ma lo stava facendo per i motivi sbagliati. Il suo era quello di fare un sacco di soldi e di possedere più dei vicini. Lavorò tanto che si ammalò, e io lo conobbi nel periodo della malattia. Lo persuasi a fare delle piccole opere di volontariato. Lo convinsi che servire gli altri dava gioia e sapevo che, una volta che l'avesse sperimentata, non sarebbe più tornato ad una vita completamente incentrata su se stesso. In seguito ci siamo scritti per un po' di tempo. Qualche anno dopo stentai a riconoscerlo quando mi fermai per fargli visita. Com'era cambiato! Ma era ancora architetto. Stava disegnando un progetto e me lo illustrò: «Vedi, lo sto progettando in modo da non sfiorare il budget dei miei clienti, poi lo realizzerò nel loro lotto di terra facendo un bel lavoro». La sua intenzione era di mettersi al servizio della gente per cui lavorava. Era una persona raggianti, trasformata. La moglie mi spiegò che gli affari erano aumentati perché ora la gente faceva molte miglia per farsi progettare la casa da lui.

Ho incontrato alcune persone che hanno dovuto cambiare lavoro per cambiare la loro vita, ma ne ho incontrate molte di più che hanno dovuto semplicemente cambiare le loro motivazioni e prestarsi a servire gli altri al fine di mutare la loro vita.

Rinunce

Ora, l'ultima parte ha a che fare con le rinunce. Una volta fatta la prima rinuncia troverete la pace interiore perché si tratta della *rinuncia alla volontà personale*.

Potete lavorare sul sé inferiore astenendovi dal fare cose non buone per le quali potreste sentirvi motivati, però non eliminatele, ma trasformatele in modo che sia il sé superiore a prendere il sopravvento sulla vostra vita. Se vi sentite spinti a fare o a dire una cosa meschina, pensate invece a qualcosa di buono e, deliberatamente, trasformate e usate quella *stessa energia* per fare o dire

qualcosa di buono: funziona!

La seconda rinuncia è *la rinuncia alla sensazione di separazione*. Iniziate a sentirvi molto separati e giudicate tutto in relazione a voi stessi, come se voi foste al centro dell'universo. Anche dopo aver accresciuto le vostre conoscenze intellettuali, continuate a giudicare le cose in quel modo. In realtà siamo ovviamente tutti delle cellule nel corpo dell'umanità. Non siamo separati dai nostri simili. Siamo una totalità. È solo dal punto di vista più elevato che potete capire cosa significa amare «il tuo prossimo come te stesso». Da quella prospettiva più elevata emerge un solo modo realistico di lavorare ed è per il bene di tutti. Finché lavorate per il vostro piccolo sé egoista siete solo una cellula contro tutte le altre cellule e siete molto distanti dall'armonia. Ma non appena iniziate a lavorare per il bene di tutti, vi trovate ad essere in armonia con tutti i vostri simili. Vedete, è questo il modo di vivere facile ed armonioso.

Poi c'è la terza rinuncia, ed è *la rinuncia ad ogni forma di attaccamento*. Chi è ancora attaccato alle cose materiali o a dei posti o a delle persone non può essere davvero libero. Le cose materiali vanno considerate per quello che sono: sono qui per essere usate. Va benissimo usarle, ecco perché esistono. Ma quando hanno perso la loro utilità, siate pronti a rinunciare ad esse e magari passatele a qualcuno che ne ha bisogno. Qualsiasi cosa a cui non riuscite a rinunciare, una volta che è diventata inutile, vi possiede, e in questa era materialista molti di noi sono posseduti dai loro averi. Non siamo liberi.

Mi considerai emancipata molto prima che diventasse una moda. Per prima cosa mi liberai dalle abitudini debilitanti e continuai a liberarmi dai pensieri bellicosi ed aggressivi. Accantonai tutti i beni superflui. Questa, credo, è la vera liberazione.

Vi è un altro tipo di possesso. *Voi non possedete nessun altro essere umano*, non importa quanto stretta sia la vostra relazione. Nessun marito possiede la moglie, nessuna moglie possiede il marito, nessun genitore possiede il figlio. Quando pensiamo di possedere delle persone vi è la tendenza a gestire la vita al posto loro e da ciò si sviluppano situazioni estremamente disarmoniche. Solo quando ci rendiamo conto che non le possediamo, che devono vivere in accordo con le loro motivazioni interiori, riusciamo in effetti a smettere di organizzare la vita per loro e a scoprire che possiamo vivere con loro armoniosamente. Tutto ciò che vi affannate a tenere prigioniero imprigionerà solo voi e se voi desiderate la libertà, dovete voi stessi dare la libertà.

Le unioni che si formano su questa terra non sono necessariamente destinate a durare tutta la vita. Accadono costantemente delle separazioni e, fintanto che esse avvengono *con amore* non solo non vi è danno per lo spirito, anzi, il progresso spirituale può essere favorito.

Dobbiamo riuscire ad apprezzare e a godere dei posti in cui troviamo dimora e tuttavia dobbiamo passare oltre, senza angoscia, quando siamo chiamati in altri luoghi. Nel nostro sviluppo spirituale ci viene spesso richiesto di strappare le nostre radici, di chiudere molti capitoli della nostra vita finché non proviamo più nessun tipo di attaccamento e possiamo amare tutte le persone senza sentirci legati.

Ora l'ultima: *la rinuncia a tutti i sentimenti negativi*. Voglio menzionare solo un sentimento negativo che anche le persone migliori provano, cioè la *preoccupazione*. La preoccupazione è diversa dal *coinvolgimento*, che invece vi spinge a fare tutto il possibile per risolvere una situazione. La preoccupazione è un rimuginare inutilmente su cose che non possiamo cambiare.

Un commento finale sui sentimenti negativi, che mi aiutò molto in una occasione e che ha aiutato anche altri: nessuna cosa esteriore (oggetto, persona all'esterno) può ferirmi internamente, psicologicamente. Mi resi conto che potevo essere ferita psicologicamente soltanto dalle mie azioni sbagliate, sulle quali ho il controllo; dalle mie reazioni inappropriate (sono insidiose, ma anche queste le posso controllare); dalla mia passività di fronte ad alcune situazioni, come l'attuale situazione mondiale, che ha bisogno di un mio intervento. Quando mi resi conto di tutto questo, mi sentii così libera! E smisi di farmi del male. Adesso, anche se qualcuno mi facesse la cosa più meschina, io proverei una profonda compassione per questa persona in disarmonia, malata, capace di azioni meschine. Certamente non mi ferirei reagendo malamente con amarezza o con rabbia. Voi possedete il controllo di lasciarvi ferire o meno psicologicamente e potete smetterla di far del male a voi stessi quando volete.

Questi sono i miei passi verso la pace interiore che volevo condividere con voi. Non vi è nulla di nuovo in tutto ciò. Si tratta di una verità universale. Ne ho solamente parlato in termini semplici e in relazione alla mia personale esperienza di vita. Le leggi che governano questo universo lavorano per il nostro bene quando obbediamo loro; tutto ciò che è contrario a queste leggi non dura a lungo: contiene in sé i semi della propria distruzione. La bontà insita in ogni essere umano ci rende sempre possibile obbedire a queste leggi. Noi siamo dotati di libero arbitrio e perciò tocca a noi decidere quanto prima di obbedire e trovare così l'armonia.

Durante questo periodo di crescita spirituale io desideravo conoscere e fare il volere di Dio. La crescita spirituale non si ottiene facilmente, ma vale davvero la pena cercarla. Serve tempo, così come ogni crescita necessita di tempo. Ci si dovrebbe rallegrare delle piccole conquiste senza essere impazienti, perché l'impazienza impedisce la crescita.

Il sentiero della rinuncia graduale alle cose che ostacolano il progresso spirituale è un sentiero difficile, perché solo quando la rinuncia è completa arrivano le vere ricompense. E quando Dio riempie la vostra vita, la grazia divina trabocca e benedice tutto ciò che toccate.

Per me, fu una fuga dall'artificio dell'illusione per tuffarmi nella ricchezza della realtà. Agli occhi del mondo può sembrare che io abbia rinunciato a molte cose. Ho rinunciato a beni pesanti come fardelli, a trascorrere il tempo in maniera insignificante, a fare cose che sapevo di non dover fare e a non fare ciò che avrei dovuto. A me sembrava invece di avere acquisito molto, addirittura tesori che non hanno prezzo, come la salute e la felicità.

Il raggiungimento della pace interiore

Vi furono alti e bassi, molti alti e bassi durante il periodo di crescita spirituale. Poi nel bel mezzo del conflitto interiore accadde un'esperienza meravigliosa, fu come se avessi raggiunto la cima di una montagna: potei dare un primo, rapido sguardo ad una vita di pace interiore.

Questo successe mentre ero fuori a passeggiare di primo mattino. All'improvviso mi sentii molto più risolleata di quanto lo fossi mai stata. Ricordo che conobbi *l'assenza di tempo, l'assenza di spazio e la luminosità*. Non mi sembrava di camminare sulla terra. Non c'era nessuno intorno, nemmeno un animale, eppure ogni fiore, ogni cespuglio, ogni albero sembrava indossare un abito di luce. Un'emanazione luminosa circondava ogni cosa e fiocchi dorati cadevano come pioggia obliqua nell'aria. A volte questa esperienza viene chiamata periodo di illuminazione.

La parte più importante non erano i fenomeni visibili: l'aspetto principale era la comprensione dell'unità di tutto il creato. Non solo degli esseri umani (sapevo già da prima che tutti gli esseri umani solo una cosa sola), ma ora sapevo anche di un'unità con tutto il resto del creato, con le creature che si muovono sulla terra e con le cose che spuntano dalla terra. L'aria, l'acqua, la terra stessa. E, la cosa più meravigliosa in assoluto, *un'unità che permea il tutto, che unisce e dà vita al tutto*. Un'unità che molti chiamerebbero Dio.

Da allora non mi sono più sentita isolata. Avrei potuto tornare ogni volta sulla cima della montagna spirituale e restare lì per periodi di tempo sempre più lunghi, scivolandone via saltuariamente.

L'ispirazione al pellegrinaggio arrivò in quel periodo. Andai a sedermi in cima ad una collina che dominava la campagna del New England. Il giorno prima ero scivolata via dallo stato di armonia e poi la sera avevo pensato a Dio: «Mi sembra che, se potessi rimanere sempre in questo stato di armonia potrei rendermi ancora più utile, perché ogni volta che l'armonia mi scorre via, la mia utilità viene compromessa».

Quando mi svegliai all'alba ero ancora su quella cima della montagna spirituale, immersa in una sensazione meravigliosa. Sapevo che non avrei più avuto bisogno di scendere a valle. Sapevo che per me la lotta era finita, che finalmente ero riuscita a donare la mia vita e a trovare la pace interiore. Ripeto, questo è un punto di non ritorno. Non potete più tornare nella mischia. Ora la battaglia è finita perché voi *volete* fare la cosa giusta, non avete bisogno di essere spinti a farla.

Uscii un po' per stare con Dio. Mentre ero in giro un pensiero colpì la mia mente: sentii una forte motivazione interiore per il pellegrinaggio, per questo modo speciale di testimoniare la pace.

Con gli occhi della mente mi vidi camminare a piedi con indosso l'abito per la mia missione... Vidi una cartina degli Stati Uniti dove erano state segnate delle metropoli, era come se qualcuno avesse preso un pastello colorato e vi avesse disegnato sopra una linea a zigzag che andava da una costa all'altra, da un confine all'altro del paese, da Los Angeles a New York. Sapevo ciò che dovevo fare. E quella fu la mia visione dell'itinerario del mio primo anno di pellegrinaggio, il 1953!

Entrai in un mondo nuovo e meraviglioso. La mia vita ottenne la benedizione di uno scopo ricco di significato.

Comunque, il progresso non era terminato. Era avvenuto un forte sviluppo nella terza fase della mia vita. È come se l'immagine centrale del puzzle della mia vita fosse completa, chiara, immutabile mentre ai margini continuassero a spuntare altri pezzi. Vi è sempre un margine per la crescita, ma questa evoluzione è armoniosa. Vi è la sensazione di essere sempre circondati da tutte le cose buone, come l'amore, la pace e la gioia. Sembra un'atmosfera protettiva e si prova una stabilità

interiore che fa superare qualsiasi situazione si debba affrontare.

Il mondo può osservarvi e stabilire che state affrontando dei gravi problemi, ma vi sono sempre le risorse interne per superarli facilmente. Nulla appare difficile. Si prova calma, serenità, pazienza, non c'è più nulla per cui sentirsi stremati o spossati. Ecco una cosa molto importante che ho imparato: se la vostra vita è in armonia con il vostro ruolo all'interno del Piano della Vita e se obbedite alle leggi che governano questo universo, allora la vita acquisisce pienezza e bontà senza diventare mai opprimente. Se è opprimente, allora state facendo più di quanto sia giusto che voi facciate, più di quanto sia compito vostro nello schema totale delle cose.

Ecco, la vita esiste per dare invece che per avere. Concentrandovi sul dare scoprite che, così come non potete ricevere senza dare, allo stesso modo non potete dare senza ricevere: vale anche per le cose più meravigliose in assoluto come la salute, la felicità e la pace interiore. Vi è una sensazione di energia inesauribile, che non cessa mai, sembra infinita come l'aria. Vi sembra di essere *connessi* alla fonte dell'energia universale.

Ora avete il controllo della vostra vita. La vostra natura superiore, governata da Dio, controlla il corpo, la mente e le emozioni. (L'io non ha mai un controllo reale, l'io viene dominato dal desiderio di agi e comodità del corpo, dalle richieste della mente e dal tumulto delle emozioni).

Posso ordinare al corpo: «Sdraiatevi lì su quel pavimento di cemento e addormentatevi» ed esso obbedisce. Posso dire alla mente: «Disfatvi di tutto il resto e concentratevi sul lavoro che hai di fronte» ed essa obbedisce. Posso rivolgermi alle emozioni: «Placatevi, anche di fronte a questa situazione» ed esse si acquietano. Un grande filosofo ha detto: «*Chi sembra non tenere il passo dei compagni sta forse seguendo un altro tamburino*». Ed ora voi state seguendo un tamburino diverso: la natura superiore al posto di quella inferiore.

Quando raggiungete la crescita spirituale vi rendete conto che ogni essere umano ha la stessa importanza, ha un compito da svolgere in questo mondo e possiede lo stesso potenziale. Ognuno di noi si trova ad uno stadio di crescita differente; questo è vero perché noi possediamo il libero arbitrio. Avete il libero arbitrio di portare a compimento o meno la crescita mentale ed emozionale.

Molti scelgono di non farlo. Avete il libero arbitrio di iniziare o meno a crescere spiritualmente. L'inizio è segnato dal sentire una volontà completa, senza riserve, di abbandonare la vita incentrata sull'ego. Molti scelgono di non farlo. Ma furono la scelta di compiere quella crescita e la scoperta della pace interiore che mi prepararono al pellegrinaggio che sto facendo oggi.

Osservando con gli occhi della vostra natura divina potete vedere l'essenza all'interno della manifestazione, il creatore all'interno della creatura, e questo è un mondo davvero meraviglioso!

Mi resi conto nel 1952 che era il momento adatto per portare il pellegrinaggio ad uno stadio successivo. Infuriava la guerra in Corea e l'era McCarthy era giunta al culmine. Era un periodo in cui i comitati del Congresso consideravano le persone colpevoli fino a quando non potevano provarne l'innocenza. All'epoca aleggiava una profonda paura e il miglior modo per stare al sicuro era l'apatia. Sì, era proprio giunto il momento per un pellegrino di fare un passo in avanti, perché il compito di un pellegrino è scuotere la gente dall'apatia e farla riflettere.

Con i pochi spiccioli rimasti comprai non solo carta e penna per i miei primi messaggi, ma anche della stoffa per la mia prima tunica. Sebbene l'avessi disegnata io, venne confezionata da una signora in California e la scritta venne dipinta da un uomo che per mestiere dipingeva i segnali. La mia reazione iniziale, quando la indossai per la prima volta, fu che era perfetta per me, una meraviglia, e la adottai immediatamente.

Capitolo 3: Il pellegrinaggio

UN PELLEGRINO È UN VIANDANTE CHE HA UNO SCOPO. Si può andare in pellegrinaggio in un luogo particolare (è la forma più nota) ma si può anche fare un pellegrinaggio per ottenere qualcosa. Il mio è per la pace, ecco perché mi chiamo Pellegrina di Pace.

Il mio pellegrinaggio copre l'intero quadro di pace: la pace fra le nazioni, la pace fra i gruppi, la pace nel nostro ambiente, la pace fra gli individui e, importantissima, la pace interiore, di cui parlo più spesso perché è lì che inizia la pace.

La situazione del mondo che ci circonda è proprio un riflesso della situazione collettiva. In ultima analisi, solo diventando persone più pacifiche ci potremo ritrovare in un mondo più pacifico.

Nel Medioevo i pellegrini andavano per il mondo come i discepoli: senza denaro, senza cibo, senza vestiti adeguati, e io conosco quella tradizione. Non ho denaro, non accetto soldi nel mio pellegrinaggio; non appartengo né vengo sostenuta da alcuna organizzazione; possiedo solo ciò che ho addosso. Non ho legami di alcun tipo. Sono libera come un uccello che si libra alto nel cielo.

Cammino finché non mi viene offerto un rifugio, digiuno finché non mi viene dato del cibo. Non chiedo, ricevo senza chiedere. Com'è buona la gente! Vi è una scintilla di bontà in ognuno di noi; non importa quanto sia sepolta in profondità: è lì. Sta aspettando di governare la nostra vita in modo glorioso. Io la chiamo natura incentrata su Dio o natura divina. Gesù la chiamava il Regno di Dio in noi.

Vedete, un pellegrino viaggia nella preghiera, un pellegrino vede il cammino come un'opportunità per entrare in contatto con tantissime persone e magari ispirarle a fare qualcosa per la pace a modo loro. A questo scopo indosso una tunica corta con la scritta «PELLEGRINA DI PACE» sul davanti e «25.000 miglia a piedi per la pace» sul dietro. Mi dà la possibilità di fare incontri in maniera molto cordiale... e a me piace essere cordiale.

Per parlare con la gente, vi trovate avvantaggiati se sono loro ad avvicinarsi a voi piuttosto che il contrario. Coloro che sono attratti da me sono o sinceramente interessati in una fase della pace o hanno solo una curiosità molto vivace. Entrambe le categorie sono persone di valore. Poi ho il tempo per condividere con la gente il mio messaggio di pace che dice in una frase:

*Questa è la via della pace: sconfiggi il male con il bene,
La falsità con la verità e l'odio con l'amore.*

La regola aurea serve altrettanto bene allo scopo. Non vi è nulla di nuovo in questo messaggio, eccetto la sua pratica. Ma io lo considero la lezione per il presente e perciò è diventato il messaggio del pellegrinaggio di pace. Per favore, non dite con leggerezza che questi sono solo concetti religiosi e non sono pratici. Si tratta delle leggi che governano la condotta umana, che vengono applicate rigorosamente come la legge di gravità. Quando trascuriamo queste leggi nel cammino della vita, otteniamo il caos. Grazie all'obbedienza a queste leggi il nostro mondo entrerà in un periodo di pace e di ricchezza che va oltre i nostri sogni più cari.

La parola chiave del nostro tempo è la *pratica*. Abbiamo tutta la luce di cui abbiamo bisogno,

abbiamo solo bisogno di metterla in pratica.

Ciò che mi fa camminare non è l'energia della giovinezza, ma un'energia migliore. Cammino grazie all'energia infinita della pace interiore che non si esaurisce mai! Quando diventate un tramite per l'operato di Dio non vi sono più limiti, perché Dio opera *attraverso di voi*: voi siete solo uno strumento e ciò che può fare Dio è illimitato. Quando state lavorando per Dio non vi sentite spossati o stremati, ma calmi, sereni e pazienti.

Il mio pellegrinaggio non è una crociata, che evoca la violenza. Non vi è nessun tentativo di forzare la gente a fare alcunché. Un pellegrinaggio è un viaggio ameno di preghiera e di esempio. Il mio cammino è prima di tutto una preghiera per la pace. Se donate la vostra vita come preghiera, intensificherete la preghiera oltre ogni limite.

Nell'intraprendere questo pellegrinaggio non penso a me come individuo ma piuttosto come l'incarnazione del cuore del mondo che sta supplicando la pace. L'umanità, a passi timorosi e incerti, cammina sul filo del rasoio, fra il caos abissale e un nuovo rinascimento, mentre forze possenti la trascinano verso il disordine. Eppure esiste una speranza. Vedo la speranza nel lavoro infaticabile di alcune anime devote. Vedo la speranza nel reale desiderio di pace del cuore dell'umanità, anche se la famiglia umana cerca la pace a tentoni, incapace di vedere la giusta via.

Il mio pellegrinaggio è un'opportunità per parlare con i miei simili sulla via della pace. È anche una penitenza per aver contribuito in qualche modo, con gli atti commessi od omessi, alla tragica situazione in cui versa il mondo attuale. È una preghiera affinché questo mondo stanco della guerra trovi in qualche modo la via della pace prima che si compia un olocausto.

La mia missione è di aiutare a promuovere la pace aiutando gli altri a trovare *la pace interiore*. Se sono riuscita a trovarla io, potete riuscirci anche voi. È giunto il tempo della pace.

Iniziai il pellegrinaggio il primo gennaio del 1953. In un certo senso è il mio compleanno spirituale. Era un periodo in cui ero immersa nel tutto. Non ero più un seme sepolto sotto terra, bensì mi sentivo un fiore che si stagliava senza sforzo contro il sole. Quel giorno divenni una viandante che si affidava alla bontà altrui. Sarebbe stato un pellegrinaggio intrapreso nella maniera tradizionale: a piedi e nella fede. Abbandonai ogni pretesa sul mio nome, la mia storia, i beni materiali, le associazioni.

Sarebbe stato un viaggio glorioso.

Il pellegrinaggio fu tenuto a battesimo dalla sfilata del Torneo delle Rose a Pasadena, in California. Camminavo di fronte alla fila in marcia, parlando con la gente e distribuendo messaggi di pace, e notai che lo spirito di festa non sminuiva l'interesse genuino per la pace. Ero circa a metà della sfilata quando sentii un poliziotto appoggiarmi la mano sulla spalla e pensai che mi avrebbe ordinato di togliermi dalla linea di marcia. Invece disse: «Ciò di cui abbiamo bisogno sono migliaia di persone come lei».

Ciò che mi accadde nella zona di Los Angeles agli inizi ha quasi del miracoloso. Tutti i canali di comunicazione si aprirono per me e per il mio piccolo messaggio di pace. Trascorsi delle ore ad

essere intervistata e fotografata dai reporter dei giornali. La storia del pellegrinaggio e addirittura la mia foto fecero il giro delle agenzie di stampa. Oltre a partecipare a due programmi televisivi dal vivo, trascorsi delle ore a registrare trasmissioni radiofoniche e televisive.

Erano interessati i giornali che si trovavano lungo la linea geografica Los Angeles – San Diego. A San Diego feci un'apparizione televisiva e quattro programmi radiofonici. Il decano del Consiglio delle Chiese di San Diego approvò il mio messaggio e le mie tre petizioni, che vennero fatte ampiamente circolare nelle chiese.

Quando non ero per strada, tenevo incontri e raccoglievo le firme per le tre petizioni di pace che portavo con me. La prima era un breve appello per una pace immediata in Corea. Diceva: *«Fate cessare le uccisioni in Corea! Poi risolvete questo conflitto seguendo gli unici principi che possono portare ad una risoluzione: sconfiggete il male con il bene, la falsità con la verità e l'odio con l'amore»*.

La seconda petizione, diretta al Presidente e ai leader del Congresso, richiedeva l'istituzione di un Dipartimento di Pace. Diceva: *«Questa è la via della pace: sconfiggete il male con il bene, la falsità con la verità e l'odio con l'amore. Facciamo un appello per istituire un Dipartimento di Pace, con un Segretario di Pace che accetti questi principi; chiediamo inoltre che tutti i conflitti, nazionali ed esteri, facciano capo a questo Dipartimento di Pace»*.

La terza petizione era un appello alle Nazioni Unite e ai leader del mondo per il disarmo e la ricostruzione a livello mondiale: *«Se volete trovare la via della pace dovete sconfiggere il male con il bene, la falsità con la verità e l'odio con l'amore. Ci appelliamo a voi affinché ci liberiate dal peso devastante degli armamenti, dall'odio e dalla paura, in modo da poter dare da mangiare agli affamati, ricostruire le città distrutte e sperimentare una pienezza di vita che può essere realizzata solo in un mondo senza armi e alimentato a dovere»*.

Lungo il mio itinerario di pellegrinaggio, raccolsi le firme per le petizioni dai singoli cittadini, dai gruppi pacifisti, dalle chiese e dalle associazioni, e le infilai in una cartella che portavo appositamente con me. Le presentai ai funzionari della Casa Bianca e delle Nazioni Unite al termine della mia prima traversata a piedi del paese. E sono grata per il fatto che la mia prima petizione: *«Fate cessare le uccisioni in Corea...»* venne almeno in parte approvata prima della fine del primo anno.

A Tijuana, in Messico, appena oltre il confine con San Diego, fui ricevuta dal sindaco, che mi diede un messaggio da consegnare al sindaco di New York. Consegnai anche un messaggio degli Indiani della California agli Indiani dell'Arizona.

Durante il mio passaggio a San Diego in quel primo anno, iniziai ad imparare a parlare in pubblico. Un'insegnante delle superiori mi avvicinò per strada e mi chiese se avessi voluto parlare alla sua classe. Io le risposi in tutta franchezza che come Pellegrina di Pace non avevo mai parlato davanti ad un gruppo di persone prima di allora. Lei mi assicurò che avrebbe funzionato e mi chiese solo se volevo rispondere alle domande degli studenti. Accettai. Se avete qualcosa che valga la pena di dire, ditela. Altrimenti, perché mai vorreste parlare?

Non ho problemi a parlare di fronte ad un gruppo di persone. Quando mi lascio andare completamente alla volontà di Dio, sembra facile e gioioso. È solo prima della resa completa che mi sembrava difficile. Quando parlo, l'energia mi scorre dentro come elettricità che si muove in un cavo.

All'inizio, l'organizzazione dei miei incontri veniva spesso pianificata al momento. Passando davanti ad una scuola, uscì il preside e mi disse: «I miei studenti la stanno osservando dalla finestra. Se vuole entrare a parlare con loro potremo riunirci nella palestra». E accettai.

Poi a mezzogiorno, un uomo di un centro sociale si avvicinò e mi chiese: «Il mio conferenziere ha annullato l'incontro; vorrebbe venire a tenere un discorso durante il nostro pranzo?». E ovviamente lo feci.

Quello stesso pomeriggio un professore universitario che si stava recando a far lezione mi fermò e mi chiese: «Potrei accompagnarla dai miei studenti?». Così parlai alla sua classe.

Poi la sera un pastore e sua moglie si stavano recando ad una cena organizzata in chiesa e mi fermarono per chiedermi: «Che ne direbbe di venire a mangiare e parlare insieme a noi?». E lo feci. Mi offrirono anche un letto per la notte. E tutto questo accadde in un giorno, mentre camminavo senza aver preso impegni in precedenza.

Ora, mi tengo molto impegnata con discorsi sulla pace nelle università, nelle scuole superiori, nelle chiese, e così via, comunque sono sempre felicemente indaffarata. Il mio slogan: «*Prima le cose più importanti*» mi ha permesso di occuparmi della programmazione degli incontri, di tenere aggiornata la corrispondenza e di fare anche qualche camminata.

Una volta a Cincinnati tenni sette sermoni in sette luoghi di culto diversi in un solo giorno. Quella domenica diedi il giorno libero ai sacerdoti locali!

Negli incontri che si tengono per me non permetto che si faccia la colletta. Non accetto mai un centesimo per il lavoro che svolgo. Il denaro che ricevo per posta viene utilizzato per pubblicare i miei scritti, che vengono spediti gratuitamente a chiunque ne faccia richiesta.

La verità è una perla inestimabile. Non si può comprarla con il denaro, tutto ciò che si può fare è sforzarsi di trovare la verità spirituale e, quando si è pronti, essa viene concessa liberamente. La verità spirituale non andrebbe nemmeno venduta, se chi la vende non vuole essere danneggiato spiritualmente. Nel momento stesso in cui viene commercializzata, si perde ogni contatto spirituale. Coloro che possiedono la verità di solito non la impacchettano per venderla, perciò chi la vende, non la possiede realmente.

Agli inizi pensai che il pellegrinaggio avrebbe comportato molti sacrifici. Ma ero determinata a vivere dello stretto necessario, cioè *non volevo più di quanto avessi bisogno mentre altre persone avevano meno del necessario*. La penitenza è la volontà di sottoporsi alle privazioni per il raggiungimento di uno scopo giusto. Io avevo quella volontà. Ma quando arrivarono le privazioni, io mi sentii risolledata. Al posto del sacrificio provai un meraviglioso senso di pace e di gioia e la convinzione che stavo seguendo la volontà di Dio. Venivo bagnata da una pioggia non di sacrifici, ma di benedizioni.

Mi ricordo che la mia prima lezione sul pellegrinaggio fu la lezione del ricevere. Avevo donato per molti anni e avevo bisogno di imparare ad accettare con la stessa grazia con cui ero stata in grado di dare, in modo da poter offrire ai miei simili la gioia e la benedizione del dare. È così bello vivere per dare. Per me è l'unico modo di vivere, perché mentre si dà si ricevono benedizioni spirituali.

Venni messa alla prova con severità all'inizio del pellegrinaggio. La vita è una serie di prove, ma se si superano, guardandosi indietro si considerano belle esperienze. Sono lieta di aver avuto queste esperienze.

Se avete un atteggiamento amorevole e positivo nei confronti dei vostri simili, non li temerete. *«Il perfetto amore scaccia la paura».*

Mi capitò una prova in piena notte, in mezzo al deserto californiano. Il traffico era pressoché cessato e non vi erano insediamenti umani nel raggio di parecchie miglia. Vidi un'auto parcheggiata sul ciglio della strada. Il conducente mi chiamò dicendomi: «Dai, sali a scaldarti». Io risposi: «Non guido». Lui mi disse: «Non intendo andare da nessuna parte, mi sono solo fermato qui». Salii. Guardai l'uomo. Era un omaccione robusto, quello che la maggior parte della gente avrebbe definito un energumeno. Dopo aver parlato per un po' lui propose: «Di', non ti piacerebbe schiacciare un pisolino?». E io risposi: «Oh sì, certo!». Mi rannicchiai e mi addormentai. Quando mi svegliai vidi quell'uomo molto perplesso e, dopo aver chiacchierato per un po', ammise che quando mi aveva chiesto di salire in auto aveva ovviamente cattive intenzioni; poi aggiunse: «Quando ti sei rannicchiata in modo così fiducioso e ti sei addormentata, non ho avuto il coraggio di metterti le mani addosso!».

Lo ringraziai per avermi ospitato e mi allontanai. Quando mi voltai, vidi che stava scrutando il cielo e io sperai che quella notte avesse trovato Dio.

Nessuno viaggia così al sicuro come colui che procede umile e bonario nell'abbondanza di amore e di fede. Infatti una persona simile riesce a toccare la bontà insita nell'altro (e c'è della bontà in ognuno di noi) e perciò nessuno osa fargli del male. Questo funziona fra gli individui, fra i gruppi e funzionerebbe anche fra le nazioni, se avessero il coraggio di provarci.

Una volta venni percossa da un adolescente disturbato che avevo portato a fare una passeggiata. Voleva fare un'escursione, ma aveva paura di rompersi una gamba e di venire abbandonato sul posto. Tutti avevano paura di andare con lui. Era un tipo molto alto, assomigliava ad un giocatore di football americano, ed era noto per le sue violenze sporadiche. Una volta aveva picchiato così brutalmente la madre che dovette rimanere ricoverata in ospedale per svariate settimane. Spaventava tutti, così mi offrì io di andare con lui.

Mentre salivamo in cima alla prima collina tutto procedeva normalmente. Poi scoppiò un temporale. Lui era terrorizzato dall'approssimarsi di quella tempesta e dai tuoni. All'improvviso diede di matto e si mosse verso di me per picchiarmi. Non corsi via, anche se penso che avrei potuto farlo: aveva un pesante fagotto sulla schiena. Ma anche se mi stava dando delle botte potevo provare solo una profonda compassione per lui. Quanto dev'essere terribile avere una malattia mentale così grave per arrivare a picchiare una vecchia donna indifesa! Inondai il suo odio con il mio amore anche mentre mi colpiva. Come risultato, smise di picchiarmi.

Lui disse: «Non mi hai dato le botte anche tu! La mamma mi picchia sempre dopo». La reazione

ritardata, dovuta al suo disturbo mentale, aveva raggiunto la parte buona che era in lui (oh, esiste, non importa quanto sia sepolta in profondità) e lui provò del rimorso e condannò totalmente il suo gesto.

Cosa sono pochi lividi sul mio corpo in confronto alla trasformazione di una vita umana? Per farla breve, non fu mai più violento. Oggi è una persona utile per il mondo.

In un'altra occasione fui chiamata a difendere una debole ragazzina di otto anni contro un omone che stava per picchiarla. La ragazza era atterrita. Fu la mia prova più difficile. Ero alloggiata in un ranch e la famiglia si recò in città. La ragazzina non volle andare con loro e loro mi chiesero, visto che ero lì, se volevo prendermi cura io della bambina. Stavo scrivendo una lettera vicino alla finestra quando vidi arrivare un'auto, da cui scese un uomo. La bambina lo vide e scappò via, l'uomo la inseguì fin dentro ad un capanno. Mi recai immediatamente nel capanno, dove la ragazza, in un angolo, era in preda al terrore. Lui le si stava avvicinando lentamente e deliberatamente.

Conoscete la potenza del pensiero. Voi create costantemente attraverso il pensiero e attirare verso di voi tutto ciò che temete. Così conoscevo il pericolo in cui si trovava per via della sua paura. (Non temo nulla e mi aspetto solo il bene, e così il bene arriva!).

Feci immediatamente scudo con il mio corpo fra l'uomo e la ragazza. Rimasi così, immobile, a guardare questo pover'uomo, malato di mente, con amorevole compassione. Lui si avvicinò. Si fermò! Mi osservò per un bel po'. Poi si girò e si allontanò; la ragazza era salva. Non fu detta una parola.

Ora, qual era l'alternativa? Immaginate che io fossi stata così stupida da dimenticare la legge dell'amore e lo avessi picchiato rifacendomi alla legge della giungla: sarei stata indubbiamente picchiata a mia volta, probabilmente fino alla morte e forse la stessa sorte sarebbe stata riservata alla ragazzina! Mai sottovalutare il potere dell'amore divino: l'amore divino trasforma! Esso raggiunge la scintilla di bontà presente nell'altra persona e la persona diventa inerme.

Quando iniziai il mio pellegrinaggio, stavo usando il viaggio per due scopi contemporaneamente: uno era di incontrare la gente (e lo uso ancora oggi a questo fine); l'altro era come disciplina di preghiera, per mantenermi concentrata sulla mia preghiera per la pace. Alcuni anni dopo feci una scoperta: capii che non avevo più bisogno della disciplina di preghiera. Ora prego incessantemente. La mia preghiera personale è: *«Rendimi lo strumento attraverso cui solo la verità può parlare»*.

Durante il mio pellegrinaggio in Arizona venni arrestata da un poliziotto in borghese mentre imbucavo delle lettere nell'ufficio postale locale di Benson. Dopo un breve tragitto sulla volante, venni schedata come vagabonda. Quando si viaggia nella fede si è tecnicamente colpevoli di vagabondaggio. Sì, sono stata in cella molte volte per il fatto che non avevo denaro, ma mi hanno sempre liberata una volta che hanno capito le mie motivazioni.

Vi è una differenza notevole fra una prigione di stato ed una cella di una stazione di polizia locale. Una prigione è una sorta di grande istituto che si attiene a certe regole. Una cella è un piccolo ambiente che non segue delle norme vere e proprie. E quella era una cella!

Mi sistemarono in un'immensa stanza interna circondata da blocchi di celle in cui rinchiudevano le donne, quattro per cella, per la notte. Entrando dissi a me stessa: «Pellegrina di Pace, tu hai dedicato la tua vita al servizio degli altri: guarda il tuo nuovo campo di servizio!».

Quando entrai una delle ragazze mi derise: «Gesù, come sei buffa, sei l'unica ad essere entrata sorridendo. La maggior parte arriva qui piangendo o imprecando».

Risposi loro: «Immaginate di avere un giorno libero a casa vostra: non fareste qualcosa di utile quel giorno?». Annuirono: «Sì, che cosa faremmo?». Le convinsi in questo modo a cantare canzoni che risollevarono lo spirito. Diedi loro degli esercizi semplici da fare che le misero in fermento. Poi parlai dei passi verso la pace interiore. Spiegai loro che vivevano in comunità e ciò che si poteva fare in una comunità esterna poteva anche essere realizzato lì dentro. Manifestarono interesse e fecero molte domande. Oh, fu una bella giornata.

A fine giornata ci fu il cambio delle sorveglianti. Alle ragazze non piaceva la donna che entrò. Dissero che era una persona orribile e mi chiesero di non rivolgerle la parola. Ma io so che c'è del buono in ciascuno di noi ed ovviamente parlai con lei. Appresi che la donna con quel lavoro manteneva i suoi bambini. Si sentiva in obbligo di lavorare e non stava sempre bene, ecco perché a volte era un po' scorbutica. C'è una ragione per tutto.

Chiesi alla sorvegliante di visualizzare solo la bontà nelle detenute. E chiesi alle ragazze di visualizzare solo la bontà nella sorvegliante presa di mira.

Più tardi dissi alla sorvegliante: «Vedo che avete tutte le celle occupate, posso dormire comodamente su questa panca di legno». Invece lei riuscì a farmi portare una branda con delle lenzuola pulite e feci una doccia calda con asciugamani puliti e tutte le comodità che si avrebbero a casa.

Al mattino salutai le mie amiche e venni scortata da un agente presso la corte che si trovava a svariati isolati di distanza. Non ero ammanettata e lui non mi stava nemmeno trattenendo per un braccio. Ma portava un grosso fucile sul fianco, perciò lo guardai e gli chiesi: «Se volessi fuggire, mi sparerebbe?». «Oh no», rispose sogghignando, «non sparo mai a qualcosa che posso acciuffare facilmente!».

Davanti alla corte, quel mattino, mi dichiarai non colpevole e il mio caso venne immediatamente chiuso. Fra i miei effetti personali confiscati quella notte figurava una lettera che contribuì enormemente al mio rilascio. Diceva: *«La portatrice di questo messaggio si è presentata come Pellegrina di Pace e sta viaggiando a piedi da una costa all'altra del paese per dirigere l'attenzione dei cittadini sul suo desiderio di pace nel mondo. Non la conosciamo personalmente, in quanto è solo di passaggio nel nostro stato, ma siccome il suo viaggio sarà indubbiamente lungo e faticoso, le auguriamo un passaggio sicuro nel nostro territorio»*. Era una lettera ufficiale su carta intestata, firmata dal senatore dello stato: Howard Pyle.

Quando venni liberata un ufficiale della corte notò: «Non sembra essere per niente peggiorata dopo una giornata in cella». Risposi: «Potete imprigionare il mio corpo, ma non il mio spirito». È solo il corpo che può essere messo dietro le sbarre. Non mi sono mai sentita in prigione, e nemmeno voi dovrete mai provare una cosa simile, a meno che vi imprigioniate da soli.

Mi deposero nel punto in cui mi avevano catturato il giorno prima. Fu una bella esperienza.

Siete voi ad imprimere un significato all'esperienza ed essa ha sempre uno scopo. Magari quello di ispirarvi o di educarvi oppure vi può offrire l'opportunità di mettervi in qualche modo al servizio degli altri.

La maggior parte delle mie conferenze ora viene programmata con largo anticipo ma mi vengono ancora fatte delle offerte per tenere degli incontri in modi alquanto inaspettati. A Minneapolis fui intervistata da un cronista ad una riunione di un centro sociale, i cui membri erano in attesa del discorso del governatore del Minnesota. Non gli fu possibile tenerlo, perciò invitarono me a tenere una conferenza al suo posto. Ovviamente accettai!

E a proposito di governatori, un giorno all'ingresso dell'enorme portone del Palazzo del Governo un signore distinto ed amichevole venne a salutarmi con una stretta di mano e mi chiese se potevo aiutarlo. Gli risposi che stavo cercando l'ufficio del Governatore e lui fu sollecito a mostrarmelo. «Posso fare qualcos'altro?» chiese. «Mi chiedevo se avrei mai potuto avere il privilegio di stringere la mano al Governatore» risposi. «Lei *ha* appena stretto la mano al Governatore», spiegò quel signore distinto e amichevole: il Governatore in persona.

Era il primo anno di pellegrinaggio e io mi trovavo in un punto impreciso della statale fra El Paso e Dallas, quando mi arrestarono per vagabondaggio. Non ho mai sentito che l'FBI interrogava i vagabondi, ma con me lo fecero. Un uomo all'interno di un'auto nera si fermò e mi mostrò il suo cartellino di riconoscimento. Non mi ordinò di seguirlo, disse semplicemente: «Può venire con me, per favore?».

Io risposi: «Oh sì. Sarà interessante parlare con lei».

Salii sull'auto, ma prima tracciai una grande «X» sulla strada, nel punto in cui ero stata arrestata. Nel periodo in cui contavo le miglia, se lasciavo la statale disegnavo sempre una grande «X» e poi tornavo in quello stesso punto per riprendere il mio cammino.

Mi accompagnò alla prigione e disse all'addetto: «Rinchiudetela per vagabondaggio» e seguì tutto l'iter di routine. Per prima cosa vi prendono le impronte digitali. Ero affascinata perché nessuno mi aveva preso le impronte prima, o meglio, prima di allora! Poi l'addetto prese una sostanza chimica e, in un batter d'occhio, mi tolse tutto l'inchiostro nero dalle dita. Mi stavo ancora chiedendo come avrei fatto per lavarlo via, ed ecco fatto, era già stato tolto.

Parlai con lui così come avrei fatto con chiunque e accadde una cosa interessante. Apparentemente era abituato ad essere trattato con molta indifferenza. Quando lo trattai come un essere umano mi spiegò come si prendono le impronte digitali e mi mostrò i tracciati. Fu molto interessante. Non avevo mai imparato così tante cose sulle impronte digitali. Altre persone stavano facendo la fila, ma non lo seppi finché non uscii e vidi la lunga fila.

Poi mi fecero entrare in una stanza per essere fotografata e attorno al collo mi appesero una catena con un numero. Mentre mi fotografavano di fronte e di lato, ricordai tutte quelle immagini dei ricercati che si vedono negli uffici postali. Mi ricordai del loro aspetto così bizzarro, così dissi a me stessa: «Voglio essere diversa». E sorrisi nel modo più dolce che potei. Adesso c'è *una* faccia sorridente da qualche parte nell'archivio fotografico criminale!

Poi mi fecero entrare in un'altra stanza per essere interrogata. Mi fecero sedere proprio sotto una luce molto intensa (si suppone che abbia un certo effetto psicologico sulla persona). Ma all'epoca ero già stata in televisione e pensai: «Pensano davvero che questa sia una luce intensa? Dovrebbero vedere le luci di uno studio televisivo!». A *quel* tempo le luci televisive non erano solo brillanti ma emettevano anche un gran calore.

In primo luogo mi chiesero se volevo rispondere alle domande e io risposi: «Certamente, risponderò alle vostre domande. Non perché siete ufficiali incaricati di far rispettare la legge, ma perché siete esseri umani come me e io rispondo a tutte le domande dei miei simili. Qualsiasi sia la vostra capacità ufficiale, siete per prima cosa e soprattutto degli esseri umani. E se possiamo parlare da pari a pari ci sbrigheremo prima».

E la faccenda terminò così!

Partirono applicando la tecnica della confusione. Uno di loro mi sparava una domanda e, prima che fossi in grado di rispondere, un altro mi incalzava con una nuova domanda. Dovevo continuare a dire: «Se mi vuole scusare, deve attendere che io risponda prima alla domanda dell'altro signore». Poi passarono a domande significative, come quelle che mi fanno gli studenti all'università. Quanto mi infervorai su quel tema!

Poi fecero riferimento alla violenza fisica intesa come volontà di ferire. Chiesero: «Ci sono circostanze in cui lei userebbe o sanzionerebbe l'uso della violenza?». Io risposi: «No, ciò è contrario alle leggi divine. Preferirei avere dalla mia parte Dio piuttosto che qualsiasi altro potere terreno». Raccontai loro la storia dell'adolescente disturbato che mi aveva picchiato durante un'escursione insieme.

Poi loro mi chiesero: «E nel caso fosse necessaria per difendere una persona cara?». Risposi: «Oh, no, non credo che potrei difendere una persona cara disobbedendo alla Legge Divina». Raccontai loro della ragazzina di otto anni che era stata affidata alle mie cure e all'esperienza che avemmo con l'uomo malato di mente che tentò di farle del male.

Poi si addentrarono in temi molto filosofici e chiesero: «Se lei dovesse scegliere fra uccidere ed essere uccisa, quale sceglierebbe delle due?». Risposi: «Penso che non avrei mai la necessità di fare una tale scelta, almeno non finché la mia vita rimane in armonia con la volontà di Dio. A meno che, ovviamente, la mia vocazione fosse quella di essere una martire. Ora, è una vocazione molto forte, una vocazione molto rara. Non credo sia la mia, ma il mondo impara a vivere attraverso i suoi martiri. Se dovessi fare una scelta, sceglierei di essere uccisa piuttosto che di uccidere».

Chiesero: «Potrebbe fornirci una spiegazione logica di un tale atteggiamento?». Eccomi là a cercare di spiegare l'atteggiamento della natura incentrata sul sé e l'atteggiamento della natura incentrata su Dio, facendo in modo che capissero! Raccontai loro che nel mio quadro di riferimento io non ero il mio corpo, lo stavo solo indossando come un abito. *Io sono ciò che attiva il corpo*, ecco qual è la realtà. Se vengo uccisa, viene distrutto solo l'abito di argilla, il corpo; ma se uccido, danneggio la realtà, l'anima!

Mi lasciarono andare in quanto il mio pellegrinaggio aveva una base religiosa. Ma supponiamo che avessi detto: «Dopotutto, avrete sentito parlare di legittima difesa, perfino la legge riconosce la legittima difesa». Questo concetto avrebbe potuto essere considerato conforme alla legge, ma non religioso.

In un'occasione dovetti addirittura lottare con la furia degli elementi. Mi capitò di camminare attraverso una tempesta di polvere che in certi momenti era così violenta che non riuscivo quasi a stare in piedi, mentre in altri la polvere era così fitta che non riuscivo a vedere davanti a me e potevo solo orientarmi seguendo il ciglio della strada. Un poliziotto si fermò di fianco a me, aprì la sua auto e urlò: «Venga dentro, signora, non si faccia ammazzare». Gli dissi che stavo facendo un pellegrinaggio a piedi e che non accettavo passaggi (a quell'epoca). Gli dissi anche che Dio era il mio scudo e non vi era nulla da temere. In quel momento il vento si smorzò, la polvere si posò a terra e il sole fece capolino fra le nuvole. Continuai a camminare. Ma la cosa meravigliosa fu che mi sentii sollevata spiritualmente dalla difficoltà.

Nascosta dietro ad ogni situazione nuova che affrontiamo risiede una lezione spirituale da imparare e una benedizione spirituale per noi se impariamo la lezione. È bene essere messi alla prova. Cresciamo ed impariamo superando le prove. Considero tutte le mie prove come belle esperienze. Prima che fossi sottoposta alle prove, immaginavo che avrei agito con amore e senza timore. *Dopo* aver superato la prova, ne ebbi la certezza! Ogni prova si rivelò un'esperienza vivificante. E non importa se il risultato non era quello desiderato.

Ricordo una volta l'articolo di un giornale locale che diceva che avrei tenuto un discorso durante una funzione religiosa. C'era la foto che mi mostrava, di fronte e dietro, con indosso la mia tunica con le scritte. Un uomo che apparteneva a quella chiesa rimase semplicemente inorridito nel vedere che una tipa che indossava una tunica con delle scritte stava per parlare nella sua chiesa. Chiamò il suo predicatore per dirglielo, e anche i suoi amici. Qualcuno mi disse chi era. Mi sentivo così dispiaciuta di avere in qualche modo offeso un uomo che non conoscevo nemmeno. Così... lo chiamai!

«Pronto, mi chiamo Pellegrina di Pace» dissi. Rimase senza fiato. Dopodiché mi disse che pensava che l'avessi chiamato per inveire contro di lui. Dissi: «Ho chiamato per scusarmi perché evidentemente devo aver fatto qualcosa per offenderla, visto che senza nemmeno conoscermi lei nutre dei timori sul fatto che io parli nella sua chiesa. Perciò sento che in qualche modo le devo delle scuse e ho chiamato per scusarmi!».

Sapete che quell'uomo scoppiò in lacrime prima ancora che la conversazione fosse terminata? E adesso siamo amici (da allora abbiamo iniziato a scriverci). Sì, la legge dell'amore funziona!

Un altro uomo un giorno mi disse: «Sono sorpreso dal tipo di persona che è lei. Dopo aver letto il suo messaggio molto serio sulla via della pace mi aspettavo che lei fosse una persona molto austera, invece la trovo effervescente e gioiosa». Gli risposi: «Come si fa a conoscere Dio e a non essere pieni di gioia?».

Se fate il muso e cercate guai, se non siete raggianti di gioia e di benevolenza, se non siete pieni fino a traboccare di amore e di buona volontà per tutti gli esseri e tutte le creature e tutto il creato, una cosa è certa: non conoscete Dio!

Inoltre, la vita è come uno specchio. Sorridetele e lei vi sorriderà di rimando. Io faccio un bel sorriso e tutti a loro volta mi sorridono.

Se amate abbastanza gli altri, vi ricambieranno con l'amore. Se li offendete, la colpa è vostra, perché sapete che se il vostro comportamento fosse stato corretto, non si sarebbero offesi, anche se non erano d'accordo con voi. *Prima che la lingua possa parlare, deve aver perso il potere di ferire.*

Lasciate che vi racconti di quella volta in cui dovetti esprimere il mio amore senza parlare. Stavo cercando di aiutare una signora che era stata così malata da non poter più guidare l'auto. Voleva andare a casa di sua sorella, più anziana, per trascorrere alcune settimane di riposo a letto, perciò mi offrì di accompagnarla. Avevo ancora la patente all'epoca. Durante il tragitto mi disse: «Pace, mi piacerebbe che tu stessi con me per un po', mia sorella è talmente dispotica, ho *il terrore* a stare da sola con lei». Le dissi: «Va bene, ho qualche giorno in più a disposizione. Starò con te per un po'».

Mentre giravamo per entrare nel cortile della sorella lei mi avvertì: «Pace, non so davvero se mia sorella maggiore ti accetterà».

Aveva abbastanza ragione sulla sorella. Quando la sorella gettò uno sguardo su di me che indossavo la tunica con le scritte, mi ordinò di uscire di casa. Ma era notte fonda e lei aveva così paura del buio che disse: «Non stanotte. Potrai dormire sul sofà stanotte, ma come prima cosa domani mattina te ne devi andare!».

Poi si affrettò a far salire la sorella minore in una stanza da letto, al piano di sopra. Beh, era peggio di quanto pensassi. Non volevo certamente lasciare la mia amica in quella situazione, ma cosa potevo fare? Perciò mi guardai intorno per vedere se c'era qualcosa che mi permettesse di comunicare con la sorella più anziana. Guardai in cucina e c'era una montagna di piatti sporchi e mancava la lavastoviglie, così lavai tutti i piatti. Poi pulii la cucina e mi sdraiai per dormire alcune ore.

Al mattino la sorella più anziana era in lacrime e mi chiese di rimanere. Disse: «Ovviamente, capisci, ero così stanca la notte scorsa che non sapevo quello che dicevo». E passammo dei meravigliosi momenti insieme, prima che io me ne andassi. Vedete, mi aveva solo dato l'occasione di mettere in pratica il mio piccolo messaggio. La pratica è utile, la pratica porta alla perfezione, così dicono.

Durante i miei viaggi il proprietario di un saloon mi chiamò nel suo locale per darmi del cibo e mentre mangiavo mi domandò: «Come si sente in un posto del genere?».

«So che tutti gli esseri umani sono figli di Dio» replicai. «Anche se non si comportano come tali, io ho fede che lo faranno e li amo per quello che fanno».

Mentre mi alzai per andarmene notai che stava andando via anche un uomo con in mano un drink. Quando notò il mio sguardo mi lanciò un breve sorriso e io gli sorrisi a mia volta. «Mi hai sorriso» disse sorpreso. «Pensavo che non avresti nemmeno parlato con me, ma invece mi hai sorriso». Gli sorrisi di nuovo. «Non sono qui per giudicare i miei simili» gli dissi. «Sono qui per amare e servire». Improvvisamente si inginocchiò ai miei piedi e disse: «Tutti gli altri mi giudicano, di conseguenza io mi difendo. Tu non mi hai giudicato, così ora io giudico me stesso. Sono un peccatore, un buono a nulla che non vale niente! Ho dissipato il mio denaro in liquori; ho

maltrattato la mia famiglia; sono passato dal male al peggio!». Gli misi una mano sulla spalla: «Sei un figlio di Dio», dissi, «e hai potuto agire in quel modo».

Guardò il drink che aveva in mano con disgusto, poi lo lanciò con violenza verso il bar, mandando il bicchiere in frantumi. I suoi occhi incontrarono i miei. «Ti giuro che non toccherò mai più quella roba» esclamò. «Mai più!». E c'era una nuova luce nei suoi occhi mentre si avvicinava all'uscita con passo fermo.

Conosco anche il lieto fine di questa storia. Circa un anno e mezzo dopo ebbi notizie da una donna di quella città. Disse che, da quanto si sapeva, quell'uomo aveva mantenuto la promessa. Non toccò più un goccio. Ora ha un buon lavoro, va d'accordo con la famiglia ed è membro di una chiesa.

Quando andate verso gli altri criticandoli, loro rimangono sulla difensiva. Quando siete in grado di avere un approccio gentile e amorevole, privo di giudizi, tendono a giudicarsi da soli e cambiano.

Durante il pellegrinaggio molte auto si fermavano e i conducenti mi offrivano un passaggio. Alcuni pensavano che andare a piedi significava fare l'autostop. Dissi loro che non baravo con Dio, non si bara nel conteggio delle miglia di un pellegrinaggio.

Ricordo un giorno, mentre camminavo lungo la statale si fermò un'auto lussuosa e l'uomo dall'interno mi disse: «È meraviglioso che lei segua la sua vocazione!». Risposi: «Sono convinta che ognuno di noi dovrebbe fare quel che trova giusto».

Poi lui iniziò a raccontarmi quello che si sentiva motivato a fare: si trattava di una cosa importante e di fatto necessaria. Ne fui molto entusiasta e diedi per scontato che la stesse facendo. Gli dissi: «È fantastico! Come procede la cosa?». E lui rispose: «Oh, non la sto facendo, quel tipo di attività non paga».

Non dimenticherò mai quanto fosse disperatamente infelice quell'uomo. In quest'era materialista abbiamo dei criteri talmente falsi per misurare il successo. Lo misuriamo in termini di dollari, in termini di beni materiali. Ma la felicità e la pace interiore non risiedono lì. Se sapete ma non fate, dovete proprio essere delle persone molto infelici.

Ebbi un'altra esperienza di strada quando un'auto elegante si fermò con a bordo una coppia ben vestita che iniziò a parlare con me. Iniziai a spiegare loro quello che stavo facendo. Improvvisamente, con mio stupore, l'uomo scoppiò in lacrime. Singhiozzò: «Io non ho fatto nulla per la pace e lei ha fatto così tanto!».

Poi una volta un altro uomo si fermò con la macchina per parlare con me. Mi osservava, non in maniera scortese, ma con estrema sorpresa e curiosità, come se avesse appena scorto un dinosauro vivente. «Al giorno d'oggi», disse con enfasi, «con tutte le opportunità meravigliose che il mondo offre, cosa può mai spingerla ad uscire per fare un pellegrinaggio a piedi per la pace?».

«Al giorno d'oggi», risposi, «quando l'umanità vacilla sull'orlo di una guerra nucleare di distruzione, non sorprende che una vita venga dedicata alla causa della pace, piuttosto è sorprendente che molte vite non vi siano dedicate allo stesso modo».

Quando terminai la mia prima traversata del paese mi sentii molto grata per non aver fallito il

compito che ero stata chiamata a portare avanti. A volte mi dicevo, pensavo: «Non è meraviglioso che Dio possa fare qualcosa attraverso di me?».

Dopodiché andai a dormire al capolinea dei treni della Grand Central Station di New York.

Quando raggiunsi lo stato di dormiveglia, ebbi l'impressione che una voce indescrivibilmente bella mi stesse dicendo delle parole di incoraggiamento: «*Sei la mia beniamata figlia, mi compiaccio di te*». Quando mi risvegliai completamente mi sembrò che un'orchestra celestiale avesse appena terminato di suonare nella stazione, l'eco di quei suoni persisteva nell'aria. Uscii nel gelido mattino, ma mi sentivo al caldo. Camminai sul marciapiede in cemento, ma mi sembrava di camminare sulle nuvole. La sensazione di vivere in armonia con il disegno divino non mi ha mai abbandonata.

Capitolo 4: Riflessioni sul pellegrinaggio

AGLI INIZI sulla mia tunica si leggeva «PELLEGRINA DI PACE» sul davanti e «In cammino da costa a costa per la pace» sul dietro. Negli anni il messaggio sul dietro passò da «In cammino per 10.000 miglia per il disarmo mondiale» a «In cammino per 25.000 miglia per la pace» e finì con l'attuale messaggio: «25.000 miglia a piedi per la pace». Questa camminata mi ha condotto svariate volte nei quarantotto stati, in Messico e in tutte le dieci province del Canada.

Smisi di contare le miglia quando raggiunsi Washington, D.C. nell'autunno del 1964. Dissi a me stessa: «25.000 sono un conteggio sufficiente». Quel conteggio mi tenne vincolata alle statali principali, dove le miglia sono segnate sulle carte stradali. Non sono posti buoni per incontrare la gente, sono solo adatti per contare le miglia. Ora sono libera di andare nei posti dove c'è gente. Inoltre, le miglia non vengono indicate nei luoghi dove preferisco camminare: spiagge, sentieri nella foresta e piste di montagna.

Alcune cose non mi sembrano così difficili, come andare in giro senza cibo. Spesso salto tre o quattro pasti di fila e non penso mai al cibo finché non mi viene offerto. Il periodo più lungo senza mangiare fu di tre giorni, poi madre natura provvide a nutrirmi: delle mele erano cadute da un albero. Una volta digiunai come disciplina di preghiera per 45 giorni, perciò so quanto a lungo si può stare senza mangiare! Il mio problema non è come avere abbastanza cibo, ma come evitare garbatamente di averne troppo. Tutti vogliono rimpinzarmi!

Stare senza dormire è più faticoso, sebbene io possa perdere una notte di sonno senza badarci. Di tanto in tanto perdo una notte di sonno, ma adesso mi capita meno. L'ultima volta fu nel settembre del 1977, quando mi trovavo a una fermata dei camionisti. Avevo intenzione di dormire un po' ma era una fermata così affollata che trascorsi tutta la notte a parlare con i camionisti. Per prima cosa, quando arrivai, un camionista che mi aveva visto alla televisione voleva comprarmi del cibo. Mi sedetti in un chiosco in un angolo. Poi iniziarono ad arrivare altri camionisti a ondate, una dopo l'altra, e tutti si sedevano con me e mi facevano domande, e così via. Di fatto parlai con loro per tutta la notte e non riuscii a dormire per niente. Dopodiché qualcuno mi offrì la colazione, io la consumai e poi mi allontanai.

Un'altra volta, un camionista parcheggiò il suo mezzo a lato della strada e disse: «L'ho sentita dire in televisione qualcosa a proposito di un'energia infinita e io volevo solo dirle che l'ho provata una volta. Ero bloccato in una città a causa di una piena. Mi annoiavo così tanto che alla fine mi offrì di aiutare gli altri e la cosa mi appassionò. Lavoravo senza mangiare, lavoravo senza dormire e non ero stanco... Ma adesso non ce l'ho più». Gli chiesi: «Beh, per che cosa lavora adesso?». «Per i soldi» rispose. Gli spiegai: «Quelli dovrebbero essere una cosa molto marginale. Proverà un'energia infinita solo quando lavorerà per il bene di tutti, deve smetterla di lavorare per il proprio interesse individuale».

Ecco il segreto: in questo mondo si riceve nella misura in cui si dà!

Di solito faccio a piedi la media di venticinque miglia al giorno, dipende da quanta gente mi ferma per strada per parlare con me. Sono arrivata a fare anche cinquanta miglia in un giorno per tener fede ad un impegno o perché non era disponibile un alloggio.

Nelle notti molto gelide continuo a camminare per riscaldarmi. Quando le giornate sono molto calde cammino molto di notte per evitare la canicola. Ho camminato nelle notti profumate di caprifoglio, illuminate dalle lucciole e interrotte dai gridi delle civette.

Una volta un tipo alto circa 1,80 metri, convinto di potermi superare nella marcia, camminò con me per 33 miglia. Quando rinunciò i suoi piedi erano pieni di vesciche e i suoi muscoli gli dolevano. Lui stava camminando affidandosi solo alla sua forza fisica; io no! Io camminavo grazie a quell'*energia infinita* che si sprigionava dalla pace interiore.

Un'altra volta una donna mi chiese se poteva fare insieme a me il pellegrinaggio. Mi disse che voleva allontanarsi da «quel marito» che aveva. Forse aveva una vocazione, ma la sua motivazione non era fra le più nobili. Un'altra signora che desiderava accompagnarmi per un giorno faticò a camminare per un pomeriggio. La mandai a casa in autobus!

Non mi sono mai trovata in pericolo durante le mie camminate. Una volta una coppia di ubriachi mi inseguirono con l'auto, ma quando io mi tolsi dalla strada si allontanarono. Solo una volta qualcuno osò lanciarmi una cosa addosso: un uomo alla guida di un camion che viaggiava spedito mi lanciò un pugno di banconote sgualcite. Le offrii semplicemente alla chiesa successiva in cui tenni un discorso.

Uno studente universitario una volta mi chiese se fossi mai stata assalita. «Assalita?», dissi, «Ci vorrebbe un pazzo per assalirmi, non ho neanche un centesimo!».

Una volta stavo lasciando una città al crepuscolo e una coppia benestante mi invitò nella sua casa immensa. Avevano letto del mio pellegrinaggio e sentivano che era loro dovere di cristiani avvertirmi che di fronte alla via vi era un posto davvero malvagio chiamato «South of the Border». Volevano solo avvisarmi di non avvicinarmi a quel postaccio. Non mi offrirono né cibo né alloggio comunque, perciò camminai per svariate ore.

Era una notte molto cupa, appesantita da una coltre di nubi, e tutt'a un tratto iniziò a piovere. Scendevano goccioloni di pioggia e io avevo con me un sacco di corrispondenza a cui dover rispondere. Cercai un posto dove rifugiarmi e nelle vicinanze vidi un'area di sosta con la stazione di rifornimento, il ristorante e il motel. Mi riparai sotto la tettoia delle pompe di benzina e misi le mie lettere senza risposta sul davanti della tunica, per evitare che si bagnassero. Dalla stazione di rifornimento corse fuori il benzinaio e mi invitò: «Non stare lì fuori sotto la pioggia, vieni nel ristorante». L'uomo del ristorante mi disse: «Oh, abbiamo letto tutto su di te e ci piacerebbe offrirti la cena o qualunque cosa desideri». Nel frattempo mi resi conto di dove mi trovavo. Ero al «South of the Border».

L'addetto del motel era seduto al tavolo di fronte e mi diede una stanza per la notte. Mi offrirono anche la colazione la mattina seguente.

Forse facevano scommesse sul retro del locale; succedevano delle cose losche in quel posto. Ma mi trattarono molto più cristianamente di coloro che mi avevano avvertito di evitarli. Ciò dimostra la

mia opinione che c'è del buono in ciascuno di noi.

Ho ricevuto ospitalità nei posti più *insoliti*, incluso un tavolo per le conferenze del municipio di Florence, in Arizona, e il sedile di un camion dei pompieri a Tombstone, sempre in Arizona. Una volta venni rinchiusa per sbaglio per tredici ore in una gelida toilette di una stazione di rifornimento. I miei alloggi erano tranquilli e intimi, sebbene a volte un po' freschini!

Dormivo altrettanto bene in un soffice letto o sull'erba vicino alla strada. Se mi viene dato cibo e riparo, va bene; se no, sono felice lo stesso. Molte volte vengo accolta da persone assolutamente sconosciute. Quando non ricevo ospitalità, ci sono sempre i depositi degli autobus, le stazioni dei treni e tutte le fermate notturne dei camion.

Mi ricordo che una sera mi era stato offerto un letto degno di una regina in un motel moderno e la sera dopo il pavimento di cemento di una stazione di benzina aperta ventiquattrore su ventiquattro. Dormii ugualmente bene in entrambi i posti. Molte volte uno sceriffo gentile mi apriva una cella libera.

Quando non è disponibile un tetto, dormo nei campi o ai margini della strada, vegliata da Dio.

I ponti offrivano sempre protezione dagli elementi, così come i granai in rovina e i seminterrati vuoti di case abbandonate. Usavo spesso ripararmi nelle gallerie e in larghe condutture. Ma uno dei miei posti preferiti in cui dormire è un bel mucchio di paglia in un campo libero, in una notte luminosa. Le stelle sono la mia coperta.

Anche i cimiteri sono posti favolosi in cui dormire la notte. Sono tranquilli, il prato è quasi sempre ben tenuto e nessuno vi disturba lì. No, non vi sono intrusioni degli spiriti dei defunti. Auguro loro la pace; essi capiscono. Ma un tavolo da picnic nelle vicinanze di un'area di sosta, un mucchio di aghi di pino vicino alla boscaglia o il cuscino di un odoroso campo di grano fanno ugualmente un buon servizio.

Una mattina, mentre dormivo in un campo di frumento in Kansas, fui svegliata da un rumore molto forte. Sollevai lo sguardo e vidi un'imponente mietitrice venirmi addosso. Mi allontanai immediatamente rotolando su me stessa molte volte per sfuggire alle sue lame rotanti.

Sento una protezione completa durante il mio pellegrinaggio. Dio è il mio scudo. Non vi sono incidenti nel Piano Divino né Dio ci lascia incustoditi. Nessuno cammina al sicuro come chi cammina con umiltà e serenità nell'immenso amore e nella profonda fede.

Ricordo un periodo dell'anno in cui faceva molto freddo di notte, la temperatura scendeva sottozero, mentre si riscaldava un po' durante il giorno, di conseguenza si stava bene durante le ore di luce. Era autunno e c'erano foglie secche per terra. Io mi trovavo in mezzo ai boschi e non si vedeva un luogo abitato nel raggio di molte miglia. Era il tramonto ed era domenica. Qualcuno aveva letto uno spesso quotidiano della domenica e lo aveva gettato sul ciglio della strada (non si dovrebbe, ma lo fanno). Lo raccolsi, mi allontanai dalla strada e trovai un fitto albero sempreverde. Sotto vi era una piccola cavità dove si erano posate delle foglie. Spinsi il mucchietto di foglie dentro la cavità. Poi vi disposi sopra alcuni fogli di giornale e mi coprii con i fogli restanti. Quando mi

svegliai al mattino una fitta coltre di brina imbiancava tutto, ma l'albero sempreverde me l'aveva tenuta lontana e io stavo comoda nel tepore del mio nido di foglie e giornali.

La maggior parte della gente interessata alle vacanze è quella che fa cose per cui non sente la vocazione, perciò desidera allontanarsi per un po' dal luogo di lavoro. Non potevo immaginare la necessità di una vacanza durante il pellegrinaggio. Com'è bello viaggiare verso sud in autunno e sperimentare la mite bellezza della vendemmia, senza però farsi raggiungere dal gelo; conoscere la brillante bellezza delle foglie in autunno, ma continuare a viaggiare prima che esse cadano dagli alberi. Com'è bello viaggiare verso nord in primavera e godersi i fiori primaverili per svariati mesi invece di poche settimane. Ho avuto queste esperienze meravigliose in mezzo alla campagna.

Durante il tragitto di 1.000 miglia a piedi nel New England (iniziato a Greenwich, nel Connecticut, e terminato a Burlington, nel Vermont), procedetti a zigzag per attraversare non solo le grandi città, ma anche le cittadine minori in cui ero stata invitata. Iniziai con la fioritura dei meli, ci camminai in mezzo quando avevano i boccioli rosa e quando i petali cadenti erano bianchi come neve. Terminai con le mele mature, che mi fornirono pasti gustosi. Nel mezzo, feci un festino con succulente fragole, more e mirtilli selvatici.

Attraverso la campagna vidi molte autostrade in costruzione e notai che queste superstrade tendevano a correre nelle vallate, scavando dei tunnel nelle montagne e, a volte, sotto i fiumi. Sono lieta di aver seguito solitamente delle vecchie strade che salivano su per le montagne nel mio pellegrinaggio. Che panorami meravigliosi c'erano per ricompensare coloro che raggiungevano la cima: a volte vedute di città o strade dove avevo camminato o dove sarei andata; a volte vedute di vallate coperte dai campi e dai frutteti. So che questa è l'epoca dell'efficienza e che le autostrade sono molto più efficienti, ma spero che esisteranno sempre anche le strade panoramiche. Quelle che salgono su per i monti.

A volte la gente mi chiede come passo le vacanze, specialmente a Natale. Io ne ho trascorsi molti viaggiando. Molta gente va a fare un giro quando è in vacanza, perciò è un buon periodo per incontrare le persone. Ricordo una vigilia di Natale quando dormii all'aperto sotto le stelle. Un astro era così brillante che solo con un po' d'immaginazione si sarebbe trasformato nella stella di Betlemme. Il giorno seguente, con una temperatura di 26 C°, attraversai New Orleans e scoprii delle poinsettie in piena fioritura natalizia; inoltre conobbi alcuni nuovi e simpatici amici.

Trascorsi un Natale a Fort Worth, in Texas, dove le torri e gli alti edifici erano percorsi da linee colorate di luci che mi offrirono un quadro indimenticabile in occasione del mio ingresso in quella città. Quel giorno ebbi tempo a sufficienza (un dono gradito) per aggiornare la mia posta.

A volte la gente mi chiede se mi sento sola durante le vacanze. Come faccio a sentirmi sola quando vivo nella consapevolezza costante della presenza di Dio? Amo e adoro stare con la gente, ma quando sono da sola mi piace stare con Dio.

La maggior parte delle volte i primi anni mi venivano offerti cibo e ospitalità da gente che non conoscevo nemmeno. Accetto ogni cosa come un'offerta mandata dalla mano di Dio. Sono

ugualmente grata del pane raffermo ricevuto nella casa di un lavoratore immigrato come del pasto sontuoso offertomi da un'amica nella sala da pranzo principale del Waldorf Astoria Hotel.

Sapete, dopo aver messo la vostra vita completamente nelle mani di Dio, se la vostra vocazione è viaggiare nella fede, scoprirete che anche il cibo e l'alloggio di cui avete bisogno vi arrivano molto facilmente. Ogni cosa, anche le cose materiali vengono offerte. E vengono offerte delle cose incredibili che sorprendono anche me.

La prima volta andai in Alaska e alle Hawaii grazie ad un dono meraviglioso di un amico meraviglioso. Poi alcuni miei amici mi chiesero di prendere in considerazione l'idea di fare delle gite guidate laggiù, quindi ne feci una in Alaska nell'estate del 1979 e una alle Hawaii nell'estate del 1980. Impostai le gite come un'esperienza istruttiva ed ispirante per chi vi partecipava. Vivevamo in modo semplice e viaggiavamo leggeri.

Non fui inattiva nei due nuovi stati. Oltre a portare in giro i miei amici, tenni numerose conferenze con dei gruppi, alla radio e in televisione. Alcuni dei miei amici volevano avere un'idea di cosa fosse la mia vita di pellegrina e penso che ci riuscirono. Fu una gioia condividere quei posti stimolanti con loro.

Vi racconto un'altra cosa che mi capitò: stavo organizzando il programma per il North e il South Dakota e sapevo che nel North Dakota avrei dovuto interrompere il programma per condurre la gita nelle Hawaii. Sapevo che sarebbe stata a Bismarck e che mi ci sarebbe voluta una settimana di autostop per tornare a Los Angeles, e pensai: «Oh, una settimana in meno dal programma del North Dakota e una settimana in meno dal programma del South Dakota; mi piacerebbe invece trascorrere con profitto quelle due settimane in quei due stati». Mentre pensavo a tutto ciò, qualcuno mi scrisse offrendomi un viaggio aereo di andata e ritorno da Bismarck. Sembrò arrivare quasi come un miracolo. E ovviamente era qualcosa di cui avevo bisogno. Non prendo niente che non mi serve, ma avevo bisogno di passare del tempo nel North e South Dakota. Questo fu un regalo meraviglioso, che accettai, e per il quale sarò eternamente grata.

Pertanto vengono procurate anche le cose materiali.

Una volta spiegai ad un cronista che io mi limito a parlare alle persone e che dopo un po' mi chiedono se voglio mangiare. Lui mi fece notare che aveva parlato con la gente per mesi, anni addirittura, e non gli avevano offerto nemmeno un panino. Gli dissi: «Ma lei non è un pellegrino di pace!».

Una volta un ragazzino messicano di sedici anni, che mi aveva sentito alla radio, corse fuori quando passai davanti a casa sua e, in preda all'eccitazione, mi invitò a rimanere per la sera. La sua famiglia viveva nella baracca di un povero mezzadro itinerante, ricordo che fui trattata come la loro ospite d'onore. Dopo una cena a base di *tortillas* e fagioli, arrotolarono il loro unico tappeto e lo disposero a mo' di coperta sul loro unico letto. Al mattino, prima di partire, mi diedero un altro amorevole pasto a base di *tortillas* e fagioli.

Mentre attraversavo Memphis, corsi sotto un portico di legno di una casa con una stanza sola, per sfuggire ad un violento temporale. Una famiglia di colore mi offrì garbatamente ospitalità per la sera. Il loro calore umano unito ad una stufa che bruciava la legna riscaldavano la loro umile casa. Divisero il loro magro pasto a base di pane di mais e acqua per cena e per colazione. Dormimmo tutti sul nudo pavimento, strofinato a lucido. Non dimenticherò mai la genuinità della loro ospitalità.

Un mattino di gran gelo uno studente universitario in Oklahoma si tolse i guanti per darmeli e mi fasciò il collo con la sua sciarpa. Quella notte, quando la temperatura scese sotto lo zero, una coppia indiana mi offrì rifugio.

Una volta mi avvertirono di non andare in Georgia, e in special modo non ad Albany, dove quattordici viaggiatori per la pace erano in cella. Ma non posso dire di aver mai incontrato delle persone davvero ostili laggiù. Di fatto, l'ospitalità era migliore della media.

Coloro che facevano parte delle minoranze davano per scontato che non li avrei discriminati quando li incontravo. Quando leggevano «Pellegrina di Pace» sulla mia tunica, sembravano avere fiducia di me. Non esitavano a fermarmi per parlare con me. Tenni dei discorsi in varie chiese frequentate dalle minoranze e molti pastori lessero il mio messaggio alle loro congregazioni.

Ovviamente, amavo chi incontravo. Come potevo evitarlo? In ognuno vi è una scintilla divina. Non mi interessa la razza o l'etnia o il colore della pelle; a me le persone sembrano tutte luci scintillanti! Vedo ogni creatura come un riflesso di Dio. Sono tutti amici miei, per me la gente è bella!

Noi gente del mondo dobbiamo trovare dei modi per conoscerci reciprocamente, perché allora riconosceremo che le nostre somiglianze sono molto più numerose delle nostre differenze, per quanto grandi esse possano sembrare. Ogni cellula, ogni essere umano ha uguale importanza e ha un compito da svolgere in questo mondo.

Capitolo 5: Vivere nella semplicità

LA SEMPLIFICAZIONE DELLA VITA è uno dei passi verso la pace interiore. Una semplificazione costante creerà un benessere interiore ed esteriore e porterà ad una vita armoniosa. Nel mio caso, essa iniziò con la scoperta dell'insignificanza di possedere beni maggiori rispetto ai miei bisogni reali e immediati. Non appena ridussi il mio tenore di vita ai bisogni primari, iniziai a sentire nella mia vita una meravigliosa armonia fra benessere interiore ed esteriore, fra benessere spirituale e materiale.

Alcune persone credono che la mia vita dedicata alla semplicità e al servire gli altri sia austera e priva di gioia, ma loro non conoscono la libertà della semplicità. Sono grata a Dio per ogni momento della mia vita bagnato da grandi ricchezze. La mia vita è piena e buona, ma mai opprimente. Se la vostra vita è opprimente, allora state facendo più di quanto vi viene richiesto.

La mia vita era stata ricoperta da uno strato di fango; mi sentivo avida prima di prendere il voto della semplicità: *«Non accetterò più del necessario mentre altri nel mondo possiedono meno del necessario»*.

Può darsi che voi proveniate dall'esperienza di una vita strapiena di cose. Quando semplificherete la vostra vita, sono sicura che vi sentirete liberi come me. Se la vostra motivazione è il dare, allora vi sarà dato tutto ciò che vi servirà.

Nella mia vita, ciò che voglio e ciò di cui ho bisogno sono esattamente la stessa cosa. Qualsiasi cosa ecceda i miei bisogni è un fardello per me. Non riuscireste mai a darmi qualcosa che non mi serve. Non ho un centesimo, ma faccio fatica a rimanere in questo stato: molti miei amici benestanti, mossi da buone intenzioni, mi hanno offerto generose somme di denaro, che io ho ovviamente rifiutato.

Ho parlato con una persona che credeva che io mi fossi privata dei «piaceri» della vita. Ma nessuna delle cose che non adopero o che non faccio mi è stata mai tolta. Semplicemente, non le ho incluse nel mio programma di vita armoniosa. Non avevo interessi di sorta per quel genere di «piaceri».

Non sono schiava degli agi e delle comodità. Se lo fossi, non sarei una pellegrina. Permettiamo alle false credenze di governarci, di asservirci: la maggior parte della gente non desidera essere libera, preferisce lamentarsi ed irritarsi su quanto sia impossibile rinunciare alla schiavitù delle possessioni, al mangiare, al bere, al fumare, e così via. Non è che non riesce a rinunciare, non vuole farlo seriamente.

I nostri bisogni fisici dipendono in una certa misura dal clima in cui viviamo, dal nostro stato di salute, ecc. In genere abbiamo bisogno di un rifugio per proteggerci dalle intemperie; del fuoco, di una coperta, di alcuni vestiti per stare al caldo; di aria pura, acqua limpida e cibo sufficiente per il sostentamento. Vi sono, ovviamente, bisogni che vanno oltre l'aspetto fisico. Essi richiedono spesso poco o punto denaro, ma non è sempre così. Per esempio, ci sono alcune persone le cui vite non sono complete se non ascoltano buona musica o non suonano qualche strumento. Se è facile dare suggerimenti per vivere con semplicità, semplificare la nostra vita è un problema che va risolto a livello individuale.

Imparai circa quarant'anni fa che il denaro e i beni materiali non rendevano felici le persone. E ne ho ricevuto conferma molte volte. Ho conosciuto molti miliardari e avevano una cosa in comune: nessuno di loro era felice. Guardate Howard Hughes con i suoi 2,5 miliardi di dollari: dicono che fosse la creatura più miserabile ed impaurita che uno potesse immaginare! E conobbi una donna che aveva ereditato 4,5 milioni di dollari: quell'eredità fu la rovina della sua vita, perché essendo sempre stata una persona generosa, voleva dare un senso all'uso di quel denaro. Ma scopri che era un peso enorme per lei, sarebbe stata meglio senza quell'eredità.

Ho capito che se non avete abbastanza non sarete felici. Non lo sarete nemmeno se avrete troppo. Sono coloro che hanno abbastanza ma non troppo che sono i più felici.

Ricordo una signora in là con gli anni. Lavorava molto duramente e si lamentava sempre. Alla fine le chiesi: «Perché mai le serve lavorare così tanto quando deve mantenere solo se stessa?». E lei rispose: «Oh, devo pagare l'affitto di una casa con cinque camere da letto». «Una casa con cinque camere da letto!» replicai. «Ma lei è sola al mondo. Non vivrebbe felicemente in una casa con una stanza da letto?». «Oh sì», disse mestamente, «ma ho un mobilio per cinque stanze». Si stava letteralmente spellando le mani con il suo lavoro per fornire una casa decente a tutti quei mobili! E questo accade continuamente. Tutto ciò che posso dire è: fate in modo che non capiti a voi.

A causa delle nostre preoccupazioni materialiste ci perdiamo spesso le cose migliori della vita, che sono gratuite.

I beni superflui sono fardelli inutili. Se li avete, dovete prendervene cura.

Vi racconterò di un'altra donna. Si emancipò, sebbene non nel modo migliore. La vedevo saltuariamente e mi capitò di vederla un mese dopo che la sua immensa casa, in cui lei e il marito avevano vissuto sin dalla nascita dei figli, era bruciata mentre erano fuori. Avevano perso tutto tranne gli abiti che avevano indosso. Ricordando quanto era affezionata a quell'enorme casa, nonostante fosse per lei un gran peso occuparsene, iniziai a dirle qualche buona parola per consolarla. «Non mi consoli! Avrebbe potuto farlo il mattino successivo all'incendio, ma non adesso. Non dovrò mai più pulire quella soffitta, non dovrò mai più pulire quegli armadi, non dovrò mai più pulire quel seminterrato! Ecco, non mi sono mai sentita così felice. So solo che sto iniziando una nuova vita!».

Lei e suo marito vivevano adesso in un appartamento di grandezza ragionevole e sono anche sicura che stavano addirittura sperimentando una meravigliosa sensazione di libertà. Ma non sarebbe stato meglio se avessero imparato a dare ed avessero offerto il surplus a chi ne aveva bisogno? Al che, avrebbero ricevuto benedizioni per aver dato, e gli altri avrebbero ricevuto benedizioni nel ricevere. In ogni caso fu una situazione liberatoria.

Se siete liberi, vi consiglio vivamente un'escursione a piedi in un luogo selvaggio. Com'è stimolante camminare tutto il giorno sotto il sole e dormire tutta la notte sotto le stelle. Che esperienza meravigliosa la vita semplice, naturale. Visto che vi portate il cibo, l'equipaggiamento per dormire, ecc. sulla schiena, imparate presto che i beni superflui sono pesi superflui. Imparate subito quali sono le cose essenziali della vita, come il calore quando si ha freddo, un angolino

asciutto quando piove, del cibo semplice quando si ha fame, acqua fresca e pura quando si ha sete. Date alle cose materiali il posto che spetta loro, visto che capite che esistono per essere usate e che vanno abbandonate quando non sono utili. Imparate presto a sperimentare e ad apprezzare la grande libertà della semplicità.

Da maggio ad ottobre del 1952, prima del pellegrinaggio, feci 2.000 miglia a piedi sul Sentiero degli Appalachi, dalla Georgia al Maine, e altre 500 miglia per escursioni minori in luoghi di speciale bellezza.

Vivevo completamente all'aria aperta e avevo soltanto un paio di pantaloni e uno di pantaloncini, una camicetta ed una felpa, una coperta leggera e due fogli di plastica doppia, in cui a volte infilavo le foglie. Non ero sempre completamente al caldo e all'asciutto, ma mi piaceva immensamente. Il mio menù, mattino e sera, consisteva in due tazze di fiocchi d'avena crudi, ammolati nell'acqua e addolciti con due cucchiaini di zucchero scuro; a mezzogiorno mangiavo due tazze di latte in polvere concentrato più delle bacche, noci o verdure che trovavo nei boschi.

Ero stata preparata in modo completo al pellegrinaggio grazie a questo allenamento di resistenza. Camminare lungo la statale era poca cosa in confronto.

Che bontà mangiare la frutta saporita e matura dall'albero e la verdura fresca e croccante dal campo. E che cosa splendida sarebbe se i coltivatori del futuro si concentrassero sul non uso di sostanze inquinanti (come gli spray), così il cibo sarebbe pronto per passare dalla fattoria alla tavola.

Un mattino per colazione mangiai dei mirtilli coperti di rugiada; li avevo raccolti dai cespugli durante il mio viaggio attraverso le montagne del New England. Pensai ai miei simili che mangiavano vari tipi di cibi lavorati e aromatizzati e mi resi conto che, se avessi potuto scegliere la mia colazione, fra tutti i cibi al mondo non avrei potuto fare una scelta migliore che i mirtilli coperti di rugiada.

In primavera e in estate quando le giornate sono lunghe, com'è incantevole svegliarsi quando il sole sorge ed andare a letto quando il sole tramonta. In autunno e in inverno, quando le giornate si accorciano, si può apprezzare la notte. Sono incline a pensare che vi sia una sostanza nell'aria, depositata dal sole, che diminuisce dopo il tramonto e che può essere assorbita solo mentre si dorme. La cosa perfetta per me è dormire dalle nove alle cinque.

Com'è piacevole lavorare nell'aria fresca e rinvigorente, sotto un sole che infonde vitalità, in mezzo alle bellezze suggestive della natura. Sono in molti ad accorgersi di queste cose, come quel giovanotto che incontrai quando la sua vita era stata interrotta dal servizio di leva in tempo di pace. Mentre era a militare, suo padre, cagionevole di salute, non fu in grado di mandare avanti la fattoria, così venne venduta. Il giovanotto poi si impegnò per anni a fare lavori che detestava per poter acquistare un'altra fattoria. Com'è bello guadagnarsi da vivere coltivando delle piante per fornire cibo alla gente. In altre parole, com'è bello guadagnarsi da vivere contribuendo in maniera costruttiva alla società in cui si vive; logicamente dovrebbero farlo tutti e in una società sana tutti

vorrebbero farlo.

I miei vestiti sono assolutamente comodi e pratici. Indosso dei pantaloni blu scuro e una camicia a maniche lunghe con sopra una tunica con delle scritte. Lungo il bordo della tunica, sia sul davanti che sul dietro, vi sono dei compartimenti separati da un orlo per usarli come tasche. Lì stanno tutti i miei averi, che consistono in un pettine, uno spazzolino ripiegabile, una penna a sfera, una cartina, alcune copie dei miei messaggi e la mia corrispondenza.

Potete capire perché io rispondo alle lettere il più velocemente possibile: evito così di avere le tasche piene zeppe. Il mio slogan è: «*Ogni oncia conta!*». Sotto i vestiti porto un paio di pantaloncini da corsa e una maglietta con le maniche corte, così sono sempre pronta per una nuotata rinvigorente se passo vicino ad un fiume o a un lago.

Mentre indossavo il mio abito semplice il giorno successivo ad una nuotata in un lago di montagna dalle acque limpide, pensai a quelli che hanno gli armadi pieni di vestiti e se ne devono occupare e a quelli che trasportano valigie pesanti quando viaggiano. Mi chiesi come mai la gente voleva appesantirsi così tanto; io mi sentivo meravigliosamente libera. Ecco chi sono io e quali sono i miei averi. Pensate quanto sono libera! Se voglio viaggiare, non faccio altro che alzarmi e partire. Non vi è nulla che mi condizioni.

Un completo mi basta. È tutto quello che possiedo dall'inizio del mio pellegrinaggio nel 1953. E le mie cose le conservo con cura. Riesco sempre a trovare un lavabo in un bagno pubblico o un ruscello nelle vicinanze per lavare i miei vestiti, ed asciugarli è anche più semplice: me li metto addosso e lascio che l'energia del sole faccia evaporare l'umidità.

Mi lavo solo con l'acqua, il sapone rimuove gli oli naturali della pelle, così come i cosmetici e le creme usati dalla maggior parte delle donne.

Le uniche calzature che mi servono sono un paio di scarpe da ginnastica blu economiche. Hanno una tomaia in tessuto morbido e soles in similgomma. Scelgo un numero in più così le dita sono libere di muoversi. Mi sento libera, come se fossi a piedi nudi! Di solito con un paio ci faccio 1.500 miglia. Porto un paio di calze blu scuro. C'è un motivo per cui indosso il blu scuro per i miei indumenti: è un colore molto pratico, non si vede lo sporco e il blu è il simbolo della pace e della spiritualità.

Non scarto nessun articolo di vestiario se non si consuma a tal punto da non poter più essere usato. Una volta, mentre stavo per lasciare la città una hostess mi disse: «Pace, ho notato che le sue scarpe hanno bisogno di essere riparate e mi sarei offerta di aggiustargliele, ma so cucire abbastanza bene da sapere che le sue non si possono accomodare». Le dissi: «Mi fa piacere capirne così poco di cucito da non sapere che non potevano essere riparate, così non le riparo più».

I primi anni usavo una sciarpa blu e una felpa blu quando faceva fresco, ma in seguito le ho scartate perché non erano proprio essenziali. Adesso mi adatto così facilmente ai cambi di temperatura che indosso gli stessi abiti sia in estate che in inverno, sia dentro che all'aperto.

Come gli uccelli, migro a nord in estate e a sud in inverno. Se desiderate parlare con la gente all'aperto, dovete trovarvi dove il tempo è mite o la gente non uscirà di casa.

Quando la temperatura si alza e il sole scotta non vi è nulla di così gradito come l'ombra. Vi è una speciale frescura nell'ombra di un albero, ma a meno che si tratti di un albero grande, bisogna spostarsi un po' per stare all'ombra. Le nuvole fanno ombra mentre formano cumuli davanti al sole. Una roccia dà quella che io chiamo un'ombra profonda, la stessa cosa fa un argine al mattino presto o nel tardo pomeriggio. A volte si apprezza anche l'ombra di un cespuglio o di un mucchio di fieno. Anche le cose create dall'uomo fanno ombra. Gli edifici, chiaramente, e anche i segnali che sfigurano il paesaggio fanno ombra. Così fanno i ponti, che proteggono anche dalla pioggia. Certo, si può anche mettere un cappello o aprire un ombrello. Io non lo faccio. Un giorno un reporter mi chiese se per caso avessi un ombrellino pieghevole nelle mie tasche e io risposi: «Non evaporerò. La mia pelle è a prova d'acqua». Ma a volte ho usato un pezzo di cartone per ripararmi dal sole.

A volte quando fa caldo si ha voglia di acqua, ma ho scoperto che se mangio solo frutta mentre sono in cammino non mi viene sete. I nostri bisogni fisici sono così semplici.

Dopo una straordinaria visita nei luoghi selvaggi, ricordo di aver camminato per le strade di una città che fu per qualche tempo la mia casa. Era l'una di pomeriggio. Centinaia di esseri umani vestiti con cura, con facce pallide o truccate si affrettavano a raggiungere o lasciare l'ufficio in file abbastanza ordinate. Io, con la mia camicia scolorita e i miei pantaloni logori, camminavo in mezzo a loro. Le suole di gomma delle mie scarpe in tessuto morbido si muovevano silenziosamente accanto al ticchettio di scarpe ben rifinite ed affusolate, con tacchi simili a trampoli. Nelle zone più povere ero tollerata, in quelle più agiate ricevevo occhiate a volte un po' sorprese, a volte sprezzanti.

Camminando, su entrambi i lati le vetrine mostravano le cose che possiamo comprare se siamo disponibili a rimanere in fila ordinata, giorno dopo giorno, anno dopo anno. Alcune sono più o meno utili, altre sono solo robbaccia. Alcune hanno una pretesa di bellezza, molte sono vistosamente brutte. In mostra vi sono migliaia di cose, eppure, amici miei, mancano le più preziose. La libertà non è in vetrina, né la salute, né la serenità di mente. Per ottenere queste cose, cari amici, potreste aver bisogno anche voi di scappare dalle file ordinate e di essere guardati con sdegno.

Per il mondo posso sembrare molto povera, una che va in giro senza un soldo con i miei unici averi nelle tasche, ma in realtà sono molto ricca di benedizioni, che nessuna somma di denaro potrebbe mai comprare: la salute, la felicità e la pace interiore.

*La vita semplice è vita santificata,
Molta più calma, molto meno sforzo.
Oh, che grandiose verità vengono svelate -
Vincono progetti che un tempo fallirono.
Oh, quanto bella può essere la vita,
Bella nella semplicità.*

Capitolo 6: Risolvere i problemi della vita

LO SCOPO DEI PROBLEMI è quello di spingerci ad obbedire alle leggi divine, che sono esatte e non possono essere cambiate. Abbiamo il libero arbitrio di obbedire o di disobbedire. L'obbedienza porterà armonia, la disobbedienza porterà altri problemi.

Allo stesso modo, quando la società diventa disarmonica, si sviluppano problemi al suo interno. Problemi collettivi. Il loro scopo è di spingere l'intera società verso l'armonia. Gli individui scoprono che non possono crescere né imparare attraverso la risoluzione individuale del problema, ma possono farlo attraverso una risoluzione collettiva. Dico spesso che sono rimasta senza problemi personali, poi ogni tanto me ne capita qualcuno, ma faccio fatica a considerarlo come un vero problema, mi sembra talmente insignificante. Voglio imparare a crescere concretamente adesso aiutando a risolvere i problemi collettivi.

C'era un periodo in cui ritenevo fastidioso il fatto di dover affrontare un problema. Cercavo di liberarmene, di trovare qualcun altro che me lo risolvesse. Ma era tanto tempo fa. Quando scoprii lo scopo meraviglioso dei problemi fu per me un giorno speciale. Sì, hanno uno scopo meraviglioso.

Alcune persone desiderano una vita senza problemi, ma io non la augurerei a nessuno. Augurerei invece ad ognuno di voi una grande forza interiore per risolvere i problemi in maniera significativa e farvi crescere. I problemi sono esperienze di apprendimento e di crescita. Una vita senza problemi è una vita sterile, priva dell'opportunità di crescere spiritualmente.

Conobbi una volta una donna che teoricamente non aveva nessun problema. Partecipavo ad un programma radiofonico in tarda serata a New York. Questa donna chiamò la radio perché voleva che andassi a trovarla. Io avevo pensato di trascorrere la notte alla fermata dell'autobus, perciò accettai. Lei mi mandò il suo autista e mi ritrovai nella casa di una miliardaria, a parlare con una donna di mezza età che sembrava una bambina. Era talmente immatura e riflettei sulla sua immaturità finché mi resi conto che quella donna era stata protetta da tutti i problemi dalla servitù e dagli avvocati. Non aveva mai dovuto affrontare la vita. Non aveva problemi per farla crescere, di conseguenza non era cresciuta. I problemi sono benedizioni nascoste!

Se io risolvessi i problemi agli altri, si bloccherebbero senza mai crescere. Sarebbe una grande ingiustizia nei loro confronti. Il mio metodo è di aiutare con la causa più che con l'effetto. Aiuto gli altri instillando in essi la motivazione a risolvere i problemi da soli. Se dai un pasto ad un uomo, gli dai da mangiare per un giorno, ma se gli insegni a coltivare, lo nutri per tutta la vita.

È attraverso la risoluzione corretta dei problemi che cresciamo spiritualmente. Non ci viene mai dato un peso se non abbiamo la capacità di sopportarlo. Se siamo posti davanti ad un problema grave, vuol dire che abbiamo interiormente una grande forza per risolverlo. Non c'è davvero nulla per cui scoraggiarci, perché le difficoltà sono opportunità di crescita interiore e maggiore è la difficoltà, maggiore è l'opportunità per crescere.

Le difficoltà relative alle cose materiali spesso accadono per ricordarci che la nostra concentrazione dovrebbe essere rivolta, invece, alle cose spirituali. A volte le difficoltà del corpo accadono per mostrarci che il corpo è solo un abito transitorio e che la realtà è l'essenza indistruttibile che dà vita al corpo. Ma se riusciamo a dire: «Dio ti ringraziamo per i problemi che ci mandi per la nostra crescita spirituale», allora non sono più problemi, ma opportunità.

Lasciate che vi racconti la storia di una donna che aveva un problema personale. Aveva dei dolori costanti, dei problemi alla schiena. La posso ancora vedere mentre si sistemava i cuscini dietro alla schiena in modo che non le facesse troppo male. Era piuttosto amareggiata da questa cosa. Le parlai dello scopo meraviglioso dei problemi nella nostra vita e cercai di stimolarla a pensare a Dio invece che ai suoi problemi. Ci sono riuscita in una certa misura, perché una notte, dopo essere andata a letto, si mise a pensare a Dio.

«Dio si accorge di me, che sono un granello di sabbia, ma sono anche così importante che mi manda i problemi giusti per farmi crescere», iniziò a riflettere. E rivolgendosi a Dio: «Oh, caro Dio, grazie per queste pene attraverso le quali posso crescere più vicino a te». In seguito il dolore scomparve e non tornò più. Forse ecco cosa si intende quando si dice: «*Sii grato per tutte le cose*». Forse dovremmo dire una preghiera di ringraziamento per i nostri problemi più spesso. La preghiera è una concentrazione di pensieri positivi.

Molti problemi comuni sono causati dagli atteggiamenti sbagliati. La gente si considera al centro dell'universo e giudica tutto in relazione a se stessa. Naturalmente non sarete felici in quel modo; lo sarete solo se guarderete le cose nella giusta prospettiva: tutti gli esseri umani hanno uguale importanza agli occhi di Dio e hanno un compito da svolgere all'interno del piano divino.

Farò l'esempio di una donna che aveva qualche difficoltà a scoprire quale fosse il suo compito nel piano divino. Era sulla quarantina, single e aveva bisogno di guadagnarsi da vivere. Odiava talmente tanto il suo lavoro che si ammalò e la prima cosa che fece fu di consultare uno psichiatra che le disse che l'avrebbe riconciliata con il suo lavoro. Perciò dopo qualche «aggiustatina» tornò al lavoro. Ma continuava ad odiarlo. Si ammalò di nuovo ed allora venne da me. Allora le chiesi quale fosse la sua vocazione e lei rispose: «Non mi sento portata a fare nulla».

Non era vero. Quello che lei voleva dire in realtà era che non conosceva la sua vocazione. Così le chiesi che cosa le *piaceva* fare perché se era la sua vocazione l'avrebbe fatta con facilità e gioia così come io faccio il mio pellegrinaggio. Scoprii che amava fare tre cose: suonare il pianoforte (ma non era sufficiente per guadagnarsi da vivere), nuotare (ma non era abbastanza brava per essere un'istruttrice di nuoto) e i fiori.

Le trovai un lavoro presso un fiorista in modo che potesse guadagnarsi da vivere lavorando con i fiori. Le piaceva. Disse che lo avrebbe fatto anche gratis. Ma sfruttammo anche le sue altre attitudini. Ricordate? Aveva bisogno di ben altro che di uno stipendio per vivere. Aveva bisogno di altre cose. Il nuoto divenne il suo esercizio fisico, adattandosi ad abitudini di vita concrete. Suonare il pianoforte divenne la sua strada per servire gli altri. Andava in una casa di riposo e suonava vecchie canzoni per gli anziani. Riusciva a farli cantare, era brava in questo. Da quelle tre cose venne fuori una vita davvero bella per quella donna. Si trasformò in una donna molto attraente e si sposò l'anno successivo, credo. Rimase nel giusto schema di vita.

Conobbi un'altra donna confinata a letto già da tempo. Andai a trovarla e potei stabilire immediatamente dalle linee di espressione del viso e dalla sua tensione che non si trattava di una patologia fisica. E non penso di averle parlato più di cinque minuti prima che lei mi confessasse che sua sorella era stata molto meschina con lei. Nel modo in cui lo raccontava, capii che aveva raccontato quella storia tante e tante volte e che la sua mente non smetteva di rimuginare, alimentando costantemente dell'astio verso la sorella. Mi ritrovai a spiegarle che, se lei avesse voluto perdonare, chiedere scusa e far pace con la sorella, avrebbe riscontrato un miglioramento della salute. «Ah!» esclamò. «Morirei piuttosto. Non ha idea di quanto sia meschina». Così quella situazione si trascinò per un po'.

Ma all'alba di un mattino quella donna scrisse una bella lettera ispirata a sua sorella, e me la mostrò. (Va detto che c'è qualcosa di molto straordinario all'alba. Anche al tramonto, ma l'unica cosa è che al tramonto quasi tutti sono svegli e si danno un gran daffare. All'alba invece quasi tutti si muovono con lentezza o sono ancora addormentati e sono molto più in armonia quando dormono. Perciò l'alba è spesso un buon momento per le cose spirituali). Mi recai immediatamente in città e imbucai la lettera prima che potesse cambiare idea. Quando tornai da lei, *aveva* già cambiato idea infatti, perciò avevo fatto bene a spedirla! Si preoccupò un po' ma ricevette una lettera di risposta dalla sorella, che era così lieta all'idea della loro riconciliazione. E sapete, lo stesso giorno dell'arrivo della lettera della sorella, quella donna si alzò, scese dal letto e andò in giro e l'ultima volta che la vidi era gioiosamente in partenza per andare a riconciliarsi con la sorella.

C'è del vero in quel vecchio detto secondo il quale l'odio ferisce colui che odia, non chi è odiato.

Alcuni impiegano meno tempo per scegliere un partner per la vita che per scegliere un'auto. Non fanno altro che lasciarsi trascinare nelle relazioni.

Nessuno dovrebbe dare inizio ad un progetto familiare a meno che senta una vocazione, come la mia vocazione per il pellegrinaggio. Altrimenti, è una tragedia. Ricordo una donna che non riusciva ad andare d'accordo con il marito e vedevo che non avevano niente in comune. Alla fine le chiesi: «Perché mai ha sposato quell'uomo?». E lei rispose: «Tutte le mie amiche si stavano sposando e lui fu il meglio che potei trovare in quel periodo». È sempre così. Vi meravigliate che ci siano così tanti divorzi? La gente si butta in un progetto familiare senza averne la vocazione.

L'attaccamento emozionale può essere terribile. Quando lavoravo con persone che avevano dei problemi, si trattava spesso di questioni legate all'attaccamento emozionale che ovviamente andava spezzato. Una di queste era una ragazza di sedici anni (ormai sarà felicemente sposata con qualcun altro). Dico sempre che il tempo guarisce tutte le ferite, ma allora lei pensava che il suo cuore era irrimediabilmente spezzato perché il suo fidanzato aveva sposato un'altra. Sebbene avesse faticato molto a superare la cosa, dopo qualche tempo fu in grado di prenderla con filosofia. Ci vuole tempo. Infatti, a volte le persone si riprendono più velocemente dalla morte di una persona cara che dall'allontanamento di un innamorato o un'innamorata.

L'abitudine di preoccuparsi

Vivete questo giorno! Ieri è solo un sogno e domani solo una visione, ma un oggi ben vissuto rende ogni ieri un sogno di felicità ed ogni domani una visione di speranza. Non languite mai sul passato,

non preoccupatevi del futuro. Vivete questo giorno e vivetelo bene.

La preoccupazione è un'abitudine. È qualcosa su cui si può lavorare: io la chiamo *rinuncia* dell'abitudine a preoccuparsi. Vi sono tecniche utili. Quando parlo a delle belle persone di chiesa scopro che continuano ad essere preoccupate. È un totale spreco di tempo e di energia. Se siete delle persone che recitano le preghiere con fede, dovrete immediatamente ed automaticamente rimettere a Dio, nella preghiera, ciò che vi preoccupa e lasciare tutto nelle sue mani, le mani migliori in assoluto. Questa è una tecnica eccellente. All'inizio può darsi che dobbiate rivolgervi a Dio molte volte prima di sviluppare l'abitudine di fare sempre il possibile in una situazione e poi lasciar perdere tutto il resto, ponendolo con fede nelle mani di Dio (io l'ho fatto).

Quante volte vi preoccupate per il presente? Il presente in genere va bene. Se vi state preoccupando è perché state consumando voi stessi su un passato che avreste dovuto dimenticare da tempo oppure siete in apprensione per un futuro che deve ancora venire. Tendiamo a sfiorare proprio il *momento presente*, che è l'unico momento che Dio dà ad ognuno di noi per vivere. Se non vivete il presente, non riuscite mai a vivere per davvero. E se vivete il presente, tendete a non preoccuparvi. Per me, ogni momento è una nuova, splendida opportunità per servire gli altri.

L'abitudine alla rabbia

Accenno qui ad un paio di altre abitudini. Una di queste è l'abitudine alla rabbia. La rabbia produce un'energia tremenda. A volte è chiamata energia rabbiosa. Non sopprimetela: vi farebbe del male dentro; non esprimetela: non solo vi farebbe del male dentro, ma causerebbe anche vibrazioni negative intorno a voi. Ciò che dovete fare è trasformarla. La potete usare in maniera costruttiva eseguendo un lavoro che andava fatto o facendo del movimento salutare.

Il modo migliore per parlarne è dirvi cosa hanno fatto alcune persone. Per esempio, una donna lavò tutte le finestre della casa, un'altra passò l'aspirapolvere dappertutto, un'altra ancora fece il pane, un buon pane di farina integrale. E un'altra si sedette e suonò il piano: all'inizio energiche marce, poi si calmò e suonò musica più lenta, come inni e ninne nanne, e così capii che si sentiva di nuovo bene.

Ci fu un uomo che tirò fuori il tosaerba manuale che, notate bene, non ha un motore. Magari non ne avete mai visto uno! E così tagliò il suo immenso prato. Mi trovavo di fianco a casa sua. Poi un giorno venne a prendere in prestito dal vicino il tosaerba a motore. Io glielo feci notare e lui disse: «Oh, senza l'energia della rabbia non riuscirei mai a tosare tutto quel prato con un tosaerba manuale». Vedete, è davvero un'energia tremenda.

Poi ci fu un uomo che salvò il suo matrimonio. Aveva un tale caratteraccio che la sua giovane moglie stava per lasciarlo portandosi via i due bambini piccoli. Lui decise: «Devo fare qualcosa!». E la fece. Ogni volta che stava per essere assalito da un attacco d'ira, invece di lanciare oggetti per casa come era abituato, usciva a fare jogging. Girava intorno all'isolato finché gli mancava il fiato e non aveva più energie. E salvò il suo matrimonio. Funzionò. Lo rividi anni dopo e gli chiesi: «Beh, fai ancora jogging?». «Oh, un po' per tenermi in esercizio», disse, «ma sono anni che non ho attacchi d'ira». Utilizzando questa energia in modo costruttivo perdetevi l'abitudine di arrabbiarvi.

Queste tecniche hanno funzionato anche con i bambini. Ricordo un bambino di dieci anni. Stavo cercando di aiutare sua madre perché faceva fatica a tenerlo fermo. Lui si arrabbiava spesso e un giorno che era calmo gli chiesi: «Di tutte le cose che fai qual è quella che ti toglie più energia?». E lui rispose: «Credo che sia salire sulla collina dietro casa mia». E così trovammo una soluzione

fantastica. Ogni volta che la madre vedeva i segni di un'arrabbiatura imminente lo spingeva fuori di casa dicendogli: «Va', sali sulla collina». Funzionò così bene che quando un'insegnante mi disse che aveva un problema simile con un bambino più o meno della stessa età, io le suggerii di dirgli di correre intorno alla scuola, e anche quello funzionò.

Adesso vi racconto di un'altra coppia. Si arrabbiarono entrambi e decisero di fare una camminata intorno all'isolato. Uno camminava in un senso, l'altro nel senso inverso e si incontravano a intervalli frequenti. E quando riuscivano ad incontrarsi amichevolmente andavano a casa insieme a discutere di ciò che aveva scatenato la loro rabbia e di quello che avrebbero potuto fare per rimediare in futuro. Fecero una cosa molto saggia. Non dovrete mai tentare di parlare a uno che è arrabbiato, perché in quel momento non ragiona.

Racconterò un'altra storia di una giovane madre. Aveva tre bambini in età prescolare e mi spiegò: «Quando mi arrabbio mi viene voglia di correre, ma non posso. Non posso lasciare tre bambini piccoli da soli e di solito finisco per sfogarmi su di loro». Le dissi: «Ha mai provato a correre sul posto?». E la vidi farlo.

Mi scrisse: «Pace, funziona a meraviglia. Non solo mi libera da quell'energia rabbiosa, ma diverte i bimbi!».

L'abitudine alla paura

Anche la paura è un'abitudine. La paura può essere appresa e viene insegnata costantemente. La paura si trasmette.

Beh, io non provo paura per niente. Dio è sempre con me. Ma avevo un'amica che temeva le persone di una certa razza. Suo marito era stato trasferito e ora lei si trovava a vivere in mezzo a quelle persone che aveva sempre paventato. Lavorai con lei e per prima cosa le feci conoscere la musica di quella gente, perché lei era una musicista. Poi trovai una donna di quel gruppo che aveva due bambini che avevano più o meno l'età dei bambini della mia amica, e andammo a trovarla. I due maschietti corsero via insieme e altrettanto fecero le due femminucce. A quel punto facemmo conoscenza. Naturalmente divennero ben presto amiche. Ricordo un periodo in cui una frequentava la chiesa dell'altra e viceversa. Era una cosa adorabile. Una domenica andavano insieme in una chiesa e la domenica successiva si recavano entrambe nell'altra chiesa. La cosa interessante fu che quando si conobbero meglio scoprirono che erano più le cose che le accomunavano rispetto alle cose che le dividevano. Quando si conobbero iniziarono a volersi bene.

Conoscevo una signora che era professoressa di inglese all'università. Ogni volta che sentiva il minimo rumore di un tuono, anche distante, diventava isterica. Da piccola, ogni volta che scoppiava un temporale la madre scappava a nascondersi sotto il letto e, ovviamente, i suoi figli con lei. Aveva appreso da sua madre ad avere paura dei temporali, dall'esempio. Ecco come fanno ad imparare i bambini.

La maggior parte delle paure è paura dell'ignoto. Quindi, qual è il rimedio? *Conoscere ciò di cui si ha paura*. Dovemmo imparare tutte le norme di sicurezza prima di abituarci al temporale, ma funzionò.

Vi racconterò un'altra storia sulla paura. Ho sentito parlare di donne che hanno paura dei topi. E io ho conosciuto personalmente donne e uomini che hanno paura dei cani. Ma la donna in questione aveva paura dei gatti. Non sto parlando di un gatto selvatico, ma del comunissimo, banalissimo

gatto di casa.

Beh, c'erano dei gatti nel vicinato. Tutte le sue amiche avevano dei gatti. Ogni volta che incontrava un gatto gridava, correva via, diventava isterica. Mi raccontò che credeva che ogni gatto che incontrava l'avrebbe assalita alla gola. Ora, uno psicologo direbbe: «È stata spaventata da un gatto da piccola; lei l'ha dimenticato, ma quell'avvenimento è sedimentato nel suo subconscio». Può darsi che sia vero. Non importa. Io le suggerii: «Se desideri perdere la tua paura dei gatti devi fare amicizia con un gatto». «Oh no!» replicò. Le chiesi: «Dunque, hai paura di un gattino?». «No, se è abbastanza piccino» rispose. Perciò mi feci prestare un piccolo gattino grazioso. Mi dissero che potevo prenderlo in prestito o tenerlo. Glielo portai e le chiesi: «Hai paura di lui?». «Oh no, non di un esserino così» mi rispose. «Molto bene», le dissi, «adesso dovete imparare a conoscervi. Gli devi dare da mangiare e devi giocare con lui». E naturalmente sapete come andò a finire: il gattino si trasformò in un gatto adulto, ma nel frattempo lei gli si era così affezionata che non voleva più darlo via.

Certe paure possono derivare da esperienze di vite precedenti. Infatti l'ultimo esempio che ho fatto potrebbe aver avuto un'origine del genere. Questo tipo di paure vanno trattate come le altre. Bisogna conoscere ciò di cui si ha paura.

In alcuni casi bisogna adottare un approccio leggermente diverso. Vi esporrò un caso dove applicammo un approccio graduale. La donna in questione paventava di dormire in una camera piccola; riusciva ad entrarci ma non a dormirci. Questa paura derivava da un'esperienza in una vita precedente. Venne a cercarmi nel posto in cui lavoravo per chiedermi aiuto. Preparammo una brandina in un angolo della libreria (una stanza molto spaziosa). Perfino lì aveva paura a dormire da sola, perciò preparai un'altra brandina per me e dormii con lei la prima notte. In seguito, quando imparò a dormire da sola in libreria, mettemmo una brandina in soggiorno, che era una stanza un po' più piccola. Le dormii accanto la prima notte, poi imparò piano piano a dormire da sola. Allora provammo la camera da letto più grande che avevamo, e così via, finché lei arrivò al punto in cui riuscì a dormire da sola in una cameretta.

Non dovete necessariamente adoperare questo metodo graduale, noi l'abbiamo fatto perché vi sono alcuni tipi di paure che sono più facili da trattare con questa tecnica. Un'altra di queste paure è la paura dell'altezza e anche questa può dipendere da un'esperienza in una vita precedente. Lasciatemelo dire: certe persone giovani e vigorose hanno paura dell'altezza.

Quello che ero solita fare con coloro che avevano paura dell'altezza era di portarli ad un'altezza tale che si sentissero a loro agio, senza tuttavia voler salire più in alto. Poi stavo con loro per un po'. Li lasciavo lì con qualcosa da leggere, qualcosa che li tenesse occupati mentre erano a quell'altezza per un po' di tempo. Il giorno seguente salivamo appena un po' di più e poi ancora un altro po'. Alla fine arrivavano in cima, si erano abituati all'altezza e non la temevano più.

Mi è stato chiesto se un po' di paura faccia bene. Credo che la paura non faccia mai bene. A meno che intendiate che, se avete paura della strada, prima di attraversarla guardate a destra e a sinistra. Ma vedete, credo che ci venga richiesto di fare tutto il possibile in favore di noi stessi, ecco perché quando cammino per strada faccio sempre attenzione. Ma non credo che sia per paura. È solo prudenza e non la collego assolutamente alla paura. Per esempio, se so che ci sono dei sassolini

sparsi qua e là su una roccia liscia, posso rischiare di cadere se scivolo in quei sassolini, perciò faccio attenzione a non pestarli. Non ho paura, sono solo cauta.

La protezione divina

Recentemente, mentre stavo guidando un gruppo di persone in una delle quattro gite istruttive ed ispiranti nelle Isole Hawaiane, un poliziotto ci vietò di dormire in spiaggia. Si supponeva che fosse stato commesso un omicidio in quella spiaggia. Ero molto attenta a tutta la paura che veniva trasmessa a quelle belle isole. Io non avevo paura. Una donna del gruppo cercò di avvertirmi dei pericoli di quella spiaggia. Le dissi: «Tutti noi siamo sotto la protezione del mio angelo custode». E non vi fu il benché minimo incidente in nessuna spiaggia.

Una notte ci trovavamo in una spiaggia in cui penso che eravamo gli unici anglosassoni. Gli altri erano davvero gentili. Venne molta gente e una persona mi disse: «L'ho vista in televisione qualche anno fa». Doveva trattarsi di cinque anni prima, durante la mia prima visita all'isola. Mi chiesero perfino l'autografo! Ecco, io penso che non dovremmo essere apprensivi. Credo che l'apprensione non faccia altro che attirare ciò che si teme. «*Poiché quel che grandemente temo mi piomba addosso*». Mi sentivo completamente al sicuro sulla spiaggia e sentivo che tutto il mio gruppo era protetto, ed infatti lo era.

Sento con certezza che vi è una protezione su di me. Per due volte sentii il bisogno di scendere dalle auto in cui mi trovavo, e una volta capii il perché. Dunque, insieme a due studenti delle superiori stavamo attraversando in auto un vigneto, scendendo verso Los Angeles. Io non scesi. Volevano vedere qual era la velocità massima che avrebbe fatto la vecchia Chevrolet giù per la collina. Ero sul sedile posteriore e mi sentivo perfettamente a mio agio.

Invece una volta ero con un uomo che stava bevendo whisky e mi offrì di guidare al suo posto. Gli mostrai la mia patente, ma lui non voleva lasciarmi guidare, perciò gli chiesi di lasciarmi scendere all'incrocio seguente. Poi mi offrì un passaggio un camioncino e non avevamo fatto nemmeno cinque miglia quando andammo a sbattere contro un'auto. Andammo a finire in un torrente; il camioncino colpì con una fiancata un albero del cotone. Sul mio lato si era rotto il vetro e il tetto era sfondato. Ecco perché avevo provato un improvviso bisogno di scendere. Il conducente non era ferito in modo grave. Si era fatto dei tagli ma niente di veramente serio.

In un'altra occasione non vidi come andò a finire, ma sentii il bisogno di scendere. L'uomo guidava in modo spericolato. Superava la linea doppia continua e tentava il sorpasso senza avere alcuna visibilità. Perciò scesi dalla sua auto. Poi salii con un uomo che all'incrocio si diresse verso est, perciò non vidi mai cosa accadde all'altra auto. Non lo so, nulla spero.

Perciò una certa dose di prudenza va bene, come guardare a destra e a sinistra prima di attraversare, ma certamente non quelle stupide paure che molti esseri umani provano. Vedete, se sapete che avrete paura, per esempio, di dormire in spiaggia, allora siete terrorizzati anche quando dormite a casa vostra. Guardate quanta gente viene uccisa nella propria casa. O quando si dorme in hotel. Guardate quanta gente viene uccisa in una camera d'hotel. Questo può portare ad avere un comportamento ridicolo.

Possiedo davvero una sensazione di completa protezione. Se mi fossi sentita come in quelle due auto, non avrei portato l'intero gruppo lontano dalla spiaggia. Invece, sentivo una protezione

assoluta, non avevo la minima apprensione. Sapevo che eravamo completamente al sicuro quando restammo sulla spiaggia.

Vi sono molte cose che non comprendiamo appieno. Sappiamo solo che accadono. Per esempio, sono stata tenuta alla larga da cose che avrebbero potuto farmi del male. Stavo camminando in un viottolo che sapevo essere stretto. Gli alberi mi sfioravano la testa, non riuscivo a vedere dove stavo andando, ma conoscevo quel viottolo grazie all'esperienza di una vita precedente, e potei vedere la luce alla fine del tunnel. Stavo camminavo molto velocemente quando qualcosa, che io chiamerò una forza, mi fermò. Voglio dire che fu forte abbastanza da fermarmi. Poi proseguii molto cautamente per vedere cos'era successo e vidi del filo spinato in mezzo alla strada. Stavano riparando un recinto del bestiame in fondo al viottolo, che non conoscevo, e avevano steso questo filo per evitare che il bestiame si disperdesse. Sarei finita contro il filo spinato se non fossi stata fermata. Abbiamo più protezione di quanto non si pensi.

La cosa più significativa di questo tipo accadde mentre stavo guidando una macchina. Ho rinunciato alla mia patente ora, ma quando l'avevo, guidavo in maniera corretta e sicura e avevo l'auto sempre sotto controllo. Questa volta stavo guidando l'auto di un'altra persona in una strada in costruzione. Venendo giù da un pendio, c'era un semaforo al termine della strada dove si doveva svoltare, a destra o a sinistra. Le macchine sbucavano dalla strada, sorpassandomi, e svoltavano in entrambi i sensi. Naturalmente schiacciai il pedale del freno quando vidi il semaforo passare al rosso, ma non avevo freni! Feci per tirare il freno a mano: non c'era. Pensai che se avessi tentato la retromarcia avrei fermato l'auto, anche se sarebbe andata in frantumi. Provai la retromarcia ma non entrò. Davanti a me vidi una station wagon con due bambini piccoli affacciati al finestrino posteriore. *Dovevo* fermare l'auto! Non potevo girare a sinistra (c'era una parete rocciosa) e le auto arrivavano fitte e veloci una dopo l'altra. Sulla destra c'era una parete rocciosa delimitata da un fosso e la mia mente piccola e limitata mi disse: «Vai verso il fosso e costeggia la parete rocciosa. Questo fermerà l'auto, si sfascierà ma si fermerà». *Non ero in grado di farlo.* Fu l'unica volta nella vita in cui mi sfuggì il controllo di un'auto. L'auto sbandò a sinistra, si infilò fra due auto e risalì per una stradina polverosa su un pendio, il che ovviamente fermò l'auto. Non sapevo di quella stradina polverosa. Non ero riuscita a vederla.

Perciò, vedete, mi sono capitate un sacco di cose stupefacenti. Potete capire perché io mi senta completamente, assolutamente protetta. Questa protezione si estende anche alle persone con cui mi trovo.

Una meditazione utile

Mi piacerebbe condividere con voi questa breve meditazione. Come prima cosa, siamo d'accordo che la protezione di Dio ci circonda? Sappiate che siete gli splendidi figli di Dio, siete sempre nelle mani di Dio. Accettate Dio... accettate la protezione di Dio... non c'è davvero alcun problema da temere. Sappiate che voi non siete il vostro abito d'argilla. Sappiate che voi non siete la natura incentrata sul sé che governa la vostra vita inutilmente. Sappiate che voi siete la natura incentrata su Dio. Il Regno di Dio dentro di voi. In Cristo che risiede in voi. Eterno e indistruttibile. Identificatevi con il vostro io reale.

Pace... fermati... e sappi... che sono Dio.

Pace... fermati... e sappi... chi sono.

Pace... fermati... e sappi.

Pace... fermati.

Pace... sii.

Pace...

Pace...

Pace.

Ed ora, consapevoli del fatto di essere i figli perfetti di Dio, eterni e indistruttibili, andiamo per vie separate nell'amore, rimanendo sempre uniti nello spirito. Dio vi benedica e pace a tutti voi.

Capitolo 7: Vivere nella spiritualità

ALL'INIZIO intrapresi il mio cammino non solo per entrare in contatto con la gente, ma anche come disciplina di preghiera, per mantenermi concentrata sulla mia preghiera per la pace. Non avevo ancora imparato a pregare incessantemente. Feci anche un periodo di 45 giorni di preghiera e digiuno come disciplina di preghiera.

Dopo i primi anni la disciplina di preghiera divenne completamente inutile, perché iniziai a *pregare ininterrottamente*. Resi il contatto spirituale molto profondo: misi nella mia consapevolezza di preghiera ogni situazione o persona del mondo con cui mi sentivo coinvolta e il resto avveniva in modo automatico.

Occasionalmente, una situazione viene riportata al mio pensiero cosciente perché ho realmente bisogno di concentrarmi su di essa. Se una persona che si trova in estrema difficoltà mi ritorna in mente in maniera cosciente, a volte uso la preghiera di visualizzazione, che è sempre stata molto naturale per me, ma mi rendo conto che non è così per tutti. Mi apro (la mia natura divina si apre) per incontrare la loro natura divina. Poi ho la sensazione di sollevarli... sollevarli... sollevarli... e di portare loro la luce di Dio. Cerco di visualizzarli immersi nella luce di Dio ed infine li vedo in piedi, a braccia aperte, bagnati di luce divina. A quel punto li affido nelle mani di Dio.

In tutte le persone che incontro (sebbene alcune possano essere governate dalla natura incentrata sul sé e non conoscano per niente il loro potenziale), vedo quella scintilla divina, che è ciò su cui mi concentro. Tutti mi appaiono splendidi, simili a luci scintillanti. Nutro sempre un sentimento di gratitudine per queste splendide persone che camminano sulla terra con me.

Perciò direi che parte della mia preghiera è un sentimento di gratitudine e naturalmente di amore genuino per tutti i figli di Dio e tutto il creato. La preghiera è una concentrazione di pensieri positivi. Ecco alcune parole sulla preghiera.

Le vie della preghiera

Potete visualizzare la luce divina ogni giorno ed inviarla a qualcuno che abbia bisogno di aiuto. La vostra natura divina deve venire fuori e toccare la natura divina di un'altra persona. Dentro di voi è la luce del mondo, che va condivisa con il mondo.

Visualizzate una luce dorata dentro di voi e diffondetela intorno a voi. Prima a quelli che vi sono vicino (la vostra cerchia di amici e familiari) e poi gradualmente al mondo. Continuate a visualizzare la luce dorata di Dio che circonda la nostra terra.

E se avete un problema, rimettetelo a Dio nella preghiera e visualizzatelo nelle sue mani. Poi affidatelo a Lui, sapendo che è nelle mani migliori in assoluto, e rivolgete la vostra attenzione ad altre cose.

Non è l'unica preghiera che potete fare, ma ho scoperto che per alcune persone in grandissima

difficoltà questa preghiera di visualizzazione le aveva aiutate. Mi hanno riferito che vi sono stati dei buoni risultati in seguito, perciò io la pratico ogni tanto.

Vi è anche la preghiera costante di gratitudine: io sono costantemente grata. Il mondo è così bello, e sono grata per questo; possiedo un'energia infinita, e sono grata per questo; sono collegata alla fonte di Energia Universale, e sono grata per questo. Provo questo sentimento costante di gratitudine, che è una preghiera.

Quando siete nella fase di apprendimento, è vero che può essere prezioso scegliere dei momenti speciali o anche usare forme speciali... lo capisco.

Svariate volte la gente mi ha scritto chiedendomi: «Pace, pregherà per me alle quattro di pomeriggio o alle nove di sera, che corrisponde al tale e al talaltro orario, considerando il fuso orario?». Scrivevo loro dicendo: «Non è necessario calcolare tutto questo per me; collegatevi *in qualsiasi momento* e starete pregando con me e io starò pregando con voi, perché io prego di continuo».

Pregare continuamente non è un rito, né sono necessarie parole specifiche. È uno stato di costante consapevolezza dell'unità con Dio; è una sincera ricerca di qualcosa di buono; è anche una concentrazione su quel che si sta cercando, credendo con fede che si raggiungerà. Tutte le preghiere giuste sortiscono un buon effetto, ma se dedicate tutta la vostra vita alla preghiera, ne moltiplicherete il potere... Nessuno conosce davvero il potere pieno della preghiera. Chiaramente, vi è una relazione fra preghiera e azione. *La preghiera ricettiva* ci apre ad una ricettività interiore, che ci spinge a compiere l'azione giusta.

Lasciate che vi racconti la storia di una risposta ad una preghiera. Venni arrestata a notte fonda da un giovane poliziotto mentre camminavo da sola lungo una statale deserta. Credo che avesse in mente per me la custodia cautelare. Mi disse: «Insomma, nessuno in questa città vorrebbe camminare lungo la statale a quest'ora della notte».

Gli dissi: «Beh, vede, io viaggio nella totale assenza di paura. Perciò non attraggo cose non buone. Si dice: *“Poiché quel che grandemente temo mi piomba addosso”*. Ma io non ho paura di nulla e mi aspetto solo il bene».

Mi fece salire ugualmente e mi ritrovai in cella. Il pavimento era coperto di vecchi giornali, mozziconi di sigarette ed ogni sorta di vecchiume. Gli alloggi consistevano in un unico materasso appoggiato sul pavimento e quattro logore coperte. C'erano due donne che cercavano di dormire entrambe su quel singolo materasso. Mi raccontarono che c'erano state otto donne in quella cella la notte precedente, con in dotazione quell'unico «corredo». In generale fra le recluse vi era un certo atteggiamento di generosità. Mi dissero: «Ti occorreranno due coperte perché dovrai dormire per terra». Perciò presi un giornale e pulii la superficie del pavimento, poi appoggiai per terra una coperta e mi coprii con l'altra e dormii abbastanza comodamente.

Non era la prima volta che dormivo su un pavimento di cemento e non sarebbe stata l'ultima. Se siete rilassati potete dormire dovunque. Quando mi svegliai al mattino vidi un uomo intento a

fissare le sbarre e gli chiesi:

«A che ora si riunisce la corte?». Lui rispose: «Non lo so». Dissi: «Beh, lei non è un poliziotto?». «No», disse, «mi piace solo guardare le ragazze». Era uno degli svaghi cittadini. Chiunque poteva entrare direttamente dalla strada e vedere che cosa offrivano quel giorno: «Andiamo a guardare le ragazze!».

Una di loro era una donna di mezza età ed era stata fermata, in stato confusionale, per ubriachezza. Era la sua settima infrazione, mi raccontò, perciò non era dura per lei. Mentre l'altra era una ragazza di diciotto anni. Sentiva che tutta la sua vita era stata rovinata a causa di questa esperienza. Le dissi: «Per me è la seconda volta e non penso certamente che la mia vita verrà rovinata!». Riuscii a rallegrarla e parlammo di quello che avrebbe fatto una volta fuori. Doveva uscire in giornata o il giorno successivo.

Poi cambiarono le guardie. Vidi una nuova sorvegliante. Lei mi vide e mi chiese: «Cosa ci fa lei qui? Ho visto la sua foto sul giornale. L'ho sentita alla radio». Dopodiché mi lasciarono andare.

Ma prima di andarmene mi feci dare dall'uomo delle pulizie una scopa e la allungai alle ragazze in modo che potessero pulire la loro cella. Mi feci dare anche un pettine per loro; avevano i capelli tutti scompigliati: erano lì da circa una settimana senza un pettine.

Quello che vi volevo raccontare in realtà è che la ragazza diciottenne era una persona profondamente religiosa. Aveva pregato, disperata, per ricevere un aiuto. Credo che io venni raccolta dalla statale quella notte e messa dietro le sbarre della prigione in risposta alle sue preghiere.

La parte più importante di una preghiera è ciò che *sentiamo*, non ciò che diciamo. Passiamo troppo tempo a dire a Dio quel che secondo noi andrebbe fatto, e non passiamo tempo a sufficienza nella quiete affinché sia Dio a dirci cosa fare.

Ora, oltre alle leggi di Dio, che sono uguali per tutti noi, esiste anche la guida divina, che è unica per ogni animo umano. Se non sapete qual è la direzione data da Dio alla vostra vita, potete provare a cercarla in silenzio ricettivo. Io avevo l'abitudine di camminare, ricettiva e silenziosa, in mezzo alle bellezze naturali. Venivo raggiunta da meravigliose visioni che poi io mettevo in pratica nella mia vita.

Magari voi preferite ascoltare della buona musica rassereneante o leggere alcune belle frasi e meditare su di esse. Per me la maggiore ispirazione veniva dalle bellezze della natura e di fatto era lì che passavo del tempo da sola con Dio. Non durava più di un'ora, a dir molto, e mi appagava immensamente.

Oggi i giovani mi parlano di cose come gli esercizi di respirazione e le tecniche di meditazione, che in alcune culture sono definite pratiche religiose. Ma io dico, guardate cosa ho ricevuto dal tempo trascorso da sola con Dio: dalla bellezza intorno a me, l'ispirazione; dalla ricettività silenziosa, la meditazione; dal cammino, non solo l'esercizio ma anche la respirazione. Quattro cose in una volta! Credo di fare un uso molto saggio del mio tempo. E non potete essere troppo indaffarati se state

facendo quattro cose in una volta.

Delle persone stupide hanno usato a volte esercizi di respirazione o tecniche di meditazione molto estenuanti che le hanno poi distrutte, spingendole verso uno stato indesiderabile invece di uno stato spirituale (sì, questo ben prima delle droghe psichedeliche!). Io immagino sempre il bocciolo di un fiore. Se riceve cure adeguate si aprirà diventando un bel fiore, ma se siete impazienti e cercate di tirare i petali per aprirli, rovinerete il fiore per sempre. Il fiore può essere paragonato alla vita umana su questa terra. Date alla crescita spirituale le condizioni giuste per crescere ed essa sboccherà come una cosa bella.

Quando sentite il bisogno di un sollievo spirituale, cercate di andare a letto presto e di svegliarvi di buon'ora per godere di un momento di quiete all'alba. Poi portate con voi durante il giorno quella sensazione serena di «sintonia» che sentite arrivare, qualsiasi cosa voi dobbiate fare.

Per chi di voi sta cercando la vita spirituale, raccomando queste quattro pratiche quotidiane: trascorrete del tempo da soli ogni giorno in silenzio ricettivo. Quando siete arrabbiati o afflitti da un'emozione negativa, prendetevi del tempo per restare da soli con Dio (non parlate con persone arrabbiate: sono irrazionali e non riuscite a farle ragionare. Se voi o loro siete arrabbiati, è meglio allontanarsi e pregare.) Visualizzate la Luce Divina ogni giorno e mandatela a chi ha bisogno di aiuto. Tenete il corpo in movimento: è il tempio dell'anima.

Il digiuno

Mi hanno chiesto del mio periodo di quarantacinque giorni di preghiera e di digiuno. Io lo intrapresi come una disciplina di preghiera, per mantenermi concentrata sulla mia preghiera per la pace. Era durante il secondo anno di pellegrinaggio, quando stavo riattraversando lentamente il paese e non camminavo a lungo.

Il digiuno può avere un significato spirituale molto profondo e, sebbene io abbia già trovato la pace interiore, può darsi che il digiuno mi abbia aiutato ad imparare a pregare incessantemente.

Durante il periodo di digiuno mi trovavo nella casa di un chiropratico che usava il digiuno come terapia. Voleva vedere come avrebbe reagito una persona in salute, perché non aveva mai messo a digiuno una persona sana. Gli parlai come se fosse un amico; mi osservò e basta, non mi visitò. (Vi sono molti dottori, inclusi i medici, che sono miei amici, ma nessuno di loro mi ha mai curato o nemmeno visitato. Tuttavia occasionalmente qualche amico dentista mi ha riparato delle carie dovute alle abitudini alimentari sbagliate di quando ero più giovane). L'ultimo pasto prima di iniziare il digiuno fu un pompelmo e due arance, perciò non ebbi sete. I primi tre giorni li passai senza cibo né acqua. Dopodiché bevvi dell'acqua distillata a temperatura ambiente. Nient'altro. E il modo in cui interruppi il digiuno non fu anomalo, ma regolare. Il succo di un'arancia spremuta ogni ora il primo giorno. Il succo di due arance spremute, alternate al succo di un pompelmo, ogni due ore il secondo giorno. Un pompelmo e due arance per tre volte il terzo giorno, dopodiché si aumentavano a poco a poco le dosi finché in una settimana riuscii a mangiare delle razioni complete.

Non era diverso dal consueto programma di digiuno. Obbedivo alle leggi del digiuno: niente sforzi

esagerati. Non camminavo su lunghe distanze, comunque facevo delle camminate. Dattilografavo qualcosa per il dottore e continuai finché lui mi tolse la macchina da scrivere per circa un mese durante il digiuno. Non pensava che dovessi continuare, così proseguii scrivendo a mano, che era più difficile. Facevo quel che potevo.

Non andavo nello studio a parlare con i suoi pazienti tanto quanto mi sarebbe piaciuto perché non voleva che mi muovessi in giro così tanto. Lì andavo a trovare saltuariamente per aiutarli a star su di morale.

Una volta durante il mio digiuno (ricordo che ero fra la veglia e il sonno) guardai in alto e vidi una croce triste. Era appesa lì, così, e sapevo che qualcuno doveva caricarsi di un fardello. Mi aprii ad accettarla e fui immediatamente sollevata al di sopra della croce, dove tutto era luce e bellezza. Tutto ciò che serviva era la buona volontà di accettare il fardello, e dopo fui sollevata al di sopra di esso. Invece delle tribolazioni ho provato un meraviglioso senso di pace e di gioia.

La guarigione

Bisogna stare molto attenti, quando si prega per gli altri, a pregare per la rimozione della causa e non per la rimozione del sintomo. Una semplice preghiera di guarigione è questa:

«Porta questa vita in armonia con lo Scopo Divino... possa questa vita andare in armonia con la Volontà Divina. Possa tu vivere in modo che tutti quelli che incontrerai saranno rallegrati, che tutti quelli che benedirai saranno benedetti, che tutti quelli che aiuterai riceveranno le maggiori soddisfazioni. Se qualcuno provasse mai a farti del male, possa egli entrare in contatto con il tuo pensiero di Dio ed esserne guarito».

I guaritori zelanti sono coloro che lavorano sulla rimozione dei sintomi e non sulla rimozione della causa. Quando desiderate delle manifestazioni fenomeniche, ottenete delle manifestazioni fenomeniche, non raggiungete Dio. Immaginate che io sia un guaritore che abita di fianco a casa vostra e voi avete scelto di venire in questa vita per affrontare alcuni tipi di sintomi fisici finché rimuoverete la causa. Ebbene, quando il sintomo si manifesta, io lo rimuovo. E così il sintomo si manifesta di nuovo, e io lo rimuovo nuovamente e faccio in modo che rimanga rimosso.

Quando farete un passo ulteriore verso il lato disincarnato della vita, per una ragione totalmente diversa, invece di benedirmi per aver rimosso il sintomo mi direte: «Quell'impicciona! Io sono venuto per risolvere questo problema, ma lei ha continuato a rimuovere il sintomo e perciò non l'ho mai risolto!».

Ecco cosa intendo quando parlo di quelli che si occupano volentieri della rimozione dei sintomi. Quando uno si intromette nella vita di un altro provocherà non solo la riapparizione dei sintomi, ma anche la continuazione degli stessi in un'altra vita. Molti guaritori non lo fanno e vanno avanti allegramente a rimuovere i sintomi.

Ammetto che tanto tempo fa, prima che io sapessi davvero quello che stavo facendo, quando lavoravo con le persone che avevano dei problemi, li confortavo posando le mie mani sulla nuca o sulla fronte. Certamente non lo farei adesso. Non pensavo di far altro se non di dare conforto. Adesso porto ogni problema nella mia preghiera con consapevolezza. Poi lo lascio nelle mani migliori in assoluto: le mani di Dio, e rivolgo la mia attenzione ad altre cose.

Il potere del pensiero

Siete schiavi della natura incentrata sul sé oppure la natura divina guida la vostra vita? Sapete che in ogni momento della vostra vita state creando grazie al pensiero? Siete voi che contribuite a creare la vostra condizione interiore, voi che create le condizioni intorno a voi.

Gli insegnamenti cristiani ci dicono che: «*Il cuore dell'uomo rivela l'uomo*». Cioè ci fanno capire molto chiaramente che noi creiamo le situazioni circostanti. Se potessimo guardare in maniera più profonda la vita, riusciremmo forse a vedere che le difficoltà fisiche sono dei riflessi di difficoltà spirituali e quei pensieri e sentimenti negativi sono molto più dannosi dei germi di una malattia.

Se vi rendeste conto di quanto potenti sono i vostri pensieri, non pensereste mai pensieri disfattisti o negativi. Siccome noi creiamo grazie al pensiero, dobbiamo concentrarci molto fortemente sui pensieri positivi. Se pensate di non essere capaci di fare qualcosa, non ci riuscite. Ma se pensate di riuscirci, può sorprendervi scoprire che ce la fate. È importante che i nostri pensieri siano costantemente orientati all'esito migliore di una situazione, a favore delle buone cose che vorremmo vedere accadere.

Ho incontrato alcuni seguaci della «New Age» che avevano sentito parlare della profezia di un disastro e di fatto si stavano concentrando su di esso. Che cosa terribile da fare! Insomma, creiamo in ogni momento della nostra vita attraverso il pensiero. E contribuiamo a creare le situazioni circostanti.

Quando sentite parlare della profezia di un disastro c'è una ragione. La ragione è che dovete spostare l'intero peso del vostro pensiero positivo nella direzione opposta.

Per esempio, nel periodo in cui circolavano decine di profezie che metà della California sarebbe scivolata nel mare a causa di un terribile terremoto, io programmai in modo deliberato di trovarmi in quella zona della California. Non ci fu alcuna scossa. Ma mancavano alcuni miei amici che si erano rifugiati sulla costa occidentale, per stare al sicuro.

Ricordate quante profezie non si sono avverate? Perché? Perché tutto quello che potete prevedere è la *tendenza* delle cose. Non possiamo mai dire quale sarà l'esito, perché siamo costantemente in grado di dare alla profezia un'altra direzione, una direzione positiva se ci uniamo con questo obiettivo.

Ogni cosa buona che fate, ogni cosa buona che dite, ogni cosa buona che pensate continua a vibrare e non smette mai. Il male rimane solo finché viene sconfitto dal bene, ma il bene rimane per sempre.

Concentratevi semplicemente a pensare, a vivere e ad agire in armonia con le leggi divine e ad ispirare gli altri a fare la stessa cosa.

Ogni volta che incontrate una persona, pensate a qualcosa di incoraggiante da dire: una parola

gentile, un suggerimento utile, un'espressione di ammirazione. Non pensate mai che uno sforzo onesto sia infruttuoso. Ogni sforzo onesto porta dei frutti, che i risultati si vedano o meno.

Siate una dolce melodia all'interno della grande orchestra, non una nota discordante. La medicina di cui ha bisogno questo mondo malato è l'amore. L'odio va sostituito con l'amore e la paura con la fede nel trionfo dell'amore.

Una canzone contiene questa frase: «*L'amore scorre come un fiume, fuoriesce da te e da me. Si propaga nel deserto, liberando tutti i prigionieri*».

Sì, i prigionieri sono coloro che non sanno chi sono, coloro che non sanno di essere i figli di Dio.

Ricordatevi di questo: «*Fermatevi e sappiate che io sono Dio*». Non dimenticate mai chi siete! Non potete essere dove Dio non è.

Il cambiamento chiamato morte

La vita è una serie di prove, ma se le superate, guardandovi indietro le considererete buone esperienze. Io considero le mie prove del passato come buone esperienze, incluso la notte che mi vidi davanti la morte durante un'accecante tempesta di neve. Era il mio primo anno di pellegrinaggio e fu l'esperienza più bella in assoluto.

Stavo camminando in un'area molto isolata delle alte montagne dell'Arizona dove non vi erano insediamenti umani nel raggio di parecchie miglia. Quel pomeriggio venne una tempesta di neve, fuori stagione. Non avevo mai visto una tale tempesta. Se la neve fosse stata pioggia avreste detto che si trattava di un acquazzone. Non avevo mai visto tanta neve scendere giù così fitta!

Improvvisamente mi ritrovai a sprofondare nella neve mentre camminavo e non ero in grado di vedere cosa stava succedendo. Di punto in bianco mi resi conto che le auto erano bloccate. Pensai che erano rimaste imprigionate e non potevano andare avanti. Poi si fece scuro. Sicuramente il cielo si stava ricoprendo di nuvole cupe. Non riuscivo a vedere la mia mano, la neve mi colpiva in viso e dovevo tenere gli occhi chiusi. La temperatura si abbassò. Era quella sensazione di freddo intenso che vi penetra nel midollo delle ossa.

Se mai avessi dovuto perdere la fede e provare paura, questa sarebbe stata la volta giusta, perché sapevo che non avevo nessuno vicino per darmi una mano. Invece, l'intera esperienza del freddo, della neve e dell'oscurità mi pareva irreali. Solo Dio mi sembrava reale... nient'altro. Mi identificai completamente non con il corpo, con il fragile corpo di argilla, ma con la realtà che fa funzionare il corpo e che è indistruttibile.

Mi sentivo così libera; sentivo che sarei stata bene sia se rimanevo viva sulla terra a servire gli altri sia se avessi proseguito la mia missione in una vita più libera nell'aldilà. Sentii una guida che mi faceva proseguire, e io continuai a camminare, anche se non sapevo se stavo costeggiando la statale o se mi trovavo in un campo. Non riuscivo a vedere nulla. I miei piedi che calzavano delle scarpe di

tela piatte sembravano blocchi di ghiaccio. Li sentivo molto pesanti mentre camminavo a stento. Il mio corpo iniziò a perdere ogni sensibilità a causa del freddo.

Quando l'insensibilità superò il dolore, mi venne quella che chiamano un'allucinazione, e che alcuni a volte chiamano una visione. Fu come se io avessi preso coscienza non solo del lato corporeo della vita, dove tutto era nera oscurità, freddo ghiacciato, neve vorticoso, ma anche di un altro lato, così vicino che avrei potuto raggiungerlo con un passo: il lato *incorporeo* della vita, dove tutto era calore e luce. C'era una luce di grande bellezza. Iniziò da un colore familiare, ma poi lo trascese. Iniziò con una musica familiare, ma poi la trascese.

Poi vidi delle creature. Erano molto distanti. Una di loro mi venne incontro molto rapidamente. Quando fu abbastanza vicina, la riconobbi. Lei aveva un'aria molto più giovanile di come appariva quando morì.

Io credo che nel momento iniziale del cambiamento chiamato morte, coloro che ci sono più vicini e più cari vengono ad accoglierci. Io sono stata con amici morenti che sono deceduti e ricordo bene come parlassero ai loro cari da entrambe le sponde... come se fossero tutti insieme, lì nella stanza.

Così pensai che fosse venuta la mia ora e la salutai. Le dissi o pensai: «Sei venuta per me?». Ma lei scosse la testa! Mi spinse a tornare indietro! E proprio in quel momento andai a sbattere contro il parapetto di un ponte. La visione era scomparsa.

Siccome mi sentivo guidata ad agire così, scesi a tentoni il terrapieno innevato e mi riparai sotto il ponte. Lì trovai un grosso scatolone da imballaggio che conteneva carta da pacchi. In maniera molto lenta e goffa, a causa dell'insensibilità fisica, tentai di entrare in quello scatolone e con le mie dita intirizzite cercai di coprimi con la carta da pacchi. Dormii lì, sotto quel ponte, durante la tempesta di neve. Anche lì mi era stato fornito un alloggio, e non solo: mi era stata fornita anche questa esperienza.

Se mi aveste visto in mezzo alla tempesta di neve avreste potuto dire: «Che terribile esperienza sta attraversando quella povera donna». Ma ripensandoci io posso solo dire: che meravigliosa esperienza faccia a faccia con la morte, provando non paura, ma la costante consapevolezza della presenza di Dio, che è l'unica che porto con me.

Credo di aver avuto il grande privilegio di provare l'inizio di quel cambiamento chiamato morte. Così adesso mi posso rallegrare con i miei cari quando essi compiono la gloriosa transizione verso una vita più libera. Posso guardare quel cambiamento chiamato morte come l'ultima grande avventura della vita.

Mi hanno chiesto che cosa intendo quando dico che avevo iniziato il processo chiamato morte. Naturalmente, il cambiamento chiamato morte è un processo. Per prima cosa iniziate a percepire non solo questo lato della vita, ma anche quello incorporeo. Poi iniziate a riconoscere le anime dei vostri cari sul lato incorporeo, mentre vi vengono incontro, e capite che potete comunicare con entrambi i versanti. Ecco, la mia esperienza era arrivata fino a quel punto. In seguito avviene la rottura del «cordone argenteo» e a quel punto viene interrotta la comunicazione con coloro che sono su questo versante, anche se li potete ancora vedere e udire. Vi ritrovate nel «luogo di riunione comune» con le anime dei vostri cari per una riunione straordinaria e successivamente andate nel livello in cui dovete imparare, e anche servire, se siete ad un livello abbastanza avanzato.

Il lato incorporeo della vita è *proprio qui, adesso, ma in una dimensione diversa*. I due mondi si intrecciano. Noi siamo coscienti del nostro mondo, mentre loro sono coscienti di entrambi i mondi, di solito. Qualche forma di comunicazione è possibile: ad esempio, noi possiamo pregare per loro e loro possono pregare per noi.

La morte è una bella liberazione verso una vita più libera. L'abito limitante di argilla, cioè il corpo, viene abbandonato. La natura incentrata sul sé viene con voi per imparare a crescere sul lato incorporeo della vita, e in seguito torna qui dentro ad un abito d'argilla appropriato e in circostanze adeguate ad imparare le lezioni che dobbiamo assimilare. Se potessimo addentrarci appena un po' di più nelle profondità della vita, saremmo addolorati alla nascita e ci rallegreremmo alla morte. Se sapessimo quanto breve è la vita nei confronti del tutto, saremmo meno turbati dalle difficoltà della vita terrena di quanto lo siamo di solito nella quotidianità.

Le esequie dovrebbero essere una gioiosa festa di addio, per ricordare il bene che quella persona ha fatto, per leggere le sue poesie predilette e cantare le sue canzoni preferite. Se facessimo queste cose, l'essere liberato si rallegrerebbe con noi.

Come accettai la trasformazione dei capelli dorati della mia infanzia in capelli castano rossicci nella mia giovinezza senza rimpianti, così accetto anche i miei capelli grigi, e sono pronta ad accettare il momento in cui i miei capelli e il resto del mio abito d'argilla ritorneranno alla polvere da cui provengono, mentre il mio spirito proseguirà verso una vita più libera. Questa è la stagione per i capelli grigi ed ogni stagione ha la sua lezione da insegnare. Ogni stagione della vita è meravigliosa se avete imparato le lezioni della stagione precedente. È solo quando andate avanti senza imparare le lezioni che desiderate tornare indietro.

La religione

La religione non è fine a se stessa. Unirsi a Dio è lo scopo ultimo. Vi sono così tante religioni perché la gente immatura tende ad enfatizzare le differenze triviali invece di sottolineare le somiglianze importanti. Le differenze fra le dottrine risiedono nelle credenze e nei riti piuttosto che nei principi religiosi.

Quanto diversi sembrano a volte i molti sentieri, ma poi alla fine portano tutti alla cima della montagna? Non tendono tutti alla stessa cosa?

Se siete guidati verso la fede, usatela come trampolino verso Dio, non come una barriera fra voi stessi e gli altri figli di Dio o come una torre in cui ritirarvi lontano dagli altri. Se non siete guidati verso la fede (o anche se lo siete) cercate Dio nel silenzio, cercatelo dentro di voi.

Quando cerchiamo di isolare l'altro isoliamo soltanto noi stessi. Noi siamo tutti figli di Dio, non ci sono favoritismi. Dio si rivela a coloro che lo cercano; Dio parla a tutti quelli che vorranno ascoltare. «Fermatevi e sappiate che io sono Dio».

Io sono una persona profondamente religiosa, ma non appartengo a nessun gruppo religioso. Seguo lo spirito della legge di Dio, non la lettera. Ci si può talmente attaccare ai simboli esteriori e alla struttura della religione che si dimentica l'intento originale: portare una persona più vicina a Dio. Possiamo guadagnare l'accesso al Regno di Dio soltanto capendo che risiede sia dentro di noi sia nell'intera umanità. Sappiate che siamo cellule nell'oceano dell'infinità e che ciascuno contribuisce al benessere dell'altro.

Ho letto per intero il Nuovo Testamento ed alcuni brani del Vecchio Testamento della Bibbia di Re Giacomo [versione ufficiale della Bibbia della Chiesa Anglicana, N.d.T.] subito dopo l'inizio del pellegrinaggio. Sono libri importanti per moltissime persone e io sentii il bisogno di studiarne i contenuti per avvicinarmi agli altri in modo più completo. Sì, la Bibbia contiene moltissime verità, ma la maggior parte di queste verità non sono realmente comprese. La gente sostituisce lo spirito della legge con la lettera della legge e la verità viene distorta al punto che diventa falsità. Se desiderate la conferma di una verità, è meglio cercare *dentro di voi* e non su una pagina scritta.

Noterete che Gesù dice: «Perché mi chiamate: “Signore, Signore” e non fate ciò che dico?». Lui esprime questo pensiero più di una volta. Perciò mi sembra che un vero cristiano dovrebbe vivere secondo le leggi di Dio insegnate da Gesù. Gesù dice anche: «Non dite: “Eccolo qui” o “Eccolo là”, poiché, ecco, il Regno di Dio è dentro di voi». In molti esempi dice alla gente ciò di cui sono capaci. I veri cristiani dovrebbero lasciare che le loro vite vengano governate dal Regno di Dio che è in loro (dalla natura incentrata su Dio), che a volte è chiamato *il Cristo che risiede in noi*.

Molta gente si professa cristiana. Pochissimi vivono come tali, quasi nessuno. E quando vivete da cristiani la gente pensa che voi siete pazzi. È stato detto, a ragione, che il mondo è ugualmente scioccato sia da chi ripudia il cristianesimo sia da chi lo pratica.

Io credo che Gesù mi accetterebbe perché io faccio ciò che lui ha detto alla gente di fare. Ciò non significa che, comunque, tutti coloro che si definiscono cristiani mi accetterebbero. Di certo io amo e apprezzo Gesù e mi piacerebbe che i cristiani imparassero ad obbedire ai suoi comandamenti. Sarebbe un mondo davvero meraviglioso.

La via dell'amore

Il male non può essere distrutto da altro male. Il male può essere superato solo dal bene. È la lezione della via dell'amore. La sfida nel mondo oggi è fra il vecchio modo di tentare di distruggere il male con il male, che con armi moderne porterebbe al caos completo, e la via del superamento del male con il bene, che porterebbe ad una vita gloriosa e matura.

Non abbiamo bisogno di esporci per distruggere ciò che è male perché tutto quello che è contrario alle leggi divine non può durare. Tutte le cose non buone nel mondo sono transitorie: contengono in sé i semi della loro distruzione. Possiamo collaborare e farle allontanare più rapidamente solo fino a che rimaniamo nell'obbedienza della legge divina, secondo la quale il male deve essere distrutto dal bene. Coloro che creano qualcosa di malvagio per superare altre malvagità non fanno che raddoppiare il male.

Le leggi divine si perpetuano costantemente, poiché tutto ciò che è disarmonico scompare. Come si può dubitare del fatto che alla fine vincerà Dio? Noi possiamo solo decidere *quanto tempo ci vorrà* e quanta violenza ci sarà. Nella misura in cui lo desidereremo, ci sarà meno violenza; nella misura in cui costruiremo il nuovo partendo dal vecchio, ci sarà meno violenza; perciò lavoriamo su questo. Aiutiamo la fenice a risorgere dalle ceneri, aiutiamo a porre le fondamenta di un nuovo rinascimento, aiutiamo ad accelerare il risveglio spirituale finché ci trasporterà nella nuova età dell'oro che arriverà!

Per inaugurare la nuova età dell'oro dobbiamo vedere il buono che c'è nella gente. Dobbiamo sapere che c'è, non importa quanto sia sepolto in profondità. Sì, c'è apatia, c'è egoismo, ma c'è anche bontà. Non è con i giudizi che si raggiunge la bontà, ma con l'amore e la fiducia.

L'amore puro è la buona volontà di dare, senza pensare di ricevere nulla in cambio. L'amore può salvare il mondo dalla distruzione nucleare. *Amate Dio*: rivolgetevi a Dio con disponibilità e con sollecitudine. *Amate i vostri simili*: rivolgetevi a loro in modo amichevole e generoso. Rendetevi degni di essere chiamati figli di Dio vivendo secondo la via dell'amore.

Conoscete Dio? Sapete che esiste un potere più grande di noi che si manifesta sia dentro di noi che in tutto il resto dell'universo? Questo io lo chiamo Dio. Sapete cosa significa conoscere Dio, avere la guida costante di Dio, una consapevolezza costante della presenza di Dio? Conoscere Dio è proiettare amore verso tutte le persone e tutto il creato. Conoscere Dio è sentire la pace dentro di sé: una calma, una serenità, una sicurezza che vi permette di affrontare ogni situazione. Conoscere Dio è essere così pieni di gioia che straripa all'esterno e benedice il mondo.

Ho un solo desiderio ora: fare la volontà Dio. Non vi è alcun conflitto. Quando Dio mi guida per il sentiero del pellegrinaggio, io cammino volentieri.

Quando Dio mi guida a fare altre cose, io le faccio lo stesso volentieri. Se ciò che faccio viene criticato, accetto il rimprovero a testa alta. Se ciò che faccio viene elogiato, passo la lode direttamente a Dio, poiché io sono soltanto lo strumento attraverso cui Dio opera. Quando Dio mi guida a fare qualcosa, ricevo forza, ricevo aiuti, mi viene mostrato il cammino. Mi vengono suggerite le parole da dire. Che il sentiero sia agevole o arduo io cammino nella Luce dell'amore, della pace e della gioia di Dio e mi rivolgo a Dio con salmi di ringraziamento e di lode. Ecco cos'è conoscere Dio. E conoscere Dio non è riservato ai grandi. È per gente semplice come voi e me. Dio vi sta sempre cercando, ciascuno di voi.

Potete trovare Dio se solo lo vorrete cercare: obbedendo alle leggi divine, amando la gente, rinunciando alla volontà egoista, agli attaccamenti, ai pensieri e ai sentimenti negativi. E quando scoprirete Dio ciò accadrà nella quiete immobile. Troverete Dio dentro di voi.

Capitolo 8: La via della pace

QUESTA È LA VIA DELLA PACE: *sconfiggete il male con il bene, la falsità con la verità e l'odio con l'amore.*

È dura per la gente capire che qualsiasi guerra è spietata ed è una sconfitta di per sé. La gente, nella propria immaturità, cerca di debellare il male con altro male, e questo moltiplica la malvagità. Solo il bene può sconfiggere il male.

Il mio semplice messaggio di pace è corretto, davvero, è solo il messaggio che la via della pace è la via dell'amore. L'amore è il potere più grande sulla terra. Trionfa su tutto. Chi è in armonia con la legge divina di amore ha più forza di un'arma, perché non ha bisogno di sottomettere l'avversario, ma lo trasforma.

Un giorno, mentre camminavo lungo la statale iniziai a cantare parole di pace con un motivetto conosciuto che credo riassume in poche parole l'attuale situazione del mondo:

*Il mondo sta lavorando febbrilmente per costruire oggetti di guerra,
Il mondo sta preparando un tipo di distruzione mai conosciuta prima.
Odo molte ingiurie contro i nemici e i litigi che aumentano,
Ma oh, il mondo è in attesa, sente un desiderio intenso,
Sta pregando per la pace, per la pace!*

La bomba nucleare ci dice: «Fate la pace o perirete!». Noi riconosciamo che non possiamo più pensare in termini di vittoria militare, che una guerra nucleare mondiale significherebbe la distruzione reciproca. Molti affrontano questa situazione critica con apatia, alcuni con frustrazione, ma solo pochi la fronteggiano in maniera costruttiva.

C'è un tale bisogno di un'azione costruttiva di pace. Viviamo un periodo storico di crisi nella storia umana e chi vive in quest'epoca deve affrontare una decisione di grandissima importanza: una scelta fra una guerra nucleare di distruzione e un'età d'oro di pace. Tutti quelli che vivono oggi contribuiranno a compiere questa scelta, poiché l'onda degli affari mondiali si sta muovendo nella direzione della guerra e della distruzione. Perciò tutti coloro che non fanno nulla in questa situazione di crisi stanno scegliendo di lasciare che le cose vadano come vadano. Coloro che desiderano scegliere la pace devono *agire significativamente* per la pace. E diventare parte del clamore e del risveglio che sono iniziati e si stanno intensificando. E contribuire ad accelerare il processo di pace abbastanza da far cambiare la tendenza attuale. In questa situazione di crisi la pace riguarda certamente tutti! È giunta l'ora di lavorare per la pace.

La pace suprema inizia dentro di noi; quando troveremo la pace all'interno di noi stessi non vi saranno più conflitti né occasioni di guerra. Se questa è la pace che cercate, purificate il vostro corpo con abitudini di vita sensate, purificate la vostra mente respingendo tutti i pensieri negativi, purificate le vostre motivazioni gettando via ogni idea di avidità o di sforzo egoista e cercando di servire i vostri simili, purificate i vostri desideri eliminando ogni desiderio di beni materiali o di gratificazione personale, desiderando conoscere e fare la volontà di Dio. Ispirate gli altri a fare la stessa cosa.

Alcuni preferiranno lavorare per una pace temporanea, attiveranno cioè dei meccanismi per risolvere i conflitti nelle zone del mondo ancora in guerra, in modo che, sebbene ci potrà ancora essere violenza psicologica non vi sarà più violenza fisica. Se questa è la pace che cercate, lavorate su scala mondiale per il disarmo e la ricostruzione, per un governo mondiale che includa tutti i popoli, per la volontà mondiale di porre il benessere della famiglia umana al di sopra del benessere di qualsiasi nazione. Lavorate su scala nazionale per cambiare la funzione del cosiddetto Dipartimento della Difesa, dalla funzione di distruzione a quella di costruzione. C'è bisogno di costruire nei paesi dei popoli meno fortunati e c'è bisogno di convertire la nostra economia attuale in un'economia da tempo di pace. Qui vi sono molti problemi da risolvere. Coinvolgete gli altri perché lavorino con voi.

Possiamo lavorare contemporaneamente sulla pace interiore e sulla pace mondiale. Da un lato, le persone trovano la pace interiore concentrandosi su una causa più grande di loro, come la causa della pace mondiale, perché trovare la pace interiore significa partire dalla vita incentrata su di sé per arrivare alla vita incentrata sul bene di tutti. Dall'altro lato, uno dei modi per lavorare per la pace mondiale è lavorare per una maggiore pace interiore, perché la pace mondiale non sarà mai stabile finché un numero sufficiente di noi non troverà la pace interiore.

La mia pace interiore è salda nonostante ciò che accade all'esterno. Solo fino a che rimango in armonia posso trascinare gli altri nell'armonia, così è necessaria molta più armonia prima che il mondo possa trovare la pace. Questo non significa che io non sia interessata agli avvenimenti mondiali. Un periodo come questo richiede molta preghiera e molto sforzo per la pace. Ogni lavoro onesto e ogni giusta preghiera hanno effetto, ogni sforzo onesto porta buoni frutti, sia che noi vediamo i risultati o meno. Nonostante l'oscurità dell'attuale situazione mondiale io non mi scoraggio. So che così come la vita umana si dirige verso l'armonia attraverso una serie di alti e bassi, così anche la società ha i suoi alti e bassi nella ricerca della pace.

Nei cuori della gente vi è un desiderio profondo di pace sulla terra e parlerebbe in favore della pace se non fosse incatenata dall'apatia, dall'ignoranza, dalla paura. È compito dei fautori di pace ispirare quei cuori ad uscire dall'apatia, a dissipare la loro ignoranza con la verità, a scacciare la loro paura con la fede che le leggi divine funzionano, e funzionano sempre per il bene.

Sapendo che tutte le cose contrarie alle leggi divine sono transitorie, evitiamo la disperazione e irradiamo la speranza per un mondo senza guerre. La pace è possibile, perché i pensieri hanno un potere tremendo.

Alcune persone realmente impegnate possono controbilanciare gli effetti nefasti di masse di gente in disarmonia, perciò noi che lavoriamo per la pace non possiamo fallire. Dobbiamo continuare a pregare per la pace e ad agire per la pace in qualsiasi modo, dobbiamo continuare a parlare per la pace e a vivere seguendo la via della pace; per ispirare gli altri, dobbiamo continuare a pensare e a convincerci che la pace è possibile. Ciò su cui ci soffermiamo diviene manifesto. Una singola persona, dando tutto il suo tempo per la pace, fa notizia. Molte persone, dando un po' del loro tempo, possono fare la storia.

Un giorno una signora mi disse: «Pace, sto pregando con lei per la pace, ma ovviamente non credo sia possibile». Io le chiesi: «Non crede che la pace sia la volontà di Dio?». «Oh sì», rispose, «so che è così». Le dissi: «Come può dirmi che la volontà di Dio è impossibile? Non solo è possibile, è inevitabile, ma spetta a noi decidere in quanto tempo realizzarla».

Non sottovalutiamo il potere di un gruppo eterogeneo che lavora per una buona causa. Tutti noi che lavoriamo insieme per la pace, tutti noi che preghiamo insieme per la pace formiamo sì un'esigua minoranza, ma anche una potente alleanza spirituale. Il nostro potere va oltre i numeri.

Coloro che sembrano fallire pongono le basi del cammino e spesso contribuiscono più di quelli che alla fine hanno successo. Non posso non sentirmi grata nei confronti dei pionieri della pace, che operarono per la pace quando lo sviluppo era appena iniziato e non si vedevano ancora dei risultati concreti.

Una delle domande più comuni che mi vengono poste è: «Ha avuto dei risultati dal suo pellegrinaggio?». La risposta è che io non ho mai chiesto di vedere dei risultati: io li lascio nelle mani di Dio. Magari non si manifestano nemmeno durante la mia vita, ma un giorno lo faranno. E, che ci crediate o meno, io ho visto dei risultati: le molte lettere di persone che spiegavano che erano state ispirate a fare qualcosa per la pace a modo loro; qualsiasi cosa: dallo scrivere lettere al Congresso al fare pace con alcuni amici o familiari. Tutto si somma.

Ora, quando ripenso agli sforzi globali di tutti gli operatori di pace, posso vederne i risultati. Quando iniziai il pellegrinaggio, la gente accettava la guerra come una parte necessaria della vita. Attualmente, gli operatori di pace godono del favore popolare! Agli inizi, c'era pochissimo interesse nella ricerca interiore. Di fatto potevo fare un'inchiesta in un'università statale e scoprire che da due terzi a tre quarti degli studenti all'epoca si consideravano agnostici se non atei. Adesso faccio fatica a trovare uno studente o una persona qualunque che non sia interessata ad un tipo più profondo di ricerca. Per me quello è il segno più ottimista di tutti.

Da un lato si può dire: *che cosa tragica che il nostro progresso materiale abbia superato così tanto il progresso spirituale che ora ci troviamo al punto di distruggere tutta la vita sulla terra.* Dall'altro lato si può dire: *che buona cosa che finalmente ci rendiamo conto che la vittoria militare è impossibile, cosicché la gente immatura, inclusa quella malvagia, ora ha uno stimolo per abbassare le armi.* Entrambe le affermazioni sono vere.

Non vi è blocco maggiore, per la pace mondiale o per la pace interiore, della paura. Ci ha condotti a fabbricare strumenti di distruzione di massa. Noi tendiamo a sviluppare un irragionevole odio nei confronti di ciò che temiamo, ecco come arriviamo all'odio e alla paura. Questo non solo ci lede psicologicamente ed aggrava le tensioni nel mondo, ma attraverso questa concentrazione così negativa, tendiamo ad attirare le cose che temiamo. Se non temiamo nulla ed irradiamo amore, possiamo aspettarci nel futuro delle cose positive. Questo mondo ha un bisogno immenso di un

messaggio e di un esempio di amore e di fede.

Pace e libertà! Esse si avvereranno! Quando accadrà? Ora o nei millenni futuri, dopo una grande distruzione seguita da un nuovo inizio? Sta a noi deciderlo.

Bisogna fare molta ricerca e sperimentazione sui modi pacifici di risolvere i conflitti. Possiamo lavorare come gruppi o in via individuale proprio dove ci troviamo, realizzando specifici progetti di pace, lodando e rafforzando la bontà dovunque la troviamo.

Potete aspettarvi di cambiare una sola nazione: la vostra. Dopo che la vostra nazione è cambiata, il suo esempio può ispirare altre nazioni a cambiare. Se ogni nazione influente ha la grande forza spirituale di abbassare le armi e mostrare al mondo le sue mani pulite, il mondo cambierà. In realtà non vedo alcuna nazione influente possedere una forza e un coraggio spirituale così forti. Pertanto il disarmo sarà un processo lento, motivato dal desiderio di sopravvivere.

L'oscurità che offusca il nostro mondo odierno è dovuta alla disintegrazione delle cose in disarmonia con le leggi di Dio. Il conflitto di base non è fra le nazioni, è fra due credenze opposte.

La prima è che il male può essere sconfitto da un male maggiore e che il fine giustifica i mezzi. Questa è la convinzione prevalente del mondo attuale. È la *via della guerra*. È la posizione ufficiale di ogni grande nazione.

Poi c'è la via che fu insegnata duemila anni fa: di sconfiggere il male con il bene, ed è la mia via, la via insegnata da Gesù. Non perdetevi mai la fede: alla fine la via divina trionferà.

Affinché il mondo diventi pacifico, la gente deve diventare più pacifica. Fra gente matura la guerra non sarebbe un problema: sarebbe impossibile. Nella propria immaturità, la gente vuole, al tempo stesso, la pace e le cose che generano la guerra. Comunque, la gente può maturare proprio come fanno i bambini durante la crescita. Sì, le nostre istituzioni e i nostri leader riflettono la nostra immaturità, ma quando matureremo eleggeremo leader migliori e stabiliremo istituzioni migliori. Tutto si riduce a ciò che molti di noi desiderano evitare: lavorare al miglioramento di noi stessi.

Il santuario della pace risiede dentro di noi. Cerchiamolo e altre cose ci verranno date. Ci stiamo sempre più avvicinando al tempo in cui un numero sufficiente di noi troverà la pace interiore per influenzare le nostre istituzioni nel modo più benefico. E non appena ciò accadrà, le istituzioni a loro volta, attraverso l'esempio, influenzeranno nel modo migliore coloro che sono ancora immaturi.

La pace arriverà nel mondo probabilmente allo stesso modo in cui è arrivata nella nostra terra. Dal caos della guerra civile, dalle guerre agli Indiani e dagli scontri di centinaia di anni fa, è emerso l'ordine. Sono stati stabiliti dei meccanismi per evitare la violenza fisica, mentre continua ancora la violenza psicologica. Le unità minori, gli stati, hanno lasciato all'unità maggiore, gli Stati Uniti, il diritto di fare la guerra. Sì, penso che sia venuto il tempo per le unità minori, le nazioni, di lasciare all'unità maggiore, le Nazioni Unite, un singolo diritto: il diritto di fare la guerra.

Non penso che le nazioni dovrebbero rinunciare ad altri diritti. La gente ha la maggior parte del controllo sui propri affari a livello locale. Tutto ciò che può essere gestito in maniera corretta ed efficiente a livello locale dovrebbe essere governato da quella base popolare, e delegato ad un'autorità più alta solo quando è necessario.

Le Nazioni Unite dovrebbero avere il compito di mantenere una situazione pacifica nel mondo. Finché rimaniamo immaturi, le NU avranno una forza di polizia per trattare i casi isolati di trasgressione alla pace nel mondo, destituendoli in vista della loro riabilitazione (almeno lo spero). Dovrebbero avere anche una forza di pace non armata per occuparsi della prevenzione della guerra. Mentre la nostra nazione può trattare problemi come la mancanza di cibo, le NU dovrebbero occuparsi di problemi come la lotta di un paese che aspira alla libertà, e la libertà è ora il desiderio di tutti i cuori umani.

Una volta dissi ad una donna che credeva nella guerra e nei valori cristiani: «Da un lato parli di valori cristiani, dall'altro lato dici: “Non è la forza l'unico deterrente che rispettano?” Questo è stato il nostro problema durante i secoli: abbiamo dato l'assenso ai valori cristiani solo a parole, mentre abbiamo vissuto secondo la legge della giungla. Abbiamo citato: “*Non essere sconfitto dal male, sconfiggi il male con il bene*” ma poi abbiamo tentato di debellare il male con altro male, moltiplicando così le malvagità. Adoriamo Dio, ma non abbiamo fede nel funzionamento delle leggi divine dell'amore. Il mondo aspetta che la legge dell'amore *venga vissuta*, che raggiunga la divinità all'interno di tutti gli esseri umani e li trasformi».

Il pastore di una grande chiesa canadese, che era ritornato di recente da una visita in Oriente, mi disse che i buddisti stavano inviando duemila missionari a convertire i cristiani alla via della non violenza!

Durante la Seconda Guerra mondiale, nella zona del Pacifico un insegnante americano di una scuola domenicale aveva catturato un soldato giapponese. Facendo marciare il soldato verso il campo, l'americano scoprì che il suo prigioniero parlava inglese. «Sai una cosa?» disse il soldato giapponese. «Una volta ero un cristiano». L'americano rifletté un momento e poi chiese: «Perché hai abbandonato il cristianesimo?». Il soldato giapponese ebbe uno sguardo di sorpresa e rispose con una espressione perplessa: «Come posso essere un soldato ed essere ancora un cristiano?». Ciò di cui la gente non si rende conto è che la non violenza si può applicare a tutte le situazioni, inclusa la Seconda Guerra mondiale. Fra le persone di origine danese che usarono la via della non violenza e dell'amore nella Seconda Guerra mondiale io ne conobbi quattro e si trattò di storie straordinarie.

Dunque, quando i tedeschi occuparono la Francia, i francesi uccidevano spesso i soldati tedeschi di

pattugliamento e allora i tedeschi eliminavano tutto un quartiere per rappresaglia. Quando i tedeschi marciarono sulla Danimarca, i danesi iniziarono un programma di non cooperazione. Sapete, dicono che la via per entrare nel cuore di un uomo è il suo stomaco: molti danesi usarono quella via. Dicevano a un soldato tedesco di pattuglia: «Come rappresentante del Governo Nazista non ha nessun diritto di stare qui così come noi non avremmo il diritto di stare sulla sua terra, ma è anche lei un giovanotto lontano da casa. Forse ha la nostalgia di casa e se lei, in quanto essere umano, vuole togliersi la pistola e venire a condividere con noi il nostro pasto serale, è il benvenuto». Di solito non ci voleva più di un tentativo. Dopodiché il soldato tedesco avrebbe dovuto pensare: «Gesù, questa è brava gente. Cosa ci facciamo qui?».

I danesi usarono modi non violenti anche per proteggere gli ebrei in Danimarca.

Conobbi un'ebrea che si era sposata e viveva con i suoi genitori in Germania sotto il dominio di Hitler, al tempo della Seconda Guerra mondiale. Si sposò a sedici anni. Il suo primo figlio nacque quando aveva diciassette anni e il secondo quando ne aveva diciotto. A diciannove anni le succedettero tre cose. La prima: la sua casa fu distrutta e i suoi genitori uccisi da una bomba inglese. Immagino che loro avessero pensato di liberarla. La seconda cosa che le accadde: suo marito fu portato via dai Nazisti e lei credette che era morto perché non l'aveva più rivisto. La terza cosa che le accadde: venne ferita e i suoi due bambini vennero uccisi da una bomba americana. Quando la conobbi, stava ancora subendo gli effetti della ferita. Anche noi la stavamo «liberando».

Ferita, aveva iniziato ad errare qua e là con i rifugiati. A volte le condizioni estenuanti vi fanno fare un salto spirituale. Iniziò a pensare: «*Ci hanno fatto del male, hanno persino distrutto il nostro corpo, ma loro hanno fatto del danno alla loro anima e questa è la cosa peggiore*». Fu capace di provare compassione e di pregare per tutti quelli coinvolti in quella situazione, gli uccisi e gli uccisori. Fu capace di mantenere un atteggiamento così clemente che venne soccorsa dai tedeschi, i quali, a rischio della propria vita, la fecero emigrare in Inghilterra, dove fece amicizia con degli inglesi e alla fine approdò negli Stati Uniti.

Ora, ovviamente ciò rappresenta la più stupefacente vittoria dello spirito nelle condizioni più difficili di quanto si possa immaginare in assoluto. Mostra anche qualcos'altro. Chi o qual era il nemico di quella donna? Erano gli inglesi che distrussero la sua casa e uccisero i suoi genitori o i tedeschi che uccisero suo marito o gli americani che la ferirono e uccisero i suoi due bambini piccoli? La risposta è sorprendentemente ovvia: fu la guerra il suo reale nemico. Fu la falsa convinzione che la violenza avrebbe realizzato qualcosa, che il male potesse essere sconfitto da un male maggiore. *Quello* fu il suo vero nemico ed è il nemico reale di tutta l'umanità.

Un'anima umana che affronta gravi difficoltà si avvicina anche alle grandi opportunità di crescita spirituale; allo stesso modo, la società umana che affronta la distruzione si avvicina anche all'opportunità di entrare in un periodo di rinascita. Penso che, salvo incidenti, il desiderio di sopravvivenza ci eviterà la guerra nucleare. E penso che tutti e due i lati muteranno. Sia noi che gli altri ci muoveremo verso una maggiore democrazia economico-sociale. Deve ancora essere costruita una società ideale dove il benessere collettivo è equamente controbilanciato dal benessere individuale.

Storie di non violenza

Un giorno, mentre giravo nei pressi di un fortino, immaginai che cosa avrebbero detto i popoli del mondo se avessero potuto parlare e scrissi questo testo:

PARLA UN VECCHIO FORTINO

«Per costruirmi impiegarono molto tempo e denaro, in quanto pensavano che avrei difeso la città contro tutti gli invasori. Adesso sono qui, abbandonato, perché non ci vuole molto per capire che sono obsoleto. Ma non solo l'unica difesa materiale ad essere obsoleta. Anche le più moderne adesso sono sorpassate, sebbene voi rimaniate attaccati ad esse per paura e per scarsa lucidità. Ma mentre voi, nella vostra immaturità, ci spendete copiosamente tempo e denaro, sapete bene nel vostro cuore che quelle difese non possono salvarvi da nulla. Sapete che, anche se indifesi all'apparenza, siete di fronte ad una nuova era, mentre la bomba nucleare vi dice: "Fate la pace o morirete!". Ma siete davvero indifesi per il fatto che tutte le difese materiali sono crollate com'era loro destino? Avete dimenticato la difesa che non può sgretolarsi, quella che risiede nell'obbedienza alla legge superiore? Da secoli i migliori insegnamenti e la saggezza di molti hanno ripetuto che il male può essere sconfitto solo dal bene e l'esperienza dimostra che, se volete farvi degli amici, dovete essere amichevoli. Quando avrete abbastanza buonsenso per abbandonare il sentiero che conduce alla distruzione e vi rivolgerete alla difesa eterna, perenne, immutabile? Popolo della terra, la decisione sta di fronte a voi! Potete ancora scegliere la vita, ma dovete scegliere rapidamente!».

QUESTA STRANA CREATURA CHIAMATA UOMO

Un alieno potrebbe vedere questa strana creatura chiamata Uomo in questo modo:

Un Essere da un altro mondo parcheggiò la sua navicella spaziale in un angolo isolato. Il mattino seguente passò vicino ad un campo militare, dove vide degli uomini che infilzavano dei bizzarri coltelli legati a delle estremità nei sacchi di paglia. «Cos'è questo?» chiese ad un giovane in uniforme. «Esercitazione con la baionetta» rispose il giovane. «Facciamo pratica con dei manichini. Dobbiamo imparare ad usare la baionetta in un certo modo per uccidere un uomo. Chiaramente non uccidiamo molti uomini con le baionette. La maggior parte la uccidiamo con le bombe». «Ma perché volete imparare ad uccidere degli uomini?» chiese l'Essere, sconcertato. «Noi non vogliamo» rispose il giovane amaramente. «Veniamo mandati qui contro la nostra volontà e non sappiamo cosa farci».

Quel pomeriggio l'Essere attraversò una grande città. Notò una folla raccolta in una piazza pubblica per vedere un giovane in uniforme decorato con una medaglia. «Perché viene decorato con una medaglia?» chiese l'Essere. «Perché uccise cento uomini in battaglia» spiegò l'uomo accanto a lui. L'Essere guardò con orrore il giovane che aveva ucciso cento uomini e andò via.

In un'altra parte della città l'Essere udì una radio annunciare a tutto volume che un certo uomo sarebbe stato presto giustiziato. «Perché viene condannato a morte?» chiese l'Essere. «Perché ha ucciso due uomini» disse un uomo accanto a lui. L'Essere andò via confuso.

Quella sera, dopo che l'Essere aveva riflettuto sulla questione, aprì il suo taccuino e scrisse: «Sembra che tutti i giovani vengano obbligati ad imparare ad uccidere gli uomini con efficienza. Coloro che riescono ad ucciderne un numero enorme sono ricompensati da medaglie. Coloro che si

rivelano assassini mediocri e riescono ad ucciderne solo alcuni vengono puniti con la condanna a morte».

L'Essere scosse il capo tristemente ed aggiunse un post scriptum: «*Probabilmente questa strana creatura chiamata Uomo sterminerà se stesso molto rapidamente*».

Una visione di speranza per la pace

Alla fine del mio periodo di digiuno e di preghiera durato quarantacinque giorni, mentre mi trovavo fra il sonno e la veglia, ebbi una visione meravigliosa... una visione di speranza. Vidi le nazioni del mondo armarsi per la guerra. Io parlai con loro, ma non mi ascoltarono. Piansi per loro, ma non fecero attenzione a me. Pregai per loro e poi, guardandomi intorno, vidi che tutti i popoli del mondo stavano pregando con me. In seguito notai che una bruma luminosa si stava levando su di noi in preghiera e gradualmente assunse una forma. Ne emerse una creatura raggiante, le cui vesti bianche erano colme di luce e il cui viso era così brillante che faticavo a guardarlo. Quando la creatura parlò, la sua dolce voce aveva il potere di un tuono: «Sollevate le vostre spade!» disse. «Coloro che di spada feriscono di spada periranno!». E le nazioni del mondo trasalirono e lasciarono cadere le loro armi, e i popoli del mondo gioirono insieme.

Altri pensieri sulla pace e sul disarmo

Vorrei sottolineare ancora il fatto che la buona preghiera porta alla buona azione, «la fede senza le opere si spegne». Un modo eccellente per trasformare i pensieri in azione è scrivere una lettera per la pace.

Il disarmo è lento a materializzarsi, in parte perché la paura è il sentimento prevalente, in parte perché vi sono speranze presuntuose che si possano ancora realizzare alcuni obiettivi desiderati con le armi, in parte perché certe economie sembrano funzionare con un certo profitto in una situazione di preparazione alla guerra.

La nuova era richiede valori più elevati. Coloro che parlavano di pace un tempo erano chiamati idealisti, ma in quest'era nucleare gli idealisti sono diventati gli unici realisti. Abbiamo sempre pensato a noi stessi come a persone che hanno alti ideali. Appliciamone alcuni in questa situazione di crisi.

Visto che credo che la guerra è contraria alla volontà di Dio e al buonsenso e sento che la via della pace è la via dell'amore, lavorerò per la pace usando la via dell'amore io stessa, aiutando ogni gruppo di cui faccio parte ad usarla, aiutando la nazione di cui sono cittadina ad usarla, aiutando le Nazioni Unite ad usarla e pregando che la via dell'amore venga usata in tutto il mondo.

Direi ai militari: sì, abbiamo bisogno di essere difesi; sì, abbiamo bisogno di voi. L'Aeronautica può pulire l'aria, i Marines possono prendersi cura delle foreste saccheggiate, la Marina può pulire gli

oceani, la Guardia Costiera può occuparsi dei fiumi e l'Esercito può essere usato per creare progetti di drenaggio adeguati a prevenire piene disastrose e per altri benefici del genere in favore dell'umanità.

Poniamo dei limiti a noi stessi pensando che certe cose non si possono fare. Molti pensano che la pace nel mondo sia impossibile, molti pensano che la pace interiore non può essere raggiunta. È colui che non sa che non può essere fatta che la fa!

La causa alla base di tutte le nostre difficoltà è l'immaturità. Ecco perché parlo così tanto di pace all'interno di noi stessi come un passo verso la pace nel mondo. Se fossimo maturi, la guerra non sarebbe possibile e la pace sarebbe assicurata. Nella nostra immaturità non conosciamo le leggi dell'universo e pensiamo che il male può essere sconfitto da altro male. Un sintomo della nostra immaturità è l'avidità, rendendo difficile per noi imparare la semplice lezione della condivisione...

Ora, io capisco che a volte i sintomi diventano così acuti che se non ci lavoriamo sopra non potremmo sopravvivere per lavorare sulla causa; ecco perché durante la guerra in Vietnam io partecipai ad alcune dimostrazioni pacifiche sulla pace. Fu un periodo incredibile. La gente di questo paese fermò la guerra in Vietnam, nonostante il governo. Dimostra solo il potere della gente di questo paese.

Ci sono sintomi di sintomi, come la grande piaga della fame. Vorrei dare a tutti la possibilità di avere del cibo sano, acqua pura ed aria pulita. Vorrei essere in grado di provvedere a tutti i loro bisogni materiali e dar loro anche cibo per pensare e bei luoghi e tutte le cose che danno ispirazione. Non dovete essere molto bravi in aritmetica per rendervi conto che, se le nazioni del mondo smettessero di fabbricare degli ordigni di distruzione, le condizioni per una vita molto buona potrebbero essere fornite a tutti.

Dobbiamo camminare seguendo la luce più alta che abbiamo, incontrando amorevolmente coloro che sono in disarmonia e tentando di ispirarli verso una via migliore. Ogni volta che portate dell'armonia in una situazione non pacifica, migliorate lo scenario totale della pace.

Non dobbiamo mai scordare che la disobbedienza alle leggi divine porta al disastro, sebbene a volte la gente finisca per imparare dai propri errori.

Ora guardiamo il nostro mondo. Un mondo povero, estenuato dalla guerra. Qual è il nostro problema? Abbiamo un grosso debole per gli aspetti materiali: se non abbiamo qualcosa, la desideriamo. Siamo così carenti sul lato spirituale: ogni volta che facciamo dei progressi tecnologici, la prima cosa che facciamo è sfruttarli per le armi ed usarli per uccidere la gente. Questo accade perché trascuriamo il nostro benessere spirituale. La ricerca utile per il futuro è quella sul versante spirituale. Dobbiamo portare i due lati in equilibrio, così conosceremo come

usare in modo appropriato il benessere materiale che abbiamo già.

Durante la guerra in Vietnam c'era un'intensa attività di pace. Quando la guerra finì ci fu un calo e seguì un periodo di apatia. Suppongo che fosse inevitabile. Accade dopo ogni guerra.

Dopo ogni guerra c'è anche un periodo di violenza. Lo vidi sia dopo la Prima che dopo la Seconda Guerra mondiale. Mi ricordo che dopo la Seconda Guerra mondiale un uomo a Camden, nel New Jersey, aveva appena ucciso cinque persone per strada e quando lo acciuffarono, lui disse: «Voi mi avete insegnato ad uccidere». Gli era stato insegnato dai militari. L'uomo che sparò dalla torre dell'Università del Texas uccidendo quindici persone e ferendone altre aveva imparato dai militari durante la Guerra in Vietnam.

Il prezzo della pace

Sembriamo sempre pronti a pagare il prezzo per la pace. Quasi gioiosamente diamo il nostro tempo e il nostro denaro, le nostre membra ed addirittura la nostra vita per la guerra. Ma ci aspettiamo di ottenere la pace gratuitamente. Ci aspettiamo di essere capaci di disobbedire in modo flagrante alle leggi divine ed ottenere la pace come risultato. Beh, noi *non otterremo* la pace gratuitamente e non otterremo la pace disobbedendo alle leggi divine. Otterremo la pace solo quando saremo disponibili a pagare il *prezzo* della pace. E in un mondo ubriaco di potere, corrotto dall'avidità, deluso dai falsi profeti, il prezzo della pace può sembrare davvero alto. Perché il prezzo della pace consiste nell'obbedire alle leggi superiori: il male può essere sconfitto dal bene e l'odio dall'amore; solo un buon mezzo può raggiungere un buon fine.

Il prezzo della pace è abbandonare la paura e sostituirla con la fede, la fede che se obbediamo alle leggi divine riceveremo le benedizioni di Dio. Il prezzo della pace è abbandonare l'odio e permettere all'amore di regnare supremo nei nostri cuori, l'amore per tutti i nostri simili nel mondo. Il prezzo della pace è abbandonare l'arroganza sostituendola con il pentimento e l'umiltà, ricordando che la via della pace è la via dell'amore. Il prezzo della pace è abbandonare l'avidità e sostituirla con la generosità, così che nessuno sarà spiritualmente ferito avendo più di quanto gli serve, rispetto agli altri nel mondo che hanno sempre meno di quanto hanno bisogno.

Popoli del mondo, abbiamo poco tempo per decidere. Soltanto pochi anni. Siamo noi a scegliere se pagare o meno il prezzo della pace. Se non abbiamo la volontà di pagarlo, tutto ciò che ci è caro verrà consumato nelle fiamme della guerra. L'oscurità del mondo attuale è dovuta alla disintegrazione delle cose contrarie alle leggi divine. Facciamo in modo che non si dica senza speranza: questa è l'oscurità prima della tempesta; diciamo invece con fede che questa è l'oscurità prima dell'alba dell'età dorata di pace, che non riusciamo nemmeno ad immaginare. Per questo, manteniamo la speranza, lavoriamo e preghiamo.

Capitolo 9: Il pacifismo allargato

MOLTA GENTE CONOSCE la semplice legge spirituale che il male può essere sconfitto soltanto dal bene. I pacifisti non solo la conoscono, cercano anche di viverla. Nel loro sforzo di viverla, rifiutano di usare o sanzionare l'uso della violenza fisica. Coloro che si oppongono alla guerra ma userebbero la violenza fisica nella loro vita personale, li chiamerei oppositori non violenti, invece che pacifisti. Coloro che usano il metodo non violento solo perché credono che sia il più efficace, li definirei *oppositori non violenti* invece che pacifisti. I pacifisti usano la via non violenta perché pensano che sia quella giusta e in nessun caso utilizzerebbero o sanzionerebbero l'uso di un altro metodo.

La natura umana pensa in termini di «legge della giungla» per eliminare qualsiasi opposizione. Ma questa legge non risolve alcun problema agli uomini; può solo rimandare le soluzioni e nel lungo periodo peggiora le cose.

Alcune nazioni, anche se usano la legge della giungla per trattare con le altre nazioni mentre sono in guerra, riconoscono che i pacifisti non possono comportarsi in quel modo e li esonerano dal servizio militare. In genere, invece, i pacifisti prestano servizio in modi non militari o restano per un po' di tempo in prigione. Sono spesso chiamati obiettori di coscienza. Naturalmente vi sono pochissimi obiettori coscienti, perché pochissimi hanno raggiunto un risveglio interiore sufficiente in un'età così giovane.

Quando parlo di pacifismo allargato, mi rendo conto che sto parlando solo agli amici pacifisti, un numero davvero esiguo in qualsiasi società moderna. Con questo piccolo gruppo, che ammiro e rispetto moltissimo, vorrei discutere tre ampliamenti del pacifismo che ho realizzato.

Ho esteso il mio pacifismo al non uso della violenza psicologica così come al non uso della violenza fisica. Di conseguenza, non mi arrabbio più. Non solo non dico parole rabbiose, non penso nemmeno pensieri rabbiosi! Se qualcuno mi fa uno sgarbo, provo solo compassione invece di risentimento. Anche coloro che causano sofferenza io li guardo con profonda compassione, sapendo che una messe di dolore li attende. Se ci fossero persone che mi odiassero, io in cambio li amerei, sapendo che quell'odio può essere sconfitto solo dall'amore e sapendo che c'è della bontà in tutti gli esseri umani che può essere raggiunta da un approccio amorevole. Coloro che usano il metodo non violento senza amore possono trovarsi in difficoltà. Se costringete le persone a fare cose a modo vostro senza aiutarle a cambiare, il problema non viene realmente risolto. Se riuscite a ricordare che *in realtà non siamo separati gli uni dagli altri*, magari riuscite ad accrescere il vostro desiderio di trasformare invece che di soggiogare. E ad allargare il vostro pacifismo al non uso della violenza psicologica o della violenza fisica.

Non raccomanderei la disobbedienza civile tranne che come ultima spiaggia. In generale, la gente può realizzare molto di più fuori prigione che non dietro le sbarre. Né incoraggerei alcuna azione pericolosa a sostegno della violenza psicologica come una soluzione al problema. Ciò che viene fatto ad una persona ha degli effetti su tutti noi.

Ho allargato il pacifismo al non finanziamento e alla non partecipazione alla guerra. Perciò non pago più le tasse federali di proposito. Da più di quarantatré anni vivo al di sotto del livello imponibile. Ammetto, ovviamente, che vi è una seconda ragione per questo: non posso accettare più di quanto mi serve mentre altri nel mondo hanno meno di quanto hanno bisogno. Naturalmente non

ho mai pagato le tasse sui liquori o sui tabacchi perché non ho mai usato questi prodotti, non pago nemmeno la tassa sui beni di lusso perché non ne uso e non pago la tassa sugli spettacoli poiché non vi assisto.

Ora, il governo federale magari sostiene alcune cose che noi sosteniamo, ma sfortunatamente al momento non è possibile pagarle senza finanziare anche la guerra. Un pacifista risponderebbe «No» se il governo federale dicesse: «Se trascorrerai metà del tuo tempo in attività belliche potrai trascorrere l'altra metà per opere buone». Tuttavia vi sono pacifisti che rispondono «Sì» quando la questione riguarda il denaro invece che il tempo. Mi rendo conto che gli esseri umani tendono ad essere incoerenti in un modo o nell'altro, ma considerando che mi sento coerente nel modo giusto, ho allargato il mio pacifismo al non finanziamento e alla non partecipazione alla guerra.

Ho ampliato il mio pacifismo al rifiuto di nuocere a qualsiasi creatura così come agli esseri umani. Di conseguenza, per molti anni non ho mangiato carne (né carne di animali da allevamento, né cacciagione, né pesce). Inoltre non adopero pellicce né piume né cuoio né ossi. Mi rendo conto che alcune persone sono vegetariane solo per ragioni di salute e non si oppongono necessariamente alla guerra. Alcune persone possono sentire la mancanza di carne, ma non io. Non mi viene voglia di mangiare carne animale più di quanto una persona qualunque avesse voglia di mangiare carne umana. Credo che la maggior parte dei pacifisti (di fatto, la maggior parte degli esseri umani contemporanei) non mangerebbe la carne se dovesse uccidere le creature personalmente. Penso che visitare un mattatoio vi potrebbe incoraggiare ad allargare il vostro pacifismo al rifiuto di nuocere sia alle creature che agli esseri umani.

Il risveglio a cui stiamo assistendo potrebbe davvero diventare una nuova rinascita. Forse il desiderio di sopravvivere ci sta spingendo in questa direzione... forse a motivarci è la comprensione che si deve fare qualcosa per l'attuale situazione di crisi. Gruppi che hanno tradizionalmente utilizzato la violenza parlano ora di resistenza non violenta. Le persone che hanno partecipato entusiasticamente ad attività belliche stanno diventando degli oppositori non violenti. Un numero sempre maggiore di persone sta diventando pacifista. Perciò mi aspetto che i pacifisti andranno avanti e faranno anch'essi ampliamenti al loro pacifismo.

Le seguenti citazioni facevano parte delle poche note che Pellegrina di Pace portava nelle tasche della sua tunica:

Generale Omar Bradley: «Le guerre possono essere prevenute con la stessa certezza con cui possono essere provocate e noi che non riusciamo a prevenirle dobbiamo dividere la colpa per le morti che abbiamo provocato».

Generale Douglas MacArthur: «Ho conosciuto la guerra come pochi oggi la conoscono. La sua natura molto distruttiva per i due fronti l'ha resa inutile come mezzo per risolvere le dispute internazionali».

Papa Giovanni XXIII: «Se le autorità creano leggi per permettere qualsiasi cosa contraria alla volontà di Dio, né le leggi stabilite né le autorizzazioni concesse sono vincolanti per le coscienze dei cittadini, in quanto Dio ha un diritto maggiore di essere obbedito che non gli uomini».

Dwight D. Eisenhower: «Ogni fucile fabbricato, ogni nave da guerra varata, ogni missile lanciato ha il senso ultimo di un furto a coloro che sono affamati e non vengono nutriti, coloro che hanno

freddo e non vengono vestiti». Parlando «come chi è stato testimone degli orrori e della tristezza persistente della guerra, come chi sa che un'altra guerra potrebbe distruggere completamente la civiltà», egli ci avvertì del pericolo del complesso industriale militare.

John F. Kennedy: «L'umanità deve porre fine alla guerra o la guerra porrà fine all'umanità... La guerra esisterà fino a quel giorno lontano, quando gli obiettori di coscienza godranno della stessa reputazione e dello stesso prestigio goduto oggi dai signori della guerra».

Lyndon B. Johnson: «I fucili e le bombe, i missili e le navi da guerra sono tutti simboli del fallimento umano».

Papa Giovanni Paolo II: «Di fronte a quella calamità creata dall'uomo, la guerra, bisogna affermare e riaffermare senza sosta che la spinta verso la guerra non è inevitabile né immutabile. L'umanità non è destinata all'autodistruzione. Lo scontro di ideologie, aspirazioni e bisogni può e deve essere risolto con mezzi diversi dalla guerra e dalla violenza».

Herman Goering: al Processo di Norimberga: «Beh, ovviamente la gente non vuole la guerra. Perché un povero contadino dovrebbe rischiare la vita per una guerra dove il meglio che ne potrebbe ricavare è tornare tutto d'un pezzo alla sua fattoria? La gente comune non vuole la guerra, naturalmente: né in Russia né in Inghilterra né, per quel che gliene importa, in Germania. Siamo d'accordo su questo. Ma dopotutto sono i leader di un paese a determinare le linee politiche e si tratta sempre di cercare il consenso delle folle, che si parli di democrazia o di dittatura fascista, di parlamento o di dittatura comunista. Con o senza voce, il popolo può sempre essere indotto a fare quel che comandano i capi. È facile. Tutto quello che si deve fare è dire alla gente che la stanno attaccando e denunciare i pacifisti affermando che mancano di patriottismo ed espongono il paese al pericolo. Funziona allo stesso modo in qualsiasi nazione».

Non ho mai conosciuto nessuno che abbia costruito un rifugio bellico e si sia sentito protetto per questo. Non ho mai conosciuto un militare dei giorni nostri che non si sia reso conto che la vittoria militare è un concetto diventato obsoleto con l'avvento dell'era nucleare e questo vale anche per la maggior parte dei civili. Il buonsenso richiede che smettiamo di prepararci a combattere una guerra che eliminerebbe l'umanità e che iniziamo a prepararci per eliminare i *semi* della guerra.

Capitolo 10: I bambini e la via della pace

INCONTRAI UNA COPPIA DETERMINATA ad educare i suoi quattro bambini alla via della pace. Ogni sera a cena tenevano un regolare sermone sulla pace. Ma una sera udii il padre sgridare il figlio maggiore. La sera seguente udii il figlio maggiore sgridare il figlio minore con lo stesso tono di voce. Quello che i genitori avevano detto non aveva minimamente impressionato i figli: i bambini stavano imitando il comportamento dei genitori.

È molto importante instillare delle idee spirituali nei bambini. Molta gente vive tutta la vita seguendo dei concetti trasmessi durante l'infanzia. Quando i bambini imparano che otterranno molta più attenzione ed amore facendo cose costruttive, tenderanno a smettere di fare cose distruttive. Cosa più importante di tutte: ricordatevi che i bambini imparano dall'esempio. Non importa che cosa dite, è quello che fate ad influenzarli.

Questo è un argomento molto provocatorio per i genitori. State educando i vostri bambini alla via dell'amore, che è la via del futuro?

Mi preoccupo quando vedo un bambino piccolo che guarda in televisione il suo eroe sparare al cattivo. Gli viene insegnato a credere che sparare alla gente è da eroi. L'ha fatto un eroe ed è stata una cosa efficace. È stata una cosa accettabile e l'eroe in seguito viene ricordato in termini positivi.

Se un numero sufficiente di noi troverà la pace interiore per influenzare la televisione come istituzione, il bambino vedrà l'eroe trasformare il cattivo, inducendolo a vivere una vita buona. Vedrà l'eroe fare qualcosa di significativo per aiutare i suoi simili. Perciò il bambino capirà che, se vuole essere un eroe, deve aiutare la gente.

Un pastore di mia conoscenza trascorse qualche tempo in Russia. Non vide nessun bambino russo giocare con i fucili. Visitò grandi negozi di giocattoli a Mosca e scopri che non erano in vendita armi giocattolo o altri giochi di guerra.

In alcune piccole realtà culturali all'interno della nostra, più grande, viene adottata un'educazione pacifica. Conobbi una coppia che aveva vissuto per dieci o dodici anni in mezzo agli Indiani Hopi. Mi dissero: «Pace, è una cosa stupefacente: non hanno mai fatto del male a nessuno».

Ho camminato personalmente nelle terre degli Amish. Hanno delle comunità apprezzabili. Comunità pacifiche, sicure, senza violenza. Parlai con loro e appresi che è perché imparano fin da bambini che sarebbe impensabile far del male ad un essere umano. Quindi non lo fanno mai. Si può agire così se si è allevati in quel modo.

Una volta una signora mi portò sua figlia, che aveva quattro o cinque anni, e mi chiese: «Pace, vorrebbe spiegare a mia figlia cos'è il bene e cos'è il male?». Dissi alla bimba: «Il male è qualcosa che ferisce gli altri. Quando mangi cibo spazzatura che ti fa male, beh quello è male». Lei capì. «Il

bene è qualcosa che aiuta gli altri. Quando raccogli i tuoi giocattoli e li rimetti nella loro scatola, aiuti tua madre, perciò quello è bene». Lei capì. A volte la spiegazione più semplice è la migliore.

Quando i miei genitori mi mettevano a letto mi dicevano molto saggiamente: «Fa scuro perciò potrai riposarti dormendo. Adesso ti addormenterai in questa bella e amichevole oscurità riposante». Perciò per me l'oscurità è sempre stata amichevole e riposante. E che io cammini tutta la notte per tenermi al caldo o dorma sul ciglio di una strada, eccomi là, nella bella e cara oscurità riposante.

I bambini hanno bisogno di mettere buone radici per crescere e i genitori farebbero meglio a scegliere il luogo in cui allevarli prima di averli.

Capitolo 11: Trasformare la società

MI È STATO CHIESTO se ho delle idee per una soluzione pacifica di alcuni dei nostri problemi mondiali e nazionali. Per dirne una, penso che un grandissimo passo verso la pace mondiale sarebbe l'istituzione di un linguaggio mondiale.

Mi imbattei per la prima volta nella barriera linguistica in Messico, dove si parla spagnolo e dove riuscivo a parlare alla gente solo attraverso il mio messaggio tradotto e il mio sorriso. Poi vi incappai di nuovo nella Provincia del Québec, in Canada, che è un paese bilingue. Nelle scuole del Québec si insegna in francese e molti abitanti di quella provincia non sanno l'inglese. Avevo un messaggio tradotto e mi venne offerto cibo e riparo attraverso il linguaggio dei segni. Ma la comunicazione in pratica si fermava lì. Mi fece rendere conto nuovamente dell'immenso bisogno di una lingua mondiale.

Credo che un comitato di esperti nominato dalle Nazioni Unite dovrà decidere al più presto qual è la lingua più adatta. Una volta scelta la lingua mondiale può essere insegnata in tutte le scuole parallelamente alla lingua nazionale, in modo che in brevissimo tempo qualsiasi persona nel mondo in grado di leggere e scrivere potrà parlare con un'altra al suo stesso livello, in un'altra parte del mondo. Credo che questo sarebbe il passo più importante da compiere verso la comprensione globale e un passo gigante verso la pace mondiale. Per quanto grandi possano sembrare le nostre differenze, quando potremo parlare insieme ci renderemo conto che le nostre somiglianze saranno ben maggiori rispetto alle nostre differenze.

La democrazia e la società

Definisco democrazia il controllo da parte del popolo. Gli schiavi sono coloro che permettono ad altri di controllare la loro vita. Finché la gente riesce a risolvere i propri problemi a livello locale in maniera giusta ed efficace, mantiene il controllo della propria vita. Finché delega la soluzione dei propri problemi ad un'autorità di livello superiore, perde il controllo sulla propria vita.

Possediamo una buona dose di democrazia individuale: per esempio il diritto di una minoranza di parlare. E abbiamo un sacco di democrazia politica. Stiamo facendo progressi con la democrazia *sociale*. Se avessimo la democrazia sociale, ogni essere umano sarebbe valutato secondo i meriti, non secondo il gruppo di appartenenza. Abbiamo creato delle leggi che vanno in quella direzione; dobbiamo ancora fare molta strada, ma ci stiamo arrivando.

Da noi quel che scarseggia maggiormente è la democrazia economica. Qui non abbiamo molto controllo e ne sono preoccupata. Ricordatevi, se vogliamo dare un buon esempio al mondo, dobbiamo migliorare noi stessi. Vi racconterò una storia triste:

In una casa, passando in soggiorno, vidi in una diretta televisiva due comici che stavano scherzando di fronte al pubblico e uno dei due disse: «Ho avuto una medaglia dalla mia azienda». «Perché?». «Ho trovato un modo per far sì che il loro prodotto si consumi prima!». E tutto il pubblico rise.

Non è una questione ridicola. Le materie prime scarseggiano; l'energia si sta esaurendo. Le future generazioni ci considereranno degli idioti per aver fabbricato cose fatte per non durare. Sì, tutti

sanno cosa stiamo facendo e ridono pure di noi. Bisogna trovare un rimedio, ovvio.

L'altra cosa a cui si deve rimediare è la disoccupazione. Sono terribilmente preoccupata. Circa sette o otto milioni di individui di questo paese sono disoccupati. E questo cosa provoca nelle persone? Peggiorano psicologicamente perché la società sta dicendo loro che non ne ha bisogno e che non c'è posto per loro. La disoccupazione è una cosa terribile. Dobbiamo porvi rimedio e dobbiamo farlo subito.

Io suggerirei che dopo un certo periodo di tempo tutti i disoccupati idonei al lavoro potrebbero far domanda per lavori socialmente utili, finanziati così come viene finanziata la previdenza sociale. Non dovrebbe nemmeno trattarsi di lavoro a tempo pieno, sarebbe un modo per guadagnarsi l'indennità che ricevono.

Qualsiasi persona sana di mente desidera avere un'occupazione significativa. Capisco che vi siano alcuni disturbati a livello psicologico, soprattutto quelli che sono disoccupati da tempo e sono terribilmente peggiorati. Ma non è così per la maggior parte delle persone, che farebbe letteralmente salti di gioia di fronte alla possibilità di fare qualcosa.

Da un punto di vista spirituale, il modo migliore di far fronte a ciò che è in disarmonia, come il modo in cui oggi viene attuato il Comunismo, è di non averne mai paura: ciò gli dà potere. Contrastatelo esercitando un'influenza positiva: date voi stessi il buon esempio. Non cercate mai di batterlo adottando la sua falsa filosofia. Per esempio, si dice che parte della filosofia del governo comunista sia: «*Il fine giustifica i mezzi*», che è di fatto la filosofia di tutti i paesi che usano la guerra come mezzo. Piuttosto, abbracciate questa filosofia spirituale: «*I mezzi determinano il fine*» e ricordatevi che solo un buon mezzo può realmente raggiungere un buon fine.

Possiamo cambiare solo con l'esempio. Perciò, se io avessi il potere di farlo in questo paese, darei vita ad un esempio molto nobile e serio. Istituirei un Dipartimento di Pace nel nostro governo. Avrebbe molto lavoro utile da fare; farebbe ricerche sui modi pacifici di risolvere i conflitti, sulle misure di prevenzione bellica e sui processi di riadattamento economico in funzione della pace. Lo inaugureremmo in pompa magna e chiederemmo a tutte le altre nazioni di creare dipartimenti simili e di venire a lavorare con noi per la pace. Credo che molte nazioni lo farebbero volentieri. Lo scambio di comunicazioni fra Dipartimenti di Pace sarebbe un passo verso la pace nel mondo.

Durante la guerra in Vietnam feci ai miei corrispondenti di tutto il mondo la stessa domanda: «Qual è il paese che i vostri concittadini considerano come la più grande minaccia alla pace nel mondo?». La risposta fu unanime. Non era la Russia e non era la Cina. Eravamo noi! Io chiesi: «*Perché?*». Le risposte si differenziavano un po'. Gli Orientali risposero: «*Perché siete voi l'unica nazione che ha usato la bomba nucleare per uccidere e non ci sono garanzie che non lo rifarete un'altra volta*». Nel Sud America, nell'America Latina tendevano a dire: «*Oggi è il Vietnam, domani toccherà a noi*». In Europa e in qualche altra regione la risposta di solito era: «*La vostra economia funziona senza intoppi soprattutto nei periodi di guerra o di preparazione alla guerra*» oppure «*Nel vostro paese si fanno molti soldi con la guerra o con la preparazione di una guerra*».

Non mi piace riportare questi commenti, sono negativi, ma sono convinta che dobbiamo capire che i paesi del mondo non vedono sempre il nostro cuore gentile quando guardano oltremare. Temono invece le nostre azioni.

Mi piacerebbe vedere che non solo noi facciamo tutti i passi possibili nella direzione del disarmo e della pace mondiali, ma anche che fungiamo da esempio per un continuo miglioramento nel mondo.

Negli ultimi due anni molti miei amici stranieri mi hanno chiesto: «La Russia ha firmato il Salt II [Trattato fra USA e USSR sulla limitazione strategica di armi offensive, N.d.T.], perché voi non l'avete fatto? Siete meno interessati al disarmo rispetto ai Russi?». Non potevo rispondere. Magari l'avessimo firmato. Sarebbe stato un passo insufficiente, inadeguato rispetto alle aspettative, ma avremmo dovuto firmarlo e in seguito lavorare duramente per il Salt III e per ogni accordo che si potesse concludere.

Nel corso del mio pellegrinaggio in Canada mi invitarono a parlare durante il Concerto del Coro della Gioventù dell'Unione delle Comunità Spirituali di Cristo, noto comunemente con il nome di «Doukhobors», un gruppo pacifista emigrato dalla Russia nel secolo scorso. Dissi loro: «Avete un messaggio speciale con questo incarico, in particolare in Russia. Visto che molti di voi parlano russo, perché non mandate una missione di pace in Russia? Questo coro, ad esempio? Avete un'opportunità unica di parlare con loro nella loro lingua, più facilmente di quanto non possa fare la solita delegazione, che spesso non riesce a comunicare con loro. Questo tipo di scambio è necessario nella crisi storica attuale».

Le Nazioni Unite devono essere potenziate. Noi popoli del mondo dobbiamo imparare a porre il benessere dell'intera famiglia umana al di sopra del benessere di qualsiasi gruppo. La fame e la sofferenza devono essere alleviate. Un vasto programma di scambi fra le persone di varie nazioni del mondo sarebbe molto utile.

Vi sono alcuni problemi nazionali legati alla pace: c'è bisogno di lavorare sulla pace fra i gruppi. Il nostro problema nazionale maggiore, comunque, è l'adattamento della nostra economia ad una situazione da tempo di pace.

L'azione di pace nella comunità

In questo periodo di crisi ci dovrebbe essere un Comitato per la pace in ogni città. Un gruppo del genere può iniziare con poche persone interessate.

Ho suggerito che i Comitati per la pace inizino con un *Gruppo di preghiera per la pace* per cercare la via della pace. Al primo incontro si prende in considerazione la pace interiore. Si prega e se ne discute. Se diventate consapevoli di qualche blocco interiore che impedisce il vostro progresso spirituale, concentratevi fra una riunione e l'altra sulla rimozione del blocco. Al secondo incontro prendete in considerazione l'armonia fra gli individui. Se vi rendete conto di essere in disarmonia con qualcuno, fate qualcosa per rimediare fra una riunione e l'altra. Alla terza riunione prendete in considerazione l'armonia fra i gruppi. Fra una riunione e l'altra cercate di fare qualcosa come gruppo per mostrare amicizia o aiutare qualche altro gruppo. Alla quarta riunione prendete in considerazione la pace fra nazioni. Passate all'azione fra una riunione e l'altra lodando qualcuno

che ha fatto qualcosa di buono per la pace. Alla riunione successiva, riprendete tutto dall'inizio.

In certi posti i miei scritti sono stati utilizzati nei gruppi di preghiera, in quanto trattano della pace da un punto di vista spirituale. Leggete un paragrafo, soffermatevi su di esso in silenzio ricettivo poi parlatene. Fate tutti gli incontri di preghiera che vi servono per esaminare tutti gli scritti. Chi riesce a capire e a sentire le verità spirituali ivi contenute è spiritualmente pronto a lavorare per la pace.

Poi verrebbe il *Gruppo di studio sulla pace*. Ci serve un'immagine chiara dell'attuale situazione mondiale e di ciò che dovrà essere trasformato in una situazione mondiale di pace. Di certo tutte le guerre attuali devono cessare. Ovviamente dobbiamo trovare un modo per abbassare le armi insieme. Dobbiamo mettere in atto un meccanismo per evitare la violenza fisica nel mondo, nei luoghi dove esiste ancora.

Dopo che i problemi del mondo e i passi verso la loro soluzione vi sono diventati abbastanza chiari, voi e i vostri amici siete pronti per diventare un *Gruppo d'azione per la pace*. Potete diventarlo in modo graduale, agendo sui problemi che avete imparato a comprendere. L'azione di pace dovrebbe sempre prendere la forma di vivere la via della pace. Può anche assumere la forma di una lettera da scrivere ai legislatori sulla legislazione di pace a cui siete interessati, agli editori sui temi della pace, agli amici su ciò che avete imparato riguardo alla pace. Può avere la forma di riunioni pubbliche con interventi sui temi di pace, con persone che distribuiscono stampati sulla pace, che parlano di pace, una settimana della pace, una fiera della pace, una camminata per la pace, una sfilata per la pace o una gita in barca per la pace. Può assumere la forma del voto in favore di coloro che sono impegnati alla via di pace.

Avete molto più potere quando lavorate *in favore* della cosa giusta che non quando lavorate contro la cosa sbagliata. E, naturalmente, se viene stabilita la cosa giusta, le cose sbagliate svaniranno da sole. Il lavoro di pace su base popolare è di vitale importanza. Noi che lavoriamo per la pace apparteniamo ad una speciale associazione pacifista, sia che lavoriamo insieme che separati.

Alcuni dei passi in direzione della pace di cui ho parlato agli inizi sono stati fatti o almeno iniziati. L'approccio diretto fra le persone è già a buon punto, con interscambi studenteschi e culturali. In questo momento vengono condotte ricerche sui modi pacifici di risolvere i conflitti in un certo numero di università e si tengono dei corsi anche nel paese a noi vicino, il Canada.

Penso che sia davvero possibile ottenere una pace esteriore nell'epoca attuale. Da un punto di vista storico, quando gli esseri umani si trovano di fronte ad una scelta fra la distruzione e il cambiamento, hanno la tendenza a scegliere il cambiamento ed è quasi l'unica cosa che li farà optare per il cambiamento. Perciò noi abbiamo la possibilità nell'epoca attuale di scegliere una direzione diversa nel mondo: esiste una possibilità!

Gente semplice del mondo, non sentiamoci più indifesi. Ricordiamoci che se siamo abbastanza numerosi e uniti nel chiedere, anche cose davvero notevoli come il disarmo e la pace mondiali ci verranno concessi. *Uniamoci nel chiedere!*

Capitolo 12: La via di un pellegrino

UNA VOLTA MI CHIESERO: «Cosa fanno i pellegrini di pace?» Un pellegrino di pace prega e lavora per la pace interiore ed esteriore. Un pellegrino di pace accetta la via dell'amore come via verso la pace e allontanarsi dalla via dell'amore significa allontanarsi dalla via di un pellegrino di pace. Un pellegrino di pace obbedisce alle leggi divine e cerca la guida di Dio nella propria vita nel silenzio ricettivo. Un pellegrino di pace affronta la vita con fermezza, risolve i problemi e scava sotto la superficie per scoprire la verità, la realtà. Un pellegrino di pace cerca non una molteplicità di cose materiali, ma una semplificazione del benessere materiale, ponendosi come obiettivo finale di accontentarsi dello stretto necessario. Un pellegrino di pace purifica il tempio del corpo, i pensieri, i desideri, le motivazioni. Un pellegrino di pace rinuncia il più rapidamente possibile alla volontà personale, alla sensazione di isolamento, a tutti gli attaccamenti, a tutti i sentimenti negativi.

Ora, tradizionalmente un pellegrino cammina nella fede, senza nessun mezzo di sostentamento visibile. Io cammino finché mi viene offerto un tetto. Sto a digiuno finché mi viene dato del cibo. Deve essere dato, io non chiedo mai. Ma me lo danno!

Mi offrono tutto e io lo passo ad altri. Dovete dare se volete ricevere. Fate che il centro del vostro essere sia il dare, il dare, il dare. Non potete dare troppo e scoprirete che non potete dare senza ricevere. Questo genere di vita non è riservato ai santi, ma è accessibile a persone modeste come voi e me, se ci apriamo a dare agli altri.

Come pellegrina è mia missione agire come una messaggera che diffonde verità spirituali. È un compito che accetto con gioia e io non desidero niente in cambio, né lodi né gloria, né lo scintillio dell'oro e dell'argento. Semplicemente, mi rallegro di essere in grado di seguire la voce di una Volontà Superiore.

Ho molto da offrire: mi occupo principalmente di vivere le leggi divine. Trasmetto agli altri l'approccio mistico con Dio, il regno della pace interiore. È gratuito, non ci sono spese.

Vi fu un momento (quando raggiunsi la pace interiore) in cui ero morta, completamente morta a me stessa. Da allora ho rinunciato alla mia identità precedente. Non vedo alcuna ragione per soffermarmi sul mio passato, è morto e non può resuscitare. Non fate domande su di me, chiedete del mio messaggio. Non è importante ricordare il messaggero, ricordate solo il messaggio.

Chi sono io? Non importa che lo sappiate, ha poca importanza. Questo abito d'argilla è quello di una pellegrina senza un centesimo in viaggio in nome della pace. È quello che non vedete ad essere tanto importante. Sono colei che è mossa dalla potenza della fede; io sono immersa nella luce della saggezza eterna; sono sorretta dall'energia infinita dell'universo; ecco chi sono io veramente!

Provo sempre timore e meraviglia di fronte a ciò che Dio può compiere usandomi come suo strumento. Penso che chi si arrende completamente a Dio può essere usato gloriosamente e può conoscere davvero certe cose. E probabilmente verrà definito un moralista. Potete essere considerati dei moralisti, se siete abbastanza incentrati su di voi da pensare di sapere tutto; ma potete anche essere chiamati moralisti dagli immaturi, se siete abbastanza incentrati su Dio da conoscere davvero alcune cose.

Il mio desiderio è di progredire verso la perfezione, essere il più possibile in armonia con il volere di Dio, vivere in accordo con la luce più alta che possiedo. Non sono ancora perfetta, ovvio, ma cresco di giorno in giorno. Se fossi perfetta, saprei tutto e riuscirei a fare tutto, sarei simile a Dio. Comunque, sono in grado di fare tutto ciò che sono *chiamata* a fare e sono certa di ciò che devo sapere per fare la mia parte nel Piano Divino. E sperimento davvero la felicità di una vita in armonia con la volontà di Dio.

Qualsiasi lode che ricevo non mi cambia, perché io la passo direttamente a Dio. Io cammino perché Dio mi dà la forza di camminare, vivo perché Dio mi dà sostentamento per vivere, parlo perché Dio mi suggerisce le parole da dire. Tutto ciò che ho fatto è rinunciare alla mia volontà in favore della volontà divina. La mia intera vita mi ha preparata a questo impegno. Questa è la mia chiamata. Questa è la mia vocazione. Questo è ciò che devo fare. Non sarei felice se facessi qualcos'altro.

Quando iniziai il pellegrinaggio lasciai la zona di Los Angeles senza un centesimo, avendo fede che Dio avrebbe badato a me per darmi tutto ciò che mi serviva. Sebbene non abbia mai chiesto nulla, Dio mi ha dato tutto il necessario durante il cammino. Senza chiedere nulla, avevo il necessario.

Ho fede che Dio si prenderà cura di me e Dio soddisfa già i miei bisogni. Non mi sento per niente insicura per il fatto di non sapere dove dormirò la notte, dove o quando mangerò la prossima volta. Quando avete la sicurezza spirituale, non sentite più il bisogno di sicurezza materiale. Non conosco nessuno che si senta più sicura di me e, naturalmente, la gente pensa che io sia la più povera fra i poveri. So come stanno le cose: io sono la più ricca fra i ricchi. Ho la salute, la felicità, la pace interiore, cose che non potreste comprare nemmeno se foste miliardari.

Eseguo il mio compito con facilità e con gioia. Sento la bellezza che mi circonda e vedo la bellezza in ogni persona che incontro, poiché scorgo Dio in ogni cosa. Riconosco il mio ruolo all'interno dello Schema della Vita e mi sento in armonia nel viverlo con serenità e gioia. Riconosco l'unità con tutta l'umanità e con Dio. La mia felicità trabocca di amore e di generosità nei confronti di ogni essere, di ogni cosa.

La luce la cerco direttamente nella Sorgente di Luce, non in qualche suo riflesso. Inoltre ricevo molta più luce grazie al fatto che vivo in accordo con la luce più alta che possiedo. *Non potete sbagliarvi sulla luce proveniente dalla Sorgente, perché arriva insieme ad una comprensione totale, tanto che potete spiegarla e discuterne.* Raccomando questo cammino a chi riesce a seguirlo.

Ciò che si riceve dall'esterno può essere paragonato alla conoscenza. Essa conduce alla fede, che di rado è abbastanza forte per spingere all'azione. Ciò che viene confermato all'interno in seguito viene in contatto con l'esterno, ovvero ciò che è direttamente percepito dall'interno (che è il mio modo) può essere paragonato alla saggezza. Essa conduce al sapere e sfocia direttamente nell'azione.

Nei miei rapporti con la gente, io non castigo nessuno né emetto verdetti né programmo un piano d'azione. Il lavoro per cui sono stata designata è di risvegliare la natura divina che è dentro di noi. La mia chiamata è questa: aprire le porte della verità e fare riflettere le persone, scrollarle dal loro stato apatico e letargico e far sì che cerchino da sole la pace interiore che risiede in loro. La mia opera si spinge fin qui. Non posso fare di più. Lascio il resto al Potere Superiore.

La fede è credere in cose che i vostri sensi non hanno sperimentato e che la vostra mente non comprende, ma che avete toccato in altri modi e che avete accettato. Per qualcuno è facile parlare di fede; altra cosa è viverla. Per me, la *fede* rappresenta che le persone possono, attraverso il loro libero arbitrio, aprirsi al contatto con Dio e la *grazia* rappresenta che Dio è sempre vicino alle persone. Per me è importantissimo rimanere in costante contatto con Dio, con il proposito divino.

La gente ha dovuto compensare l'impoverimento spirituale con l'accumulazione di cose materiali. Quando arrivano le benedizioni spirituali, le cose materiali sembrano futili. Ma le benedizioni spirituali non arrivano finché le desideriamo e finché non rinunciamo al desiderio per le cose materiali. Fintanto che desideriamo i beni materiali, questo è tutto ciò che riceviamo, rimanendo spiritualmente poveri.

Coloro che hanno superato la volontà personale e sono diventati strumenti per l'opera di Dio possono realizzare compiti che sembrano impossibili, ma non sperimentano sentimenti di realizzazione personale. Io adesso so di essere una parte infinita del cosmo, non sono separata da altre anime o da Dio. Il mio sé illusorio è morto; il sé reale controlla il mio abito d'argilla e lo usa per l'opera di Dio.

Quando iniziai, i miei capelli avevano iniziato ad ingrigire. I miei amici pensavano che fossi matta. Non mi dicevano alcuna parola di incoraggiamento. Pensavano che di sicuro mi sarei ammazzata, con tutto quell'andare in giro. Ma io non ci facevo caso. Io tirai dritto per la mia strada, per fare ciò che dovevo. Non sapevano che con la pace interiore mi sentivo collegata alla fonte dell'energia universale, che non si esaurisce mai. Mi facevano pressione per mettere a repentaglio le mie convinzioni, ma non mi avrebbero dissuaso. Con amorevolezza comunicai ai miei amici, che avevano buone intenzioni, dell'esistenza di due sentieri di vita ampiamente divergenti e del libero arbitrio insito in ciascuno di noi di fare la propria scelta.

C'è una strada molto battuta che è piacevole per i sensi e gratifica i desideri mondani, ma non porta da nessuna parte. E c'è un sentiero meno frequentato, che richiede purificazioni e rinunce, ma rivela benedizioni spirituali indescrivibili.

Vi è una scintilla di bontà in ognuno di noi, non importa quanto sia sepolta in profondità. È *il vero sé*. Quando dico «io» a cosa penso realmente? Penso all'abito d'argilla, al corpo? No, non è il vero io. Penso alla natura incentrata sul sé? No, non è il vero io. Il vero io è la scintilla divina. Alcuni la chiamano natura incentrata su Dio, altri natura divina, il Regno di Dio interiore. Gli Indù la definiscono Nirvana, i Buddisti parlano di Anima Risvegliata, i Quaccheri la chiamano Luce Interiore. In altri luoghi è nota come il Cristo in voi, la Coscienza di Cristo, la speranza di gloria, lo spirito che risiede dentro di voi. Perfino alcuni psicologi le hanno dato un nome: inconscio collettivo. Ma è sempre la stessa cosa mascherata da parole diverse. La cosa importante da ricordare è che risiede dentro di voi!

Non importa quale nome le assegnate, la vostra coscienza deve elevarsi al punto in cui potete vedere l'universo con la vostra natura incentrata su Dio. La sensazione che accompagna questa esperienza è di completa unità con il Tutto Universale. L'essere si fonde in un'euforia di assoluta unità con tutto il creato: con l'umanità, con tutte le creature della terra, gli alberi e le piante, l'aria, l'acqua e perfino la terra stessa. Questa natura incentrata su Dio attende costantemente di governare la vostra vita gloriosamente. Avete il libero arbitrio di lasciarle dirigere la vostra vita oppure di non lasciarvi influenzare. La scelta è sempre vostra!

Da tutte le cose che leggete e da tutte le persone che incontrate, prendete il buono e lasciate perdere il resto. Per la guida e per la verità è molto meglio cercare la Fonte attraverso il vostro stesso maestro interiore che guardare gli altri o i libri. Solo se qualcosa dentro di voi vi dice: «*Questa è la verità. Questa va bene per me*», la verità diventa parte della vostra esperienza. Dopo aver letto tutti i libri e udito tutte le lezioni, dovete sempre giudicare quel che va bene per voi. I libri e la gente possono solo ispirarvi. A meno di risvegliare qualcosa in voi, non realizzano nulla di rilevante. Ma se dovete leggere dei libri, leggetene molti, così entrerete in contatto con il maggior numero possibile di opinioni contraddittorie. In questo modo sarete costretti alla fine a farvi un'opinione personale.

Pensate a tutte le cose buone della vita. Non pensate mai alle difficoltà. Dimenticate voi stessi, concentratevi ad aiutare il più possibile in questo mondo e, nel momento in cui perderete il vostro sé inferiore per una causa più grande di voi, troverete il vostro sé superiore, il vostro sé reale.

Ciò di cui parlo non è un'impresa facile, ma vi posso assicurare che la fine del vostro viaggio spirituale sarà valso il prezzo pagato. Vi sono molti alti e bassi. La lotta è come un'arrampicata, dove ogni cima è un po' più alta di quella precedente.

Alcuni hanno chiesto se accetto «discepoli». Ovviamente no. Non è salutare seguire un altro essere umano. Ogni persona deve trovare la propria maturità. Il processo richiede tempo, il periodo di crescita è diverso per ogni individuo.

Perché guardate me? Guardate voi stessi. Perché ascoltate me? Ascoltate il vostro sé. Perché credete a quello che dico? Non credete in me o in qualsiasi altro maestro, abbiate fiducia piuttosto nella vostra voce interiore. *Questa* è la vostra guida, questo è il vostro maestro. Il maestro è dentro, non

fuori di voi. Conoscete voi stessi, non me!

Camminate con me, ma non seguitemi ciecamente. Tenetevi stretti alla verità, non ai miei abiti. Il mio corpo è una mera struttura d'argilla; oggi è qui, domani sarà scomparso. Se oggi vi affezionate a me, cosa farete domani quando non sarò con voi? Affezionatevi a Dio, affezionatevi all'umanità, solo allora sarete più vicini a me.

Il sentiero di chi cerca è pieno di trappole e di tentazioni e chi cerca deve camminare da solo con Dio. Raccomando di tenere i piedi per terra e i pensieri elevati in modo da attrarre solo il buono. Concentratevi sul dare così da aprirvi per ricevere; concentratevi a vivere secondo la luce che possedete così potete aprirvi ad una luce maggiore; cercate di ottenere più luce possibile attraverso la via interiore. Se un tale ricevere vi sembra difficile, cercate l'ispirazione in un bel fiore o in un bel paesaggio, in una bella musica o in belle parole. Comunque, ciò che viene contattato dall'esterno deve essere confermato all'interno prima di farlo vostro.

Ricordate che chi commette un gesto indegno è in realtà malato di mente e dovrebbe essere considerato con la stessa compassione di uno malato fisicamente. Ricordate che nessuno può farvi del male, eccetto voi stessi. Se qualcuno vi fa una cosa meschina, quella persona fa del male a se stessa. Non siete feriti realmente a meno che siate voi ad affliggervi o ad arrabbiarvi o magari a commettere a vostra volta una cosa meschina.

Mi considero una serva che lavora sulla *causa* delle difficoltà: *la nostra immaturità*. E tuttavia solo una piccola minoranza lavora volentieri con la causa. Per ogni persona che lavora sulla causa ve ne sono migliaia che lavorano sui sintomi. Io benedico coloro che lavorano sull'altro fronte, per rimuovere i sintomi, ma io continuo a lavorare principalmente sul livello interiore per rimuovere la causa.

È per il fatto che la maggior parte della gente non ha trovato il suo scopo e il suo ruolo che sperimenta una dolorosa disarmonia interiore e così il corpo dell'umanità si dirige verso il caos. La maggior parte di noi pecca più per azioni omesse che commesse: *«Mentre il mondo soccombe noi andiamo per la nostra strada: senza scopo, senza passione, giorno dopo giorno»*.

Nel mio lavoro ho scelto l'approccio positivo. Non penso mai a me stessa come a una persona che protesta contro qualcosa, ma piuttosto come a una persona che *testimonia* la vita armoniosa. Coloro che testimoniano *a favore*, presentano delle soluzioni. Coloro che testimoniano *contro* di solito non lo fanno, si soffermano su ciò che è sbagliato, facendo ricorso al giudizio e alla critica e a volte anche all'insulto. Naturalmente, l'approccio negativo ha un effetto dannoso sulla persona che ne fa uso, mentre l'approccio positivo sortisce un buon effetto. Quando il male viene attaccato, il male si mobilita, anche se prima poteva sembrare debole e disorganizzato, perciò l'attacco gli conferisce legittimità e forza. Quando non vi è attacco, ma vengono invece trasmessi buoni influssi ad una situazione, non solo il male tende ad affievolirsi, ma chi lo compie viene trasformato. L'approccio positivo ispira, quello negativo irrita. Quando fate arrabbiare le persone, esse reagiscono seguendo i

loro istinti primordiali, spesso in modo violento e irrazionale. Quando ispirate le persone, esse reagiscono seguendo i loro istinti più elevati, in modo sensibile e razionale. Inoltre, la rabbia è transitoria, mentre l'ispirazione a volte fa effetto per tutta la vita.

Vi è un criterio con cui giudicare se i vostri pensieri e le cose che fate sono giusti per voi. Il criterio è: *vi hanno trasmesso la pace interiore?* Se non lo hanno fatto, non vanno bene, perciò continuate a cercare! Se ciò che avete fatto vi ha trasmesso la pace interiore, continuate a seguire le vostre buone convinzioni.

Quando trovate la pace all'interno di voi stessi, diventate una persona in grado di vivere in pace con gli altri. La pace interiore non si trova rimanendo alla superficie della vita o tentando di sfuggire in qualsiasi modo alla vita. La pace interiore si trova affrontando la vita con fermezza, risolvendo i problemi, scavando il più possibile sotto la superficie per scoprire la verità e la realtà. La pace interiore proviene dalla stretta adesione alle note leggi sulla condotta umana, come la legge che i mezzi danno forma ad un fine: solo un buon mezzo può produrre un buon risultato. La pace interiore proviene dalla rinuncia alla volontà personale, agli attaccamenti, ai pensieri e ai sentimenti negativi. La pace interiore proviene dal lavorare per il bene di tutti. Siamo celle nel corpo dell'umanità, tutte quante, in tutto il mondo. Ognuna ha un contributo da dare e saprà dentro di sé qual è il suo, ma nessuno può trovare la pace interiore se non con il lavoro, non incentrato su di sé, ma rivolto all'intera famiglia umana.

Pensieri su cui meditare

Nessuno si accorge della luce se non avanza nel cammino. Non la potete ottenere da altri, né cederla ad altri. Superate semplicemente le tappe che vi sembrano più facili, poi, dopo averne affrontate alcune con successo, vi sarà più agevole superarne delle altre.

Quando conoscete il vostro ruolo nello schema delle cose, nel Piano Divino, non vi è mai un sentimento di impotenza. Le risorse vi sono date in ogni situazione, per affrontare qualsiasi ostacolo. Non vi è tensione. La sicurezza è sempre presente.

Quando siete in comunicazione costante con Dio, che è un ricettacolo costante all'interno di voi, non vi sono mai dubbi. Conoscete il vostro cammino. Diventate uno strumento attraverso il quale un lavoro viene portato a termine. Di conseguenza, non provate un sentimento di realizzazione personale.

La via spirituale è la vera via. Tutto il resto è illusione e delusione. Solo coloro che sono attaccati unicamente a Dio sono veramente liberi. Solo coloro che vivono secondo la luce più elevata vivono in armonia. Tutti quelli che agiscono seguendo le loro motivazioni più alte diventano una potenza per il bene. Non è importante che si facciano sentire con chiarezza degli effetti sugli altri. I risultati non dovrebbero mai essere cercati o desiderati. Sappiate che, ogni cosa buona che fate, ogni buona parola che dite, ogni pensiero positivo che avete, ha un buon effetto.

Poche persone trovano la pace interiore, ma non dipende dal fatto che ci provano e falliscono, bensì dal fatto che non ci provano affatto.

Niente avviene per caso nel nostro universo. Tutto si svolge secondo delle leggi più elevate. Tutto è regolato dall'ordine divino.

Giudicare gli altri non vi porterà a niente e vi ferirà spiritualmente. È solamente quando riuscirete ad ispirare gli altri a giudicarsi da soli che avrete compiuto qualcosa di valido.

Io percepisco tutta la vita incentrata sul sé come qualcosa che non vale la pena di vivere. Se ciò che

fate non porta benefici a nessun altro se non a voi, non vale la pena che lo facciate.

La via di Dio è uno dei pochi precetti che anche un bambino riesce a capire. La Verità è semplice ma non è altrettanto semplice viverla. Di conseguenza, le persone immature hanno la tendenza a nascondersi dietro ad interpretazioni complicate per evitare di vivere la verità semplice.

L'umanità non ha fatto che utilizzare una piccola parte del suo vero potenziale. Chiunque può collegarsi alla Corrente Divina scoprendo la verità che Gesù e altri profeti hanno insegnato: *il Regno di Dio è all'interno di noi.*

Se volete insegnare alle persone, giovani o vecchie, dovete cominciare da dove si trovano loro, dal loro livello di comprensione, utilizzando delle parole che capiscono. Quando vi siete guadagnati la loro attenzione, potete condurli fin dove sono in grado di arrivare. Se intuite che sono al di là del vostro livello di comprensione, lasciate che siano loro ad insegnare a voi. Poiché ciascuno di noi supera le tappe della crescita spirituale in un ordine molto diseguale, la maggior parte di noi può aiutarsi a vicenda insegnando agli altri.

La vita è una mescolanza di successi e di fallimenti. Possiate allora essere incoraggiati dal successo e fortificati dai fallimenti. Fintanto che non perderete la fede in Dio, sarete vittoriosi in tutte le situazioni che affronterete.

Quando percepite le cose da un punto di vista emozionale, non le vedete con chiarezza. Quando le percepite da un punto di vista spirituale, capite.

Vivete il momento presente. Fate le cose che hanno bisogno di essere fatte. Fate tutto il bene che potete ogni giorno. E il futuro si manifesterà a voi.

Vi sono molte lezioni da imparare ed elementi di importanza diversa da bilanciare. Le leggi dell'universo non possono essere alterate per far piacere all'individuo. L'umanità deve imparare ad accettare tutto ciò che la vita offre a titolo di esperienza di apprendimento. È per questo che le persone spiritualmente immature non possono essere nutrite con un cucchiaino d'argento da un altro. Chi è alla ricerca della spiritualità deve camminare da solo con Dio.

Se tutta la vostra vita diventa preghiera, la preghiera viene intensificata al di là di ogni misura.

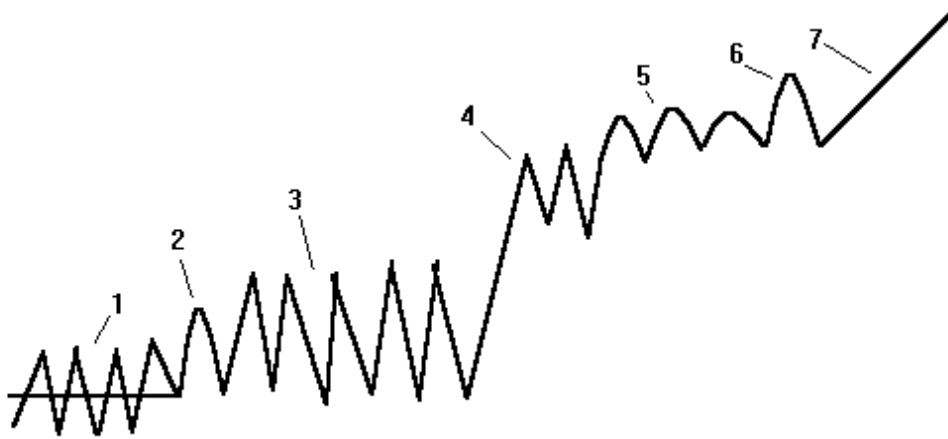
Sebbene gli altri vi possano compatire, non compatite *mai* voi stessi, perché ciò ha un effetto devastatore sul vostro benessere spirituale. Riconoscete in tutti i problemi, per quanto difficili, delle opportunità di avanzamento spirituale e approfittate al massimo di queste opportunità.

In effetti, per raggiungere la pace interiore, dovete donare la vostra vita, non soltanto i vostri beni. Quando donerete finalmente la vostra vita, allineando la vostra maniera di vivere al vostro credo, allora e soltanto allora voi raggiungerete la pace interiore.

Appendice I: Breve sommario della vita di Pellegrina di Pace

- * 1908: nasce negli Stati Uniti occidentali.
- * 1938: inizia la preparazione. «Vivere per dare invece che per avere».
- * 1953: 1° gennaio: sceglie il nome di Pellegrina di Pace. Inizia il suo primo pellegrinaggio attraverso il paese partendo da Pasadena, in California.
17 dicembre: completa il primo pellegrinaggio presso la Sede delle Nazioni Unite, a New York.
- * 1954: digiuna per quarantacinque giorni.
- * 1955: inizia il secondo pellegrinaggio partendo da San Francisco, in California. Cammina almeno 100 miglia per ogni stato, visitando ciascuna delle sue capitali. Va a piedi anche in Messico e in Canada.
- * 1957: cammina per 1.000 miglia in Canada: 100 miglia in ognuna delle province canadesi.
- * 1964: completa le 25.000 miglia a piedi per la pace a Washington, D.C. Smette di contare le miglia, ma continua il pellegrinaggio a piedi attraverso il paese.
- * 1966: inizia il quarto pellegrinaggio.
- * 1969: inizia il quinto pellegrinaggio.
- * 1973: inizia il sesto pellegrinaggio.
- * 1976: visita l'Alaska e le Hawaii per la prima volta.
- * 1978: inizia il settimo pellegrinaggio.
- * 1979: giugno: la gita istruttiva ed ispirante in Alaska.
- * 1980: agosto: la gita istruttiva ed ispirante nelle Hawaii.
- * 1981: 7 luglio: passa ad «una vita più libera» vicino a Knox, nell'Indiana, durante il suo settimo cammino attraverso il paese.

Appendice II: Il grafico della crescita spirituale di Pellegrina di Pace



- * 1. Gli alti e bassi emotivi all'interno della natura incentrata sul sé.
- * 2. La prima curva di non ritorno: volontà completa, senza riserve, di dedicare la vita per servire una volontà superiore.
- * 3. Battaglia fra la natura incentrata su Dio e la natura incentrata sul sé.
- * 4. Il primo picco dell'esperienza: una scintilla di pace interiore.
- * 5. Plateau sempre più lunghi di pace interiore.
- * 6. Pace interiore totale.
- * 7. Continuazione della crescita su un sentiero tutto in salita.

Appendice III: Domande e risposte dalla corrispondenza

Pellegrina di Pace considerava parte del suo compito rispondere alle migliaia di persone che le scrissero negli anni. Ritirava la corrispondenza negli uffici postali di tutto il paese, dopo che le veniva inoltrata dalla sua amica, da Cologne, N.J. In modo conciso ma ponderato, rispondeva alle domande, commentava gli avvenimenti e raccontava dei suoi viaggi recenti e di quelli in programma. Le sue lettere iniziavano quasi sempre così: «Saluti dal South Dakota! (o Iowa o New Orleans...))».

D: *Come posso sentirmi vicino a Dio?*

R: Dio è amore e ogni volta che vai incontro agli altri con amorevole benevolenza stai esprimendo Dio. Dio è verità e ogni volta che cerchi la verità stai cercando Dio. Dio è bellezza e ogni volta che tocchi la bellezza di un fiore o di un tramonto stai toccando Dio. Dio è l'intelligenza che tutto crea, tutto sostiene, tutto integra e tutto vivifica. Sì, Dio è l'essenza di noi tutti, perciò tu sei in Dio e Dio è in te, non puoi essere dove Dio non è. Tutto è permeato da Dio, è la sua legge, una legge fisica e spirituale. Disobbediscile e ti sentirai infelice: ti sentirai separato da Dio. Obbediscile e proverai armonia: ti sentirai più vicino a Dio. Mentre vivi in armonia con la legge divina ti sentirai più vicino e svilupperai più amore verso Dio.

D: *Qual è la verità profonda delle relazioni umane armoniose?*

R: Amare le persone, vedere il buono che c'è in loro, sapendo che ognuno di noi è importante e ha un compito preciso da svolgere all'interno del piano divino.

D: *La crescita spirituale avviene in fretta o richiede del tempo?*

R: La crescita spirituale è un processo, uguale a quello della crescita fisica o mentale. Dei bambini di cinque anni non si aspettano di diventare alti come i loro genitori il compleanno successivo; la matricola universitaria non si aspetta di laurearsi alla fine dell'anno; il vero studente non dovrebbe aspettarsi di raggiungere la pace interiore da un momento all'altro. Io ho impiegato quindici anni. La crescita spirituale è un processo molto interessante e piacevole. Non si dovrebbe desiderare né di affrettarla né di rallentarla. Limitati a farne l'esperienza, fai i passi verso la pace interiore e lascia che si riveli a te.

D: *Come si trova la pace interiore?*

R: Per trovare la pace interiore o la felicità, bisogna attraversare la fase della crescita spirituale, abbandonare la vita incentrata sul sé ed abbracciare la vita incentrata su Dio, la vita in cui vedi te stesso come una parte del tutto, e lavorare per il bene di tutti.

D: *Ha detto che il perfetto amore è la chiave della felicità. Buddha sembrava dire che bisognava controllare la mente: «Per godere di buona salute, per portare vera felicità in famiglia, per portare la pace a tutti, bisogna prima disciplinare e controllare la propria mente. Se un uomo riesce a controllare la sua mente può trovare la via verso l'illuminazione e ogni saggezza, ogni virtù verranno a lui con naturalezza».*

R: Il perfetto amore è la volontà di dare senza pensare di ricevere niente in cambio. Quando hai raggiunto quello stato spirituale, avrai il completo controllo della mente, così come del corpo e delle

emozioni.

D: *Ha detto di aver sentito una chiamata. Tutti gli esseri umani sentono la chiamata?*

R: Sì, tutti gli esseri umani sentono la chiamata, che viene loro rivelata attraverso il risveglio della loro natura incentrata su Dio.

D: *Siamo qui per servire l'umanità e allo stesso tempo per imparare le nostre lezioni?*

R: Sì, dobbiamo servire in accordo con la nostra vocazione. Dobbiamo anche imparare a vivere in armonia con la legge divina, ma ciò fa parte delle nostre lezioni. Vivendo in modo armonioso e socievole cresciamo spiritualmente.

D: *Qual è la meta e il proposito dell'umanità?*

R: La nostra meta e il nostro proposito è di portare la vita in armonia con la volontà di Dio.

D: *Cos'è Dio?*

R: È quando mettiamo insieme tutto ciò che va oltre la nostra comprensione dell'universo sotto un nome e diamo a quell'insieme di cose il nome di Dio. Dio è la forza creativa, il potere che sostiene, ciò che spinge al cambiamento costante, l'intelligenza superiore che governa l'universo attraverso una legge fisica e spirituale, verità, amore, bontà, gentilezza, bellezza, l'essenza o spirito onnipresente che permea il tutto, che collega ogni cosa e dà vita ad ogni cosa nell'universo.

D: *Perché la gente è infelice?*

R: La gente è infelice perché non è in armonia con la volontà di Dio.

D: *Alla base dei problemi vi è un concetto di sé inadeguato?*

R: I problemi si presentano quando viviamo in disarmonia con il proposito divino; essi ci spingono verso l'armonia.

D: *Secondo lei, qual è il problema principale del mondo?*

R: Il problema principale del mondo è l'im maturità. Scegliamo di vivere una piccola frazione del nostro potenziale reale. Nella nostra immaturità siamo avidi: alcuni prendono più del dovuto, di conseguenza gli altri muoiono di fame. Nella nostra immaturità siamo pavid: costruiamo armamenti per scontrarci, così scoppiano le guerre. Se lavoriamo sui problemi del mondo, di solito lavoriamo a livello del sintomo. Io ho scelto di lavorare principalmente al livello di rimozione della causa.

D: *Lo scopo della conoscenza di sé è conoscere Dio?*

R: Se davvero conosci te stesso saprai di essere un figlio di Dio e diventerai consapevole di Dio.

D: *Cos'è il misticismo?*

R: Chi adotta un approccio mistico riceve delle percezioni direttamente dentro di sé. Questa è la fonte principale da cui ha origine la verità.

D: *Come si ottengono le risposte dal di dentro, dall'anima?*

R: Quando dici «anima» intendi la natura divina, mentre per alcuni potrebbe significare la natura incentrata sul sé e per altri entrambe. La tua natura divina, una goccia di Dio, può essere risvegliata quando tocchi una verità dall'esterno, di modo che essa ti conferma quella verità. Oppure la verità può sgorgare direttamente dall'interno. Trascorri del tempo ispirato, riempi la tua vita di cose ispiratrici per risvegliare la tua natura divina.

D: *Dove ha imparato a meditare?*

R: Non ho imparato a meditare. Ho solo camminato, in silenzio ricettivo, in mezzo alla bellezza della natura e ho messo in pratica le meravigliose visioni che ho avuto.

D: *A chi fa una ricerca spirituale lei consiglia la meditazione o gli esercizi di respirazione?*

R: Se stai meditando per davvero, il tuo corpo sta così comodo che non ne sei consapevole. Le tue emozioni sono serenamente quiete. La tua mente è in pace, in attesa, non è invadente. Ora che sei ricettivo e silenzioso, sei in grado di ricevere il divino attraverso la tua natura divina. È molto importante mettere in pratica le visioni che ricevi.

D: *Cos'è la kundalini?*

R: Il risveglio della kundalini potrebbe aver significato all'inizio il risveglio della natura divina, ma qualcuno che conosco usa il termine per indicare il collegamento alla fonte di energia universale.

D: *Può descrivere l'intuizione?*

R: La vera intuizione è ricevere lo spirito attraverso la natura divina, ma mi sono accorta che a volte anche la captazione sensitiva viene ricondotta all'intuizione.

D: *Ama l'umanità o le persone?*

R: Rivestiamo tutti la stessa importanza agli occhi di Dio e a tutti io vado incontro costantemente nei pensieri, nelle parole, nelle azioni, con amore e con cari auguri, con preghiere e con benedizioni. Questo significa amare l'umanità. Comunque, le persone sono cellule nel corpo dell'umanità e nel fare la mia parte nel piano divino vengo in contatto con alcune di queste cellule. Quando le loro vite toccano la mia, sono sempre disponibile (e talvolta capace) di aiutarli. Quando sono vicino a qualcuno o scrivo a qualcuno, concentro il mio amore e i miei cari auguri su quella particolare cellula che sto toccando e in seguito nelle mie preghiere e nelle mie benedizioni lascio quella cellula nelle mani di Dio. Questo è amare le persone. Alcuni amano l'umanità senza amare le persone; alcuni amano le persone senza amare l'umanità. Io amo entrambe.

D: *Cos'è il bene e cos'è il male?*

R: Ad un livello semplice, il bene è ciò che aiuta le persone; il male è ciò che le danneggia. Ad un livello più elevato, il bene è ciò che è in armonia con il proposito divino; il male è ciò che è in disarmonia con esso.

D: *Spesso mi dico che il bene è più forte del male, che l'amore è più forte dell'odio, che l'amore deve vincere, ma vincerà in questo mondo?*

R: Sì, il bene vincerà in questo mondo. L'oscurità che vediamo nel mondo oggi è dovuta alla disintegrazione di cose non buone. Solo le cose buone durano. Sì, l'amore vincerà in questo mondo. Coloro che sono pieni di odio sono disperatamente infelici e disperatamente (sebbene inconsciamente) alla ricerca di una via migliore. Solo coloro che sono ricolmi d'amore sono sereni e in pace.

D: *Come si possono spezzare le cattive abitudini nel pensare e nell'agire?*

R: Le cattive abitudini di pensiero e d'azione diminuiscono con il progredire della crescita spirituale. Puoi lavorare per sostituire i pensieri negativi con quelli positivi. Se si tratta di un pensiero negativo nei confronti di una persona, soffermati su una cosa buona di quella persona. Se è un pensiero negativo sulla situazione mondiale, soffermati su quanto di meglio potrebbe accadere in quella situazione. Puoi astenerti deliberatamente dal commettere una cattiva azione ed usare quell'energia per una buona azione.

D: *È disposta a perdonare le persone che fanno del male perfino prima del loro pentimento?*

R: Non ho nemmeno bisogno di perdonare le persone, perché non nutro animosità. Se fanno cose cattive provo compassione per loro, perché so che hanno ferito se stesse. Spero che si pentano, perché voglio che si liberino dal male.

D: *Ha delle idee su come migliorare la pratica della medicina?*

R: Stanno cominciando a sorgere dei centri di salute che insistono sulla necessità di rimanere in buona salute attraverso il raggiungimento e il mantenimento dell'armonia con le leggi fisiche e spirituali. Questa è la cura del futuro. Penso che vi sia una tendenza eccessiva a lasciare che la gente si ammali per poi trovare dei mezzi per curarla. Penso che si dovrebbe dare enfasi alla prevenzione per mantenere la gente in salute, perciò io ragiono in termini di ricerca sulla salute. Abbiamo alleviato i sintomi troppo a lungo: occupiamoci di eliminare la causa.

D: *La meta della natura spirituale è di liberarsi dal corpo o natura fisica per poter vedere la verità con chiarezza?*

R: La natura spirituale vede di fatto la verità con chiarezza. Se le lasci guidare la tua vita, vedrai la verità con chiarezza. Si potrebbe dire che la natura spirituale sta cercando di liberarti dalla natura incentrata su te stesso, così diventi un'entità che vive in armonia con il proposito divino.

D: *Se possiamo basarci sull'affermazione che ognuno ha una natura spirituale, allora perché lo capiscono così in pochi? Sono puniti per dei misfatti in una vita precedente o sono solo privi di illuminazione nella vita attuale?*

R: Perché hanno il libero arbitrio. Puniscono se stessi compiendo scelte sbagliate. Viene offerta loro un'illuminazione costante, che però rifiutano di accettare. Di conseguenza imparano dai problemi che hanno davanti, visto che rifiutano volontariamente di compiere le scelte giuste.

D: *Perché il mondo è tanto confuso?*

R: Le persone disobbediscono alla legge divina, così arrivano dei problemi per spingerle verso l'armonia. Se sapessi quant'è breve la vita terrena paragonata al tutto, saresti meno turbato dalle difficoltà del mondo di quanto tu sia infastidito ora dalle difficoltà di un giorno della tua vita.

D: *Quando arriva l'illuminazione?*

R: Il momento in cui tu elevi la coscienza abbastanza da guardare le cose con la natura incentrata su Dio è spesso chiamata esperienza di illuminazione.

D: *Dio parla attraverso di lei?*

R: In un certo senso, Dio parla attraverso coloro la cui vita è governata da Lui.

D: *Ha avuto un'esperienza di rivelazione divina? Se sì, perché è stata scelta come la persona a cui Dio rivelerebbe il suo sapere spirituale?*

R: Ebbi una motivazione (o chiamata) molto forte per iniziare il pellegrinaggio e iniziai andando contro i consigli di tutti i miei amici. Io scelsi per me stessa di essere il ricettacolo della verità spirituale quando rinunciai alla mia volontà per fare della volontà di Dio. Puoi farlo anche tu. Abbiamo tutti lo stesso potenziale. Dio si rivela a tutti coloro che lo cercano, Dio parla a tutti coloro che lo ascoltano. Quando rinunci alla tua volontà per fare quella di Dio entri in una vita molto impegnata, una vita bellissima.

D: *La natura incentrata sul sé è un'illusione?*

R: La natura incentrata sul sé è transitoria, così come lo è il corpo, ma sta a noi stabilire al più presto quando smetterà di guidare la nostra vita.

D: *Esiste una legge di responsabilità propria?*

R: Tu sei responsabile delle tue azioni, reazioni o inazioni (se è richiesta l'azione). Tu devi il diritto di vivere non solo all'umanità, ma anche a te stesso.

D: *A cosa assomiglia la sua Utopia? Ci potrà mai essere un'Utopia in questa vita terrena?*

R: L'Utopia esterna esisterebbe se imparassimo a dividere con gli altri e a non ucciderci. L'Utopia interna esisterebbe se trovassimo la pace interiore. Molti di noi dovranno trovare ancora un bel po' di pace interiore prima dell'avvento di Utopia. L'esterno è prevedibile, l'interno impiegherà molto più tempo.

D: *Esiste un Dio che veglierà sempre su di me?*

R: Pensa a Dio come ad un oceano divino e a te come ad una goccia dotata di libero arbitrio. Puoi scegliere di rimanere separato dall'oceano, ma non sarai felice. Puoi scegliere di essere parte dell'oceano, in questo caso rinuncerai al libero arbitrio, ma sarai gioiosamente felice nell'agire in armonia con la volontà di Dio. Ora percepirai te stesso come una parte di Dio e ti sentirai molto unito a Dio.

D: *Cos'è la vita spirituale?*

R: Quella che non può essere percepita dai cinque sensi. Le cose spirituali dureranno, quelle fisiche no.

D: *Cos'è la verità?*

R: La verità è ciò che è in armonia con la legge divina. La verità è Dio e Dio è verità. La mia preghiera personale è di fare di me lo strumento attraverso cui solo la verità può parlare.

D: *Dove devo guardare per trovare la verità spirituale?*

R: In ultima analisi, trovi la verità spirituale nella tua stessa natura superiore. La tua natura superiore è una goccia nell'oceano divino ed ha accesso a quell'oceano. A volte la tua natura superiore è risvegliata dall'ispirazione di bei paesaggi o di bella musica, portandoti visioni di verità. A volte puoi vedere la verità per iscritto o udirla in certe parole, e la tua natura superiore la confermerà. O la percepisci direttamente all'interno attraverso il risveglio della natura superiore, che è il mio modo. Tutti gli scritti ispirati provengono da una fonte interiore e anche tu puoi ricevere da quella fonte. «Fermatevi e sappiate [che io sono Dio]».

D: *È sempre necessario il dolore per la crescita spirituale?*

R: Ci sarà dolore nella tua crescita spirituale finché non farai la volontà di Dio e a quel punto non avrai più bisogno di pressioni. Quando non sei in armonia con la volontà di Dio, i problemi arriveranno. Il loro scopo è spingerti verso l'armonia. Se tu facessi volentieri la volontà di Dio, potresti evitare i problemi.

D: *Raggiungerò mai uno stato di pace senza più la necessità di cambiare?*

R: Quando trovi la pace interiore non sentirai più il bisogno di cambiare, sarai contento di essere, il che include seguire la tua guida divina. Comunque, tu continui a crescere, ma in maniera armoniosa.

D: *Sono molto solo. Cosa posso fare?*

R: Non sei mai davvero solo. Dio è sempre con te. Rivolgiti a Dio come al miglior amico possibile. Rivolgiti ai libri e alla musica per l'ispirazione. Usa il telefono per dare conforto ad una persona confinata in casa o vai a trovare una persona che è sola. Nel dare riceviamo e la nostra solitudine

svanisce.

D: *Come fa a mantenersi così sana e felice?*

R: Mi mantengo così sana e felice rimanendo in contatto con Dio. Ciò significa che obbedisco alle leggi spirituali di Dio: vivo per servire, non penso pensieri negativi, ecc. Questo significa che obbedisco alle leggi fisiche di Dio: non faccio le cose che so essere nocive per la salute, mentre faccio quelle che fanno bene. La mia ricompensa è stata la buona salute e un felice stato mentale.

D: *Come fa una comune casalinga e madre a trovare ciò che lei sembra possedere?*

R: Una persona che è parte di un progetto familiare, come la maggior parte della gente, trova la pace interiore allo stesso modo in cui l'ho trovata io. Obbedisci alle leggi divine, che sono le stesse per tutti noi, non solo le leggi fisiche, ma anche quelle spirituali che governano la condotta umana. Dovresti iniziare vivendo tutte le buone cose in cui credi, come ho fatto io. Trova il tuo posto speciale nel piano divino e occupalo, ogni essere umano ha un posto unico. Prova a cercarlo nel silenzio ricettivo, come ho fatto io. Essere parte di un progetto familiare non è un blocco alla crescita spirituale e per certi versi è un vantaggio. Cresciamo attraverso la risoluzione dei problemi e far parte di un progetto familiare fornisce un'abbondanza di problemi in cui crescere. Quando le persone entrano a far parte del progetto familiare spesso ciò costituisce per loro la prima opportunità di passare dall'interesse per se stessi all'interesse per la famiglia. Il puro amore è la disponibilità a dare senza pensare di ricevere nulla in cambio e il progetto familiare fornisce la prima esperienza di puro amore: l'amore di una madre e di un padre per il loro bambino.

D: *Perché è vegetariana e come può essere certa di essere coerente?*

R: Riguardo al mio vegetarianismo, faccio il meglio che posso. Non ho mai evitato di fare una cosa che credevo giusta per il fatto che non riuscivo a farla perfettamente. Non credo sia giusto chiedere a qualcun altro di fare il «lavoro sporco» al mio posto. Non potrei uccidere una creatura e non chiederei a qualcun altro di ucciderla per me, ecco perché non mangio la carne delle creature.

D: *Mio marito deve farsi operare, ma continua a rimandare. Cosa posso fare?*

R: Se tuo marito deve farsi operare, è importante che vi si sottoponga con meno timore possibile. Una signora che conoscevo affrontò un problema simile. Ne parlò con il marito e riuscì a convincerlo che Dio ci chiede di fare tutto ciò che possiamo per noi stessi. Perciò adottarono abitudini alimentari e di vita che pensavano fossero le migliori per loro. Programmarono di andare in un posto grazioso e calmo per il periodo di convalescenza e di fare in seguito un bellissimo viaggio. Lui divenne impaziente di superare l'operazione e di stare abbastanza bene per godersi le cose che avevano programmato. Venne fuori che si trattava di un male minore invece che di una malattia grave, il periodo di convalescenza sembrò quasi una vacanza e il viaggio sembrò quasi una seconda luna di miele.

D: *Io, insieme a tutti gli altri non fumatori, le sono grata per aver chiesto alle persone di non fumare durante la sua riunione, ma mi chiedevo se lei è amorevole nei confronti dei fumatori.*

R: Il compito di un pellegrino di scuotere le persone dall'apatia e di farle riflettere a volte può sembrare in contraddizione con un atteggiamento amorevole nei loro confronti. Comunque, se io vedessi un bambino piccolo che sta per toccare una stufa che scotta, certamente impedirei al bimbo di farlo se potessi, e questa sarebbe una cosa amorevole da fare, perché al bambino potrebbe non piacere, potrebbe addirittura gridare. Una donna mi ha scritto di recente per raccontarmi che quando io mi rifiutai di sederle accanto perché fumava rimase sveglia per ore a pensarci e smise di fumare il giorno dopo.

D: *Mio marito è un fumatore di sigarette e io non posso sopportare il fumo. Mi può dire cosa fare?*

R: Evidentemente sei allergica al fumo di tabacco, perciò non dovresti mai stare in una stanza in cui si fuma. Un po' di fumo, come il fumo di legna, non è velenoso. Ma il fumo di tabacco è velenoso e certamente non fa bene a nessuno. Di certo sarebbe bello per lui e per te se tuo marito smettesse di fumare, ma se non vuole farlo, non dovrebbe mai fumare nella stanza in cui ti trovi. Potrebbe fumare fuori o in una zona della casa riservata a lui o in un posto lontano da casa? Non serve litigare per questo. È meglio usare l'energia per trovare una soluzione.

D: *Come trasformare il desiderio di fumare o di bere invece di sopprimerlo?*

R: Quando si tratta di cose come il fumare e il bere io smetterei e basta, come ho smesso l'abitudine alla caffeina tanto tempo fa facendo una rinuncia rapida. Comunque, c'è chi preferisce sostituire. Ho appena incontrato una signora che sta sostituendo il caffè con un infuso di foglie di menta. Conosco un'altra signora che ha sostituito i cocktail con del succo di frutta e dice che i suoi amici non lo sanno ancora. Un uomo che conosco ha messo un pacchetto di uvetta e noci nella tasca in cui una volta teneva le sigarette. Si può fare.

D: *Dovremmo aprirci al contatto verso l'esterno o verso l'alto?*

R: Dovremmo sempre aprirci verso l'alto per la luce e intanto aprirci con amore verso l'esterno nei confronti di chi ha bisogno di aiuto. Sì, mentre si procede nel sentiero spirituale, si guarda verso l'alto in cerca di una guida e ci si apre agli altri donando. Perciò, i nostri compagni sono non solo quelli più evoluti, da cui impariamo, ma anche quelli meno evoluti, che vengono per essere aiutati.

D: *Perché Dio esiste?*

R: Dio è la forza vitale senza la quale l'universo non esisterebbe. Dio si esprime in tutto l'universo fisico e spirituale.

D: *Come deve essere la nostra relazione con Dio?*

R: Puoi stabilire una relazione con Dio portando la tua vita in armonia con le leggi divine, che sono le stesse per tutti noi. E trovando e accettando la tua parte nel piano divino, che è unica per ognuno di noi.

D: *Chi è Gesù?*

R: Gesù era un grande maestro spirituale che camminava sulla terra. La sua vita era governata dal Cristo in lui. Ci insegnò che anche la nostra vita poteva esserlo.

D: *Cosa dice alle persone che le chiedono se è cristiana?*

R: Non sono e non sono mai stata membro di una qualsivoglia dottrina. Sono una donna profondamente religiosa che ha scelto la via interiore per la vita religiosa, non la via dottrinale o la via dell'educazione precoce. Non dirò mai che questa è l'unica via. È certamente una via eccellente. E la gente è libera di seguirla e svilupparla alla propria maniera.

D: *Crede che Gesù Cristo sia il salvatore dell'umanità o crede che non fosse diverso dagli altri tranne per il fatto che fosse più evoluto spiritualmente?*

R: Gesù era un essere molto evoluto, molto avanti per i suoi tempi. Cristo è la natura divina, che può guidare la tua vita come governò la sua. Il Cristo in noi è il «salvatore dell'umanità». Solo quando governerà la tua vita tu sarai felice.

D: *Crede nella seconda venuta di Gesù Cristo?*

R: Tutti coloro che credono nella continuità della vita (e anche alcuni che non ci credono) credono che Gesù possa ritornare. Io credo che dovremmo permettere al Cristo che è in noi o alla natura divina di governare la nostra vita.

D: *Cosa intendeva Gesù con il suo insegnamento di un regno «non di questo mondo»?*

R: Era il suo insegnamento sul Regno di Dio in noi, la natura incentrata su Dio, la natura divina, il Cristo che risiede in noi.

D: *Qual è la maggiore priorità della vita?*

R: Gesù disse: «Cercate prima il regno di Dio e la sua giustizia, e tutte queste cose vi saranno date in aggiunta». È vero. Tutte le benedizioni vanno al di là di qualsiasi descrizione a parole. Salute, felicità, pace interiore e la consapevolezza della presenza di Dio che ti accompagna sempre. Uno stato di calma e di stabilità completa. La paura è completamente uscita dalla tua vita. Non puoi avere paura perché quando sai che Dio è lì con te, naturalmente tu sei con Dio.

D: *Se è cresciuta spiritualmente, perché non è famosa?*

R: La maggior parte delle persone che hanno raggiunto la pace interiore non sono famose.

D: *Lei è un Avatar, un'incarnazione divina?*

R: Io sono una pellegrina di pace, pace interiore e pace esteriore. Cammino nella preghiera per la pace. Cerco di ispirare anche gli altri a pregare e a lavorare per la pace. Sono lieta di essere una «serva», una che torna ogni volta per aiutare la gente a fare una vita più spirituale.

D: *È immaturo il concetto di Messia? Cristo era il Messia? Lei è un Messia?*

R: Sì, il concetto di Messia è immaturo. La gente immatura cerca un Messia invece di cercare il Cristo che è in noi. Gesù era un grande maestro spirituale. Io sto insegnando come vivere le leggi di Dio. In ogni essere c'è una natura divina chiamata con vari nomi. Dopo un numero sufficiente di vite essa inizia a governare l'essere. Quell'essere si distingue in mezzo alla folla. Ce ne sono stati pochi. L'importante è che questa natura ci guidi.

D: *Perché l'uomo ha inventato i dogmi?*

R: I dogmi non sono stati necessariamente inventati; provengono dall'ignoranza, dalla paura e dall'im maturità. A volte vengono usati contro la gente immatura da chi è privo di scrupoli. La gente crede nei dogmi perché è stata educata a crederci.

D: *Perché la gente crede nelle religioni dogmatiche?*

R: La gente immatura crede nelle religioni immature perché ha paura se non lo fa. Non appena matura abbastanza da sapere che sono immature, tende ad allontanarsene.

D: *Potrebbe descrivere un dogma?*

R: Togli il nocciolo della verità spirituale da ogni dottrina e ciò che rimane è il dogma.

D: *Com'è comunicare con Dio?*

R: La comunicazione con Dio è sapere fino in fondo dentro di te che Dio è in te e intorno a te. Dio «parla» attraverso la quieta vocina interiore.

D: *La scienza e la religione sono inconciliabili?*

R: Si potrebbe dire che la scienza opera in maniera pragmatica mentre la religione usa la guida divina. Se valide, entrambe dovrebbero raggiungere le stesse conclusioni, salvo che la scienza impiega molto più tempo.

D: *Potrebbe descrivere l'evoluzione spirituale?*

R: Avviene un'evoluzione spirituale nella tua vita se vivi in armonia con lo scopo divino,

obbedendo alle leggi divine, che sono le stesse per tutti noi e facendo il tuo compito unico nel piano divino.

D: *Gli atei dicono che non c'è modo di provare che Dio esiste. Può provare che Dio esiste?*

R: Non esiste nessun ateo, perché all'interno di quella persona vi è una natura divina che, quando risvegliata, si sentirà vicina a Dio. C'è chi si definisce ateo. Per alcuni di loro ho definito Dio intellettualmente come forza creativa, potere generante, la motivazione al cambiamento, l'intelligenza superiore, la verità; emotivamente, come amore, bontà, gentilezza, bellezza; spiritualmente, come l'essenza o spirito onnipresente che tutto permea, tutto integra e tutto vivifica nell'universo.

D: *La creazione dell'universo può essere un grandioso accidente?*

R: L'universo è la creazione di un'intelligenza che non può essere nemmeno immaginata e noi abbiamo la meravigliosa opportunità di imparare e di crescere in essa.

D: *Qual è l'essenza dell'universo?*

R: L'essenza dell'universo è un'evoluzione verso il miglioramento o la perfezione.

D: *Quando fu creato l'universo fisico e quando verrà distrutto?*

R: Non conosciamo il momento preciso dell'inizio dell'universo, sebbene cerchiamo di immaginarcelo. Ovviamente non conosciamo nemmeno il momento della fine e speculiamo di meno su questo tema. Tutto quello che possiamo realmente dire è: ebbe inizio quando fu necessario alla creazione, finirà quando non sarà più necessario. È molto necessario in questo momento e una delle lezioni che dobbiamo imparare è di vivere nel presente, invece di cercare di vivere nel passato o nel futuro. Naturalmente, una delle lezioni che dobbiamo imparare è che siamo davvero degli esseri spirituali; di fatto, questa è la nostra lezione più importante in assoluto. Possiamo dire che è il nostro scopo e lo scopo dell'evoluzione. Comunque, il nostro scopo immediato è di portare la nostra vita in armonia con la legge divina e compiere il lavoro per cui siamo venuti sulla terra.

D: *Pensa che esista sia il paradiso che l'inferno?*

R: Il paradiso e l'inferno sono degli «stati» dell'essere umano. Il paradiso è essere in armonia con la volontà di Dio; l'inferno è essere in disarmonia con essa. Puoi stare da un lato o dall'altro nella vita. Non vi è un inferno permanente.

D: *Abbiamo altre esperienze prima e dopo la vita terrena?*

R: Vi è un punto di vista che riconosce l'esperienza della vita terrena come tu riconosci l'esperienza di uno dei giorni della tua vita: con giorni che vengono prima e giorni che vengono dopo. Così come tu sai che quel che hai fatto ieri può influenzare il tuo domani, così il punto di vista di cui parlo riconosce che le esperienze nelle vite precedenti influenzano l'attuale vita terrena e questa a sua volta influenzerà l'esperienza futura. Per chi sostiene questo punto di vista il mondo è ordinato e giusto ed opera in accordo con le leggi. Quando le leggi che reggono l'universo vengono seguite vi è armonia, quando vengono disattese vi è discordia. Ciò non viene percepito da coloro i cui orizzonti non si estendono oltre la vita terrena. Per loro il mondo deve sembrare molto ingiusto e perfino molto disordinato.

D: *Perché la gente teme la morte?*

R: Quasi tutte le paure si rifanno alla paura dell'ignoto. La gente teme la morte perché non si sa ciò che avviene durante la morte. Comunque, io ho sperimentato l'inizio del processo chiamato morte (durante una tempesta di neve, una notte, quando iniziai a congelarmi) e non lo temo. Fu bella l'esperienza dell'inizio del cambiamento chiamato morte che ebbi quella notte. Attendo con

trepidazione il cambiamento chiamato morte come l'ultima avventura di questa vita e mi rallegro con le persone a me care quando fanno la gloriosa transizione verso una vita più libera. La paura si sconfigge imparando a conoscere la cosa che spaventa.

D: *Se si teme la morte, significa allora che ci si è fatti un'idea di se stessi inadeguata?*

R: Il timore della morte tende a dimostrare che ci si identifica con il corpo invece che con lo spirito, e questo è un concetto di se stessi inadeguato.

D: *Pensa che l'anima possa lasciare il corpo prima di un tempo predeterminato?*

R: È assodato che questo universo opera in accordo con leggi esatte. È assodato che alcuni si incarnano in questa vita terrena per rimanervi per un tempo molto breve. Altri vengono sulla terra, ma solo per rimanervi finché vengono portate a termine certe esperienze. Altri ancora si incarnano per rimanere qui finché dura il corpo. Puoi trovarti sulla terra per imparare delle lezioni, per pagare dei debiti, per servire o per una combinazione di questi motivi. Nel mezzo di tutto questo, tu hai il libero arbitrio. Se ti prendi cura bene del tuo corpo resterai sulla terra più a lungo che se ne abusi. Anche i pensieri e le emozioni giocano un ruolo. Insomma, come vedi, le cose in realtà sono predeterminate solo a certe condizioni: rimarrai sulla terra a lungo se...

D: *Se la natura spirituale è immortale, cosa fa dopo la morte del corpo? È sempre buona la natura spirituale in ogni corpo?*

R: Se la natura incentrata sul sé è stata completamente dominata, la natura spirituale (il vero io) andrà nel regno spirituale invece che in quello psichico. Non avrà più bisogno di vivere altre vite terrene e imparerà altre lezioni. La natura spirituale è sempre buona e sempre in coerenza con la volontà di Dio. È la natura incentrata sul sé ad essere a volte passiva, a volte buona, a volte in disarmonia.

D: *Cos'è il karma?*

R: Il karma è la legge di causa ed effetto («ciascuno raccoglierà quel che avrà seminato») che si estende su una lunga serie di vite. Coloro che si ammalano d'ulcera come risultato per aver odiato qualcuno provano a se stessi (se hanno occhi per vedere) che la legge del karma è attiva.

D: *Alcuni problemi sembrano ereditati o cronici: sono karmici?*

R: Ogni problema che ti capita ha uno scopo nella tua vita. Risolvendo i problemi impari e cresci. Non vieni messo di fronte ad alcun problema che, con il giusto atteggiamento, non puoi risolvere. Se vieni messo di fronte a un problema grande, significa che hai una grande forza interiore per risolverlo. Alcuni problemi che ti porti dietro sono karmici, soggetti alla legge di causa ed effetto. Si potrebbe dire che sei venuto sulla terra per risolverli. È importante che vengano risolti. Quantomeno è una delle ragioni per cui sei venuto sulla terra. Quaggiù alcuni dei problemi sono causati da un'alimentazione sbagliata oppure da pensieri e sentimenti sbagliati. Possono essere causati dal fatto che si mangia del cibo spazzatura o che si hanno dei pensieri spazzatura, come i pensieri di odio. Mentre la tendenza ad incontrare certe difficoltà può essere ereditata, ricorda che sei tu che hai scelto in che condizioni nascere. Auguro a tutti una guarigione completa, non attraverso la soppressione di sintomi con delle medicine, ma attraverso la rimozione della causa. Spero che troverete l'ispirazione per seguire una dieta realmente sana e squisita. Spero che troverete l'ispirazione per ricercare e rimuovere tutti i pensieri e i sentimenti negativi. Spero che troverete l'ispirazione per riempire la vostra vita di cose belle: bellezze naturali, musica rasserenante, parole gentili ed attività significative. State lontani da chi vi trascina giù in basso e favorite le cose che sollevano il vostro animo!

D: *Qual è il modo migliore per «liquidare» il karma negativo?*

R: Il modo migliore per liberarti di tutto il karma negativo è di impegnarti a servire gli altri in ogni modo possibile. Quando hai donato a sufficienza, conoscerai Dio e troverai la pace interiore, perché è donando che riceviamo.

D: *Posso avere dei ricordi della vita precedente?*

R: È molto probabile che tu possa ricordare delle esperienze di vite precedenti dopo aver imparato le lezioni che sei venuto ad imparare qui sulla terra. Prima di ciò, è meglio che tu non le conosca: saresti meno incline a risolvere un problema se tu conoscessi già la risposta. C'è un vecchio inno che fa: «Non chiedo di vedere un paesaggio lontano, un passo mi basta». È una frase molto saggia.

D: *La mia natura divina può controllare la mia collera e la mia furia?*

R: La tua natura divina può controllare il tuo corpo, la tua mente e le tue emozioni. La tua natura incentrata sul sé non ci riesce, sebbene in una certa misura possa dominarli. L'energia sprigionata dalla collera non dovrebbe essere soppressa (ti farebbe male dentro), né espressa (ti farebbe male dentro e causerebbe difficoltà intorno a te): essa dovrebbe venire trasformata usandola per svolgere delle mansioni necessarie o per una forma benefica di esercizio fisico. Se capirai che la persona che commette una meschinità è in qualche misura malata psicologicamente, la collera si trasformerà in compassione.

D: *Come si fa a sviluppare l'autostima?*

R: L'autostima aumenterà quando capirai chi sei. Tu sei un figlio di Dio, capace di agire in quella maniera.

D: *Perché in questo ricco paese così tanta gente si lamenta a causa dei problemi finanziari?*

R: Molta gente che dice di avere problemi finanziari in realtà intende dire che vuole di più di quanto abbia bisogno. Per me fu molto semplice ridurre il mio tenore di vita allo stretto necessario: sentii soltanto che non potevo più accettare di avere più di quanto mi occorresse mentre altra gente nel mondo aveva meno di quanto avesse bisogno. Guardandomi intorno scopro che la maggior parte dei debiti non serve a pagare i bisogni primari della vita, ma le cose di cui la gente non ha bisogno. Perché la gente vuole cose che non le servono? A volte per indulgenza, ma non troverà mai quello che cerca tranne attraverso l'autodisciplina. A volte per sentirsi egoisticamente soddisfatta facendo grande impressione sugli altri, ma non troverà mai quello che cerca finché l'ego non verrà subordinato e non potrà emergere la natura superiore. Sì, alcuni cercano in effetti di compensare la mancanza di sicurezza spirituale con la sicurezza materiale, ma non si può fare. I problemi finanziari accadono per insegnarci che non dovremmo concentrarci sulle cose materiali bensì su quelle spirituali. Sono certa che conoscete il meraviglioso scopo che hanno i problemi nella vita, come essi capitino per insegnarci delle lezioni e come possiamo sempre risolverli con l'aiuto di Dio.

D: *Quale dovrebbe essere il nostro atteggiamento nei confronti delle cose materiali?*

R: Se solo potessimo collocare le cose materiali al giusto livello e le usassimo senza attaccarci ad esse, quanto più liberi saremmo. A quel punto non ci appesantiremmo con cose che non ci servono. Se solo potessimo renderci conto che siamo delle cellule nello stesso corpo dell'umanità, allora penseremmo di avere tutti abbastanza, né troppo per alcuni né troppo poco per altri.

D: *Che cosa ne pensa delle previsioni catastrofiche?*

R: Ricordatevi il potere del pensiero e pensate solo che accadranno cose molto positive. Soffermatevi solo sulle cose buone che volete vedere accadere. Ricordatevi, attraverso il pensiero create la vostra condizione interiore e aiutate a creare le condizioni intorno a voi. Tutti contribuiamo a creare una decisione maggiore. Ricordatevi anche che l'ora più buia è quella appena prima dell'alba.

D: *Cosa posso fare per mio nipote che è nato in un mondo pieno di violenza?*

R: Perché non pensare a tuo nipote come a qualcuno nato in un mondo colmo di Dio? La legge di Dio viene costantemente applicata, poiché tutto ciò che non è in armonia viene messo alla porta. L'oscurità che percepiamo è la disintegrazione delle cose disarmoniche. «Dio non è morto, e non dorme; il male fallirà il bene prevarrà, con la pace sulla terra per gli uomini di buona volontà». Chi può mai dubitare che alla fine Dio non vincerà? Dipenderà soltanto da noi stabilire la rapidità con cui ciò avverrà.

D: *Quali sono le soluzioni ai seguenti problemi?*

La crisi energetica?

R: Bisognerebbe condurre delle ricerche serie su tutte le forme di energia pulita: energia solare, energia eolica, energia idrica, inclusa l'energia delle onde. In alcuni posti è disponibile l'energia termica. Sono stata in un ranch che provvedeva ai propri bisogni di energia con dei pannelli solari e due mulini a vento.

Il terrorismo?

R: I terroristi sono persone estremamente immature e di solito vengono addestrate in maniera immorale, tanto che credono che il male può essere sconfitto con altro male. Hanno bisogno di un programma di recupero per essere riabilitati.

Il crimine organizzato?

R: Il crimine organizzato è il sintomo di una società immatura nella quale il successo viene misurato in termini di denaro e di cose. Chi vi è coinvolto ha bisogno di un programma di recupero per essere riabilitato.

Le bande e la guerra fra bande?

R: Si potrebbe evitare la formazione di bande giovanili se ci fosse abbondanza di spazi, per far giocare i bambini in luoghi adatti, e se venissero organizzate attività significative per i giovani.

L'assenteismo?

R: Tutto questo assenteismo è dovuto al fatto che si fanno dei lavori per cui non si è portati. Si dovrebbe scegliere il mestiere preferito, piuttosto che quello che fa guadagnare di più.

La gelosia?

R: Gli immaturi sono gelosi perché non sanno di essere importanti come chiunque altro, con esattamente lo stesso potenziale e con un ruolo all'interno del piano divino.

L'odio e il razzismo?

R: Si può sconfiggere l'odio con l'amore. L'odio ferisce chi odia, non chi è odiato. Chi è razzista fa del male a se stesso. Coloro che vengono discriminati hanno una scelta: possono venire feriti da una reazione ingiusta di amarezza o di rabbia o possono porsi al di sopra della situazione rafforzandosi spiritualmente.

La frustrazione?

R: La natura incentrata sul sé prova frustrazione quando le cose non vanno a modo suo. La natura superiore è paziente, sapendo che tutti i problemi si possono risolvere con l'atteggiamento giusto.

La sofferenza?

R: L'universo ha un suo ordine e la sofferenza che ci colpisce ha uno scopo nella nostra vita, sta cercando di insegnarci qualcosa. Dovremmo cercare la lezione.

D: *Lei è liberale o conservatrice?*

R: Sono conservatrice nel voler proteggere le cose buone e sono liberale nel voler cambiare le cose che devono essere cambiate.

D: *Qual è la sua filosofia politica e sociale?*

R: La nostra politica e il nostro ordine sociale devono essere portati in armonia con il proposito divino.

D: *Cosa ne pensa del capitalismo?*

R: Se per capitalismo si intende il nostro attuale sistema economico, che ha portato alla disoccupazione e alla produzione orientata all'obsolescenza, è naturale che deve essere migliorato. Serve una maggiore decentralizzazione. Se chi lavora in un'industria ne fosse anche il proprietario, si eviterebbero un sacco di attriti. Capitalismo di solito significa competizione e il lavoro del futuro è la cooperazione.

D: *Pensa che la democrazia sia la forma giusta di governo?*

R: Se democrazia significa controllo da parte del popolo, come dovrebbe essere, allora è la giusta forma di governo. Io credo in una democrazia totale: individuale, politica, sociale, economica. Se l'avessimo davvero, e ora non l'abbiamo, essa sarebbe in armonia con il proposito divino.

D: *In politica cos'è la sinistra e cos'è la destra?*

R: Quelli che caldeggiavano un cambiamento sociale più velocemente di quanto possa avvenire nella realtà sono spesso definiti «di sinistra». Quelli che vogliono mantenere lo status quo o mandare indietro le lancette dell'orologio sono spesso definiti «di destra». In generale hanno una cosa in comune: entrambi credono nella falsa filosofia che «il fine giustifica i mezzi». Questa è una filosofia di guerra. Io credo che i mezzi che usiamo determinano il fine che otterremo. Questa è la filosofia di pace e la filosofia di tutte le vere religioni. La natura divina vive secondo la filosofia della pace.

D: *Crede che il comunismo invaderà il mondo ed abolirà la religione?*

R: Naturalmente la religione continuerà ad esistere, in quanto rappresenta una profonda aspirazione interiore ad una vita migliore per tutti gli esseri umani. Nella migliore accezione comunismo significa vita comunitaria, condivisione. Praticato come accade in alcune piccole società non è un nemico della religione. Non è stato mai messo davvero in pratica in una società vasta e la prima grande società che ha espresso questo ideale lo ha rivolto contro la religione di stato, perché si pensava che la religione fosse stata usata per opprimere il popolo. Poi però lì il comunismo si trasformò in una dittatura. Ciò che è in disarmonia in quel paese e nel nostro, ma anche negli altri paesi, è in via di disintegrazione, in quanto contiene in sé i semi della propria distruzione. Il vero comunismo potrebbe insegnare al mondo qualcosa sulla democrazia economica.

D: *Pensa che i comunisti potrebbero far finire il mondo dando l'avvio ad una guerra nucleare?*

R: No, non credo che vi sia un paese che voglia davvero far scoppiare una guerra nucleare. Ma, finché saremo circondati dalle armi nucleari, potrebbe accadere a causa di un incidente.

D: *È giusto imparare un'arte come il karate per l'autodifesa?*

R: La mia arma è l'amore e non riuscirei nemmeno a pensare di imparare un altro meccanismo di difesa. Questo lo fanno gli immaturi e i pavidetti.

D: *Per lei «passivo» significa pacifico? Per lei aggressivo significa belligerante?*

R: Si potrebbe dire che una persona passiva non usa la violenza a causa della sua debolezza e una persona pacifica non usa la violenza per principio. Può darsi che una persona aggressiva preferisca una vita armoniosa, ma le sue azioni di fatto portano al conflitto.

D: *Gli uomini commettono l'88% di tutti i crimini e combattono in guerra. Ovviamente esistono delle eccezioni, ma crede che in generale le donne siano più mature e ligie alle leggi degli uomini? Sono più spiritualmente evolute?*

R: Agli uomini si insegna ad essere dei duri e che vivere secondo la legge dell'amore è un segno di debolezza. Per le donne è considerato assolutamente naturale vivere secondo la legge dell'amore, in effetti in molti casi è ciò che ci si aspetta da loro. Gli uomini hanno lo stesso potenziale spirituale delle donne, ma a causa delle loro attitudini più aggressive spesso non raggiungono la stessa crescita spirituale. Nel nostro paese sono gli uomini ad andare in guerra perché da noi si usa così, ma in alcuni paesi anche le donne vanno a combattere.

D: *Che punizione dovrebbero dare i genitori ai figli quando sbagliano?*

R: Il sistema della ricompensa funziona meglio; la punizione dovrebbe consistere nel negare la ricompensa.

D: *Cos'è l'immoralità?*

R: A volte quando si parla di immoralità si intende qualcosa di non conforme alla tradizione. Ma la vera immoralità è ciò che non è in armonia con il proposito divino.

D: *La mente è una «pagina bianca» scritta dall'esperienza?*

R: La mente è uno strumento che può essere usato o dalla natura incentrata sul sé o da quella divina. Sì, è ovvio, è influenzata dall'esperienza.

D: *Qual è la sua interpretazione dei sogni?*

R: La maggior parte dei sogni rappresentano o peregrinazioni nel regno psichico o illusioni prodotte da stress fisici, mentali o emotivi, e dovrebbero essere subito dimenticati. Alcune volte si ha una visione, che non si è in grado di dimenticare.

D: *Lavora per vivere?*

R: Io lavoro per vivere in modo insolito. Io do quello che posso attraverso i pensieri, le parole, le azioni a coloro che incontro e all'umanità. A mia volta, accetto quello che le persone vogliono darmi ma non chiedo. Sono benedette per quello che danno e io sono benedetta per quello che do.

D: *Perché lei è disoccupata?*

R: Io disoccupata? Lavoro 16 ore al giorno, sette giorni su sette. Intendi dire che non guadagno soldi? Non ho bisogno di guadagnare soldi. Tutto ciò che mi serve mi viene offerto. Potrei farlo in modo diverso in questa stagione della mia vita. Potrei vivere legalmente alle spalle di chi paga le tasse (l'Assistenza Sociale) se io volessi, ma fanno talmente fatica ad erogare gli assegni sociali. Preferisco alla lunga vivere con ciò che viene dato volontariamente. Quelle persone saranno benedette per aver dato. Amo il mio lavoro. Ho del lavoro da fare. Per il tipo di conferenze che tengo, alcuni ricevono alti onorari, io non ne accetto nessuno. Rispondo a un sacco di lettere e faccio molta consulenza per corrispondenza. Molti vengono pagati profumatamente per la loro consulenza. Io non accetto denaro per farla. Adesso sto iniziando a fare da guida per gite istruttive ed ispiranti, che sono una sorta di ritiro. Hanno un effetto positivo sulle persone. Ricordo il periodo in cui andammo in Alaska. I partecipanti tornarono ispirati e risollepati nell'animo e sembra che

quasi tutti stiano pensando di lavorare per qualche buona causa o per servire gli altri. Credo che alcuni dei partecipanti del viaggio in Alaska stiano già lavorando per aiutare gli altri.

D: *Perché non accetta denaro?*

R: Perché parlo di verità spirituale, che non dovrebbe essere mai messa in vendita; coloro che lo fanno danneggiano se stessi. Accetto il denaro che mi arriva per posta (senza essere richiesto), ma non lo uso per me stessa, bensì per gli stampati e per l'affrancatura. Coloro che tentano di comprare la verità spirituale cercano di ottenerla prima di essere pronti. In questo mondo meravigliosamente ben ordinato, quando saranno pronti la riceveranno.

D: *Che cosa c'è dietro alla sua frase: «non comprate la verità spirituale»?*

R: C'è questo: chi ce l'ha non dovrebbe venderla, perciò chi la vende non ce l'ha. Queste sono «perle inestimabili». Non appena sei pronto per la verità spirituale ti verrà data. D'altro canto, ti viene dato nella misura in cui tu dai. Ma pagare un tributo non è come offrire un regalo. E non hai bisogno di dare alla persona dalla quale hai ricevuto, poiché siamo tutte cellule nello stesso corpo dell'umanità.

D: *Non si sente sola o scoraggiata o stanca?*

R: No, non sono mai sola o scoraggiata o stanca. Quando vivi in costante comunione con Dio, non puoi essere solo. Quando percepisci il funzionamento del meraviglioso piano divino e sai che tutti gli sforzi onesti portano a buoni frutti, non puoi essere scoraggiato. Quando hai trovato la pace interiore, sei in contatto con la fonte dell'energia universale e non puoi essere stanco.

D: *Dove ha imparato tutte le cose di cui parla? Ovviamente lei ha trovato qualcosa che tutti noi stiamo cercando e lei non ha alcun diritto di nascondere la sua fonte di informazione.*

R: Non ho mai nascosto la mia fonte di informazione. La luce la cerco direttamente nella Sorgente di Luce, non in qualche suo riflesso. Inoltre ricevo molta più luce grazie al fatto che vivo in accordo con la luce più alta che possiedo. Non puoi sbagliarti sulla luce proveniente dalla sorgente, perché arriva insieme ad una comprensione totale, tanto che puoi spiegarla e discuterne.

D: *Quanti anni ha?*

R: Lungo la strada del mio pellegrinaggio molta gente mi chiedeva l'età. Dicevo loro che non lo sapevo e non intendevo calcolarla. Conosco la mia data di nascita. Rimane in un angolino della mia memoria, ma non la dico in giro. A cosa servirebbe? Molti hanno anche tentato di indovinare il mio vecchio nome. La proposta più interessante era che sono Amelia Earheart [nota aviatrice statunitense, N.d.T.]. Sono molto grata adesso di essermi liberata dell'età. Finché contavo i compleanni ed iniziavo a pensare al passare del tempo, invecchiavo. L'età è uno stato della mente ed io mi vedo senza età. Ed ecco il mio consiglio per gli altri: sceglietevi l'età che volete e smettetela di contare gli anni.

Non ho mai detto nemmeno il mio segno zodiacale. Pensate davvero che sono mandata avanti da un pianeta? Santo cielo, la natura divina è sempre libera, è solo la natura incentrata sul sé che non è libera. Ho due ragioni per non dire il mio segno. Una è che qualche astrologo zelante potrebbe calcolare il mio oroscopo, e sarebbe una gran perdita di tempo. E se fosse nota la mia data di nascita sarei sommersa da biglietti di buon compleanno, così come adesso sono sommersa da biglietti natalizi, e dovrei ritagliarmi due settimane all'anno per rispondere.

D: *Qual è il suo vero nome e la sua origine?*

R: L'unico nome che ho è Pellegrina di Pace. Non ho una casa, solo un indirizzo di recapito: Cologne, nel New Jersey. Sulla mia origine dirò solo questo: vengo da una famiglia povera, ho

un'istruzione sommaria, non ho talenti speciali, però ho una guida da seguire nella vita.

D: *Ha avuto dei bambini?*

R: Non avevo la vocazione per un progetto di famiglia. Molte persone lo hanno, si innamorano e poi formano una famiglia. Alcune persone non hanno la vocazione per la famiglia. Alcune donne non sposate odiano per così dire gli uomini, ma io non lo faccio e non l'ho mai fatto. Sono sempre andata molto d'accordo con gli uomini.

D: *Come fa ad avere così tanta energia?*

R: Dopo aver trovato la pace interiore si ha un'energia infinita: più si dà più si riceve. Dopo aver trovato la propria vocazione, si lavora con facilità e con gioia. Non ci si stanca mai.

D: *Il salto generazionale le impedisce di rapportarsi con gli studenti?*

R: Penso che si tratti di un salto di valori più che di generazioni. Gli studenti si ribellano contro i falsi valori della società come la guerra, il pregiudizio, il materialismo e l'ipocrisia. Siccome non sono certamente a favore di questi falsi valori, non ho problemi a rapportarmi con gli studenti.

D: *Crede nell'astrologia?*

R: Nella misura in cui si può interpretare l'astrologia, essa parla della vita governata dalla natura incentrata sul sé. Coloro che la seguono si immergono così tanto nella natura incentrata sul sé che non la trascendono.

D: *Quando affronto un problema, posso risolverlo da un punto di vista intellettuale?*

R: Se devi affrontare un problema di salute, chiediti: «Ho abusato del mio corpo?». Se devi affrontare un problema finanziario, chiediti: «Ho vissuto secondo le mie possibilità?». Se devi affrontare un problema psicologico, chiediti: «Sono stato amorevole come vuole Dio?». Quello che fai nel presente crea il tuo futuro, perciò usa il presente per creare un futuro meraviglioso.

D: *Mi sconvolgono molto le mie reazioni sbagliate nei confronti di ciò che gli altri dicono e fanno.*

R: Se tu capissi davvero tutto, tutte le tue reazioni sbagliate si trasformerebbero in compassione. Coloro che scatenano in te le reazioni sbagliate sono in disarmonia e soprattutto hanno bisogno d'amore. Sì, è importantissimo essere amorevoli. Vai incontro ad ogni situazione con amore e sarai in grado di gestirla. Se qualcuno mi fa una cosa meschina, provo profonda compassione per quella persona e prego per lei, non faccio del male a me stessa con una reazione sbagliata di amarezza o di collera.

D: *L'autodisciplina è davvero utile?*

R: Forse il sentiero verso la pace interiore non sembra facile mentre lo stai percorrendo, ma dopo averlo percorso, guardandoti indietro penserai: come posso essermi guadagnato la grande benedizione della pace interiore così facilmente?

D: *Cosa dovrebbe fare una persona che mangia in modo compulsivo e sceglie i cibi sbagliati?*

R: Se lo sa già e vuole fare qualcosa per rimediare, dovrebbe iniziare scegliendo solo cibi integrali e salutari. Rendi il cibo un momento marginale della tua vita, riempiendola così tanto con altre cose significative da non avere il tempo di pensare al cibo.

D: *Si può fare un adattamento teatrale della pace?*

R: Penso che un modo di adattare la pace per il teatro potrebbe essere attraverso l'uso di un teatro itinerante. Da tempo penso che le arti dovrebbero essere usate per la causa della pace. Solo un numero limitato di persone può ascoltare una lezione. Molte di più possono leggere tutto o parte di

un volantino semplice e interessante se viene distribuito. Molte altre possono ascoltare le persone di pace se mandano in onda il loro messaggio per radio o in televisione. Comunque quasi tutte possono guardare una rappresentazione teatrale o uno spettacolo di marionette se si tiene dove si trova la gente.

D: *Siamo responsabili dei nostri pensieri e sentimenti? Fondamentalmente, è una cosa diversa rispetto alla responsabilità del nostro comportamento?*

R: Da un punto di vista spirituale, si soffre per i pensieri e i sentimenti negativi allo stesso modo in cui si soffre per un comportamento sbagliato. Comunque, si soffre di più se si sa e non si fa. Sì, si è responsabili per tutti e tre.

D: *Cosa dovrebbe significare il pensionamento per una persona?*

R: Il pensionamento dovrebbe significare non una cessazione di attività, ma un cambio di attività con una dedizione ancora maggiore della propria vita a servire gli altri. Perciò dovrebbe essere il periodo più bello della vita: il momento in cui essere impegnati con la più grande felicità e nel modo più significativo.

D: *Cosa devo fare quando la mia vita mi sembra vuota?*

R: Se la vita ti sembra vuota, hai un'opportunità meravigliosa. Molti hanno una vita piena, per lo meno parzialmente, di cose non tanto buone. Se la vita ti appare vuota, hai l'opportunità meravigliosa di riempirla solo di cose buone.

D: *Cosa fare quando mi sento usato?*

R: Chiediti se ciò che ti viene richiesto è irragionevole o meno. Se non lo è, raggiungerai la crescita spirituale servendo gli altri; se lo è, devi imparare a dire di no con cordialità.

D: *Come si sconfigge la paura?*

R: Direi che la condotta religiosa sconfigge la paura. Se hai un atteggiamento amorevole nei confronti dei tuoi simili, non li temerai: «Il perfetto amore scaccia la paura». Un atteggiamento di obbedienza verso Dio ti porterà ad una consapevolezza costante della presenza di Dio e a quel punto la paura se ne sarà andata. Quando sai che il tuo corpo è solo un abito, che si consuma, che sei tu la realtà che dà vita al corpo ed è indistruttibile, come puoi avere paura?

D: *Come posso superare le piccole paure, come la paura del buio quando sono fuori da solo?*

R: Penso sempre al buio come ad una presenza amichevole. Fornisce l'opportunità di riposarsi e di dormire. Posso suggerire di osservare l'approssimarsi del buio apprezzando la bellezza del tramonto e cercando la prima stella che appare. Abituati all'oscurità, perché di solito la paura è paura dell'ignoto.

D: *Gli psichiatri dicono che tutti gli esseri umani sperimentano la paura, ma lei dice di non aver paura di nulla, nemmeno della morte. Come ha fatto a diventare tanto coraggiosa? Ha un controllo sulla mente superiore a quello della media?*

R: Nella nostra vita sperimentiamo la paura nella misura in cui l'abbiamo appresa da diverse esperienze. La tua mente, il tuo corpo e le tue emozioni possono essere controllate in maniera adeguata solo dalla natura divina, non dalla natura incentrata sul sé. Se ami davvero le persone, non le temi. Se vivi in armonia con la volontà divina, la paura svanisce. Se ti identifichi con quella parte dentro di te che è immortale, non temi la morte. Se hai paura, è perché la tua vita è ancora governata dalla natura incentrata sul sé. Attraverso un poderoso sforzo mentale puoi allenarti a non mostrare paura, ma solo quando sarai governato dalla natura divina non proverai paura.

D: *Cosa posso fare per dare un senso più grande alla mia vita?*

R: Quindici anni prima che iniziassi il mio pellegrinaggio sentii una totale volontà, senza riserve, a donare la mia vita ed iniziai a vivere per dare, invece che per avere. Ogni mattina pensavo a Dio e alle cose che avrei fatto per mettermi al servizio dei figli di Dio. Cercavo di capire in ogni situazione in cui mi trovavo se potevo fare qualcosa per aiutare. Facevo il maggior numero di cose buone che potevo ogni giorno, senza dimenticare l'importanza di una parola gentile e di un allegro sorriso. Pregavo per ciò che mi sembrava andare oltre le mie capacità, poiché le preghiere oneste spingono a compiere azioni oneste. E la mia vita sbocciò. Provaci.

D: *Come faccio ad iniziare a vivere la mia vita per davvero?*

R: Io iniziai a vivere la mia vita per davvero quando iniziai ad osservare ogni situazione pensando a come poter essere d'aiuto. Imparai che per aiutare non dovevo essere insistente, ma soltanto disponibile. Spesso riuscivo a rendermi utile dando una mano oppure con un sorriso amorevole o con una parola scherzosa. Imparai che è donando che si ricevono le cose degne di valore della vita.

D: *Come si fa a migliorare la propria vita?*

R: Cerca le risposte dentro di te. La tua natura divina (la tua luce interiore) conosce tutte le risposte. Prenditi del tempo per portare la tua vita in armonia con la legge divina. Lavora per sconfiggere il male con il bene, la falsità con la bontà, l'odio con l'amore. Lavora per stabilire un buon stile di vita per te stesso. Che tu faccia parte di un progetto familiare o meno, queste sono le cose importanti:

1. Un modo di vita che abbia un'utilità nella società.
2. Buone abitudini di vita, incluso il riposo, il movimento, buone abitudini alimentari, ma soprattutto abituarsi ad avere pensieri buoni, non pensare a quelli negativi.
3. Cose ispiranti per la tua vita, cose che ti tirano su di morale: leggi dei bei libri, ascolta buona musica, sperimenta le bellezze della natura.
4. Aiuta più che puoi, fai il possibile per servire gli altri, perché in questo mondo ricevi nella misura in cui dai.

D: *Come può essere d'aiuto migliorare la mia vita quando molte persone sono in disarmonia?*

R: L'umanità potrà migliorare solo nella misura in cui le persone miglioreranno. Quando hai migliorato la tua vita, puoi ispirare chi ti circonda a migliorare la propria. Ricordati che pochi in armonia con la volontà di Dio sono più potenti dei molti in disarmonia.

D: *Cosa può fare una semplice persona come me per la pace?*

R: Ai milioni di persone che vivono nel mondo attuale lasciami dire che ci sono molte cose importanti che si possono fare, sia a livello individuale che a livello collettivo. Quando dedicai la mia vita a servire il più possibile i miei simili, qualcuno mi disse in maniera molto sarcastica: «Ma cosa pensi di poter fare?». E io risposi: «So di essere una persona semplice e di poter fare solo delle piccole cose, ma ce ne sono così tante». E non ebbi mai problemi a trovare delle cose importanti da fare. Quando iniziai il mio pellegrinaggio chiedevo cose molto grandi e allora qualcuno mi disse: «Puoi anche chiedere la luna». Ma io risposi: «Se un numero sufficiente di persone semplici come noi chiede insieme di avere cose grandissime gli verranno concesse». Posso dirti questo: vivi il presente. Fai ciò che va fatto. Fai tutto il bene che puoi ogni giorno. Il futuro sarà la manifestazione di ciò che fai adesso.

Appendice IV: Poesie, preghiere e canzoni

La maggior parte delle poesie che seguono furono scritte da Pellegrina di Pace all'inizio del suo pellegrinaggio e apparvero in un volantino intitolato «Poesie del nostro tempo». La sua versione delle Beatitudini apparve in uno dei suoi rari bollettini «Peace Pilgrim's Progress» e anche nei «Passi verso la pace interiore». A Pace piaceva insegnare le sue canzoni agli altri e spesso terminava gli incontri unendosi alle altre persone con un'interpretazione vigorosa e allegra della «Fontana dell'amore».

CHIESA CRISTIANA

Egli disse: «Certamente potrei sbagliarmi.
Ma non mi sorprenderei
Se questa fosse la più grande chiesa cristiana
Che l'uomo avesse mai immaginato.
Il nostro organo è il migliore
Il nostro coro è sempre intonato.
Le nostre vetrate, inestimabili,
Il nostro pulpito, il migliore che vedremo».

Ma solo i ricchi erano i benvenuti là,
Io udii una profusione di dicerie infamanti,
E da quel pulpito così altamente apprezzato
Il predicatore glorificava la guerra.

«Cos'altro si potrebbe volere in una chiesa?»
Con orgoglio, mi chiese.
«Solo una cosa», risposi io,
«La cristianità!».

IL MONDO SENZA L'UOMO

Davanti a me scorreva il placido fiume gorgogliante.
Dietro di me si ergeva la pacifica montagna ricoperta di verde.
«L'uomo dice che questo è il suo mondo» riflettei io,
«E tuttavia vi fu un tempo in cui non c'era alcun uomo.
Questo vecchio mondo esisteva lo stesso senza di lui?».
«Io scorrevo a quel tempo» mormorò il fiume.
«Io rimanevo immobile» sussurrò la montagna.
«L'uomo ora» pensai io «sembra sulla china dell'autodistruzione.
Un milione di cose demoniache ha inventato,
Ciascuna più micidiale della precedente.
Se egli si annienterà
Questo mondo che considera suo potrà continuare senza di lui?».
«Io scorrerò ancora» mormorò il fiume.
«Io rimarrò immobile» sussurrò la montagna.

LA FEBBRE DELLA GUERRA

Quella terribile cecità,
Che fa apparire il nemico come un demone
E fa sembrare te un demone per lui,
La febbre della guerra!
Quella terribile pazzia,
Che rende lo stesso atto una brillante strategia per te
E un infame tradimento per il nemico,
La febbre della guerra!

La spaventosa ubriacatura,
Che confonde la mente finché il male assomiglia al bene,
L'odio appare buono, e l'omicidio una virtù,
La febbre della guerra!

L'orribile malattia
Per cui nessuna cura viene cercata, ma invece
Sono cercate vie per diffondere il male,
La febbre della guerra!

COSCRIZIONE

In un lontano passato, quando gli uomini erano meri barbari:
Scelsero un uomo, o forse due, per morire
Come sacrifici al dio della tempesta, Thor,

Ma ora che sono civilizzati e cristiani
Scelgono un milione di uomini o due per morire
Come sacrifici al dio severo della Guerra.

GUERRA

Sul campo di battaglia devastato, dove mi obbligarono ad andare
Incontrai un uomo che mi dissero essere mio nemico,
E lo trapassai con la mia spada!

Quando la estrassi e il suo sangue cominciò a sgorgare
Fui subito assalito da uno straziante rimorso,
«Ho ucciso un uomo!» dissi.

Era snello e giovane e spaventato come me,
E non un demonio come mi dissero che doveva essere,
«Mi hanno mandato qui per ucciderti» egli singhiozzò.

«Per Dio! Quanto avrei voluto che tu lo avessi fatto!» imprecai.
«Insomma, non so nemmeno per che cosa sto combattendo!».
«Nemmeno io» sospirò, e morì.

IL VINCITORE

In mezzo alla distruzione creata dall'uomo
 La natura va avanti con calma.
In mezzo agli strilli dei morenti e agli scoppi dei fucili
 L'inverno è arrivato e se n'è andato.
Intorno al bordo di un fucile rotto
 Fa capolino la tenera erbetta;
E nell'orbita di un cranio sogghignante
 Sta crescendo un ranuncolo.

A UN OBIETTORE DI COSCIENZA

Il Maestro guardò il mondo
 Nel millenovecentosettantadue,
Trovò gli uomini abbruttiti dall'odio,
 E pochi con Lui erano sinceri,
Vide uomini versare sangue umano,
 Infliggendo pene indicibili.
Udii il Maestro sussultare,
 «A loro parlai invano!».

Ma poi Egli scorse un uomo valoroso,
 Disprezzato, denigrato e solo,
Poiché non volle odiare e uccidere
 La prigione era la sua casa.
La sua intenzione era stata, non di guadagnare ricchezze,
 Ma di servire i suoi simili.
Udii il Maestro sussurrare:
 «In lui io rivivo!».

AVIDITÀ

(Una storia di uomini o nazioni)

Vi erano due uomini che ebbero una lite
 Per una linea di confine.
Uno disse: «Questa terra appartiene a me!».
 L'altro disse: «È mia!».

Perciò continuarono a combattere come due bestie selvagge,
 E oh, venne versato del sangue.
Finché uno degli uomini rimase azzoppato per tutta la vita
 E l'altro morì!

Poi lo zoppo visse miseramente,
 E gridò nella disperazione:
«Che stupidi fummo ad essere così avidi!
 Vi era abbondanza di terra da distribuire ad entrambi!».

IL TUO FUTURO

In questo mondo ricevi nella misura in cui tu dai
E vieni perdonato nella misura in cui tu perdoni,
Mentre te ne vai per la tua strada
Attraverso ogni giorno piacevole
Crei il tuo futuro vivendo.

LE BEATITUDINI DI PELLEGRINA DI PACE

Beati coloro che danno senza aspettarsi nemmeno di essere ringraziati, poiché saranno abbondantemente ricompensati.

Beati coloro che traducono ogni buona cosa che conoscono in azione, poiché a loro verità più alte saranno rivelate.

Beati coloro che fanno la volontà di Dio senza chiedere di vedere dei risultati, poiché grande sarà la loro ricompensa.

Beati coloro che amano e hanno fiducia nei loro simili, poiché raggiungeranno la bontà che alberga nelle persone e riceveranno un'amorevole risposta.

Beati coloro che hanno visto la realtà, perché sanno che non l'abito di argilla ma ciò che attiva l'abito di argilla è reale e indistruttibile.

Beati coloro che vedono il cambiamento chiamato morte come una liberazione dai limiti di questa vita terrena, poiché si rallegreranno con i loro cari che faranno la gloriosa transizione.

Beati coloro che, dopo aver dedicato la loro vita agli altri ed avere perciò ricevuto una benedizione, hanno il coraggio e la fede di superare le difficoltà del cammino davanti a loro, poiché riceveranno una seconda benedizione.

Beati coloro che avanzano nel cammino spirituale senza la motivazione egoista di cercare la pace interiore, poiché la troveranno.

Beati coloro che invece di tentare di sfondare le porte del regno dei cieli si avvicinano ad esse con umiltà e amorevolezza e nella purezza, poiché le attraverseranno senza sforzo.

ALOHA OE!

(Pace insegnò questa versione della nota canzone hawaiana alle persone che l'accompagnarono nel suo speciale viaggio nelle isole nel 1980).

Guarda questa magica terra dalle acque spumeggianti
E senti il calore del sole dei Mari del Sud.
Mentre cammini attraverso i campi pieni di fiori profumati
E ascolti il suono della dolce musica delle Hawaii...

Aloha O! - A te il mio amore,
Cammina con leggerezza attraverso questa terra di sole e di fiori.

Aloha O! - Anche Dio ti ama,
E benedici ogni tuo passo lungo la via!

LA FONTANA DELL'AMORE

La fontana dell'amore
La mia sorgente è in te -
Amando la tua volontà
Il mio spirito è libero -
Un bel giorno
Quando tutti noi vedremo
Che la speranza del mondo
È l'amore!

PREGHIERA PER LA PACE PER IL NOSTRO MONDO STANCO DELLA GUERRA

Oh meraviglioso spirito di gentilezza, tocca, calma e infondi la vita in noi e in tutti gli uomini. Togli dalle nostre mani spaventate la bomba e la baionetta. Armaci invece con la fede. Armaci di saggezza e amore cosicché dovunque camminiamo, in qualsiasi terra, entrerà la vita e non la morte. Questo sappiamo che è la volontà del Principe di Pace. Amen.

Appendice V: Pellegrina di Pace e i media

Pellegrina di Pace amava incontrare spesso i reporter dei giornali e partecipare alle trasmissioni radiofoniche e televisive. Sentiva che i media erano un modo utile e pratico di far arrivare il suo messaggio alle persone di una comunità. Di solito, dopo l'iniziale scetticismo professionale, i giornalisti reagivano positivamente alla sua intelligenza, sincerità e disponibilità nel rispondere alle loro domande in maniera ponderata.

Una scelta di titoli:

PELEGRINA DI PACE INIZIA LA SUA ESCURSIONE ATTRAVERSO GLI USA COME TENTATIVO ANTIGUERRA

(Los Angeles Times, 4 gennaio 1953)

PELEGRINA DI PACE A TOLEDO: STA FACENDO 5.000 MIGLIA A PIEDI

Una donna sconosciuta progetta di presentare una petizione ad Ike [“il gran generale”, soprannome dato al Presidente Eisenhower, N.d.T.] all’ONU

(Toledo Blade, 17 settembre 1953)

PELEGRINA DI PACE SI FERMA A SEDALIA IN UNA CAMMINATA DI 10.000 MIGLIA PER SOLLECITARE IL DISARMO MONDIALE

(The Sedalia Missouri Democrat, 7 novembre 1955)

PELEGRINA DI PACE CAMMINA PER UN MONDO PACIFICO

(The Clarion-Ledger, Jackson, Miss., 19 gennaio 1956)

IL CAMMINO DI PELEGRINA LA PORTA NEL KENTUCKY

(The Courier-Journal, Louisville, 27 febbraio 1956)

CAMMINA PER AVVERTIRE GLI USA SULLA NECESSITÀ DELLA PACE

(Daily Herald-Telephone, Bloomington, Indiana, 8 marzo 1956)

Una donna cammina e parla per la pace:

LA PACE HA DAVVERO I PIEDI IN MOVIMENTO

(The Indianapolis Star, 12 marzo 1956)

CON LA PACE COME MISSIONE, LE MIGLIA AUMENTANO PER PELEGRINA

(Northern Arizona University Student Newspaper, Flagstaff, 4 ottobre 1969)

PELEGRINA DI PACE FA 25.000 A PIEDI PER LA PACE NEL MONDO

(St. Louis Post Dispatch, 25 aprile 1971)

Simpatica anziana in scarpe da tennis:

PELEGRINA DI PACE CONTINUA A MARCIARE...

(Los Angeles Times, 3 dicembre 1973)

21 anni di pellegrinaggio:

UNA PRINCIPESSA DELLA PACE IN CAMMINO PER L'UMANITÀ

(Pasadena Star-News, Pasadena, California, 16 dicembre 1973)

Con passo energico percorre 25.000 miglia:

UNA DONNA CHE CAMMINA A PIEDI PER TUTTA LA VITA, IN PELLEGRINAGGIO PER LA PACE

(Progress-Bulletin, Pomona, California, 2 febbraio 1974)

L'ANGELO CUSTODE DI PELLEGRINA DI PACE FA DEL LAVORO EXTRA

(Star-Ledger, Norfolk, VA., 20 aprile 1977)

Viaggia leggera: una cartina, il suo messaggio, un pettine, uno spazzolino pieghevole e una penna a sfera

LA PELLEGRINA DI AMORE E DI PACE DEI TEMPI MODERNI

(South Jersey Courier Post, Cherry Hill, N.J., 11 ottobre 1977)

PELLEGRINA DI PACE CONTINUA A CAMMINARE SENZA CONTARE LE MIGLIA

(Upper Suncoast News, Florida, 7 dicembre 1977)

PELLEGRINA PRONTA PER SCENDERE A PIEDI VERSO LA COSTA OCCIDENTALE DELLA FLORIDA

(St. Petersburg Times, 5 gennaio 1978)

PELLEGRINA DI PACE - UN QUARTO DI SECOLO IN CAMMINO PER LA PACE

(Whittier Daily News, Whittier, Calif., 30 dicembre 1978)

PELLEGRINA AFFERMA: LA MATURITÀ PORTA ALLA PACE

(Colorado Springs Gazette Telegraph, CO., 28 aprile 1979)

UNA PELLEGRINA SENZA ETÀ PROSEGUE UNA VECCHIA MISSIONE

(The Milwaukee Journal, 22 giugno 1981)

CONTINUA A CAMMINARE SULLA TERRA PROMUOVENDO LA CAUSA DELLA PACE

(Post-Tribune, Valparaiso, Ind., 3 luglio 1981)

PELLEGRINA DI PACE PORTA IL MESSAGGIO DI PACE A KNOX

(Starke County Leader, Indiana, 7 luglio 1981)

PELLEGRINA DI PACE INIZIA LA SUA ESCURSIONE ATTRAVERSO GLI USA COME TENTATIVO ANTIGUERRA

(Los Angeles Times, 4 gennaio 1953)

Pellegrina di Pace, come vuole essere conosciuta finché non completerà la sua missione, ha in programma di lasciare Los Angeles domani mattina per un cammino attraverso il paese nell'interesse della pace mondiale.

«La situazione del mondo è grave» ha detto. «Se non ci svegliamo con decisione dal nostro torpore e non ci allontaniamo dal caos con fermezza e rapidità, tutto ciò che ci è caro verrà distrutto nell'olocausto che scenderà».

Come una sorta di preparazione per il suo lungo viaggio, l'estate scorsa ha camminato per circa 25.000 miglia, percorrendo il Sentiero degli Appalachi dal Maine alla Georgia e altre strade. Aveva imparato, ha detto, a vivere e ad aspettarsi di dormire all'aperto per la maggior parte del suo viaggio.

Lei crede che la via della pace verrà trovata superando il male con il bene, la falsità con la verità e l'odio con l'amore. La regola aurea, ha detto, è ugualmente utile.

IL SUO DISCORSO CI HA SCOSSO... E CI È PIACIUTO MOLTO!

Editoriale a cura di Floyd Geyman

(The Harvey County News, *Newton, Kansas*, 25 giugno 1953)

Oggi abbiamo condiviso un momento con una persona che assomiglia ad un'orfana toccata dalla grazia di Dio. Si è guadagnata la palma della vittoria rimanendo serena e disinvolta, camminando svelta, senza lasciarsi disorientare dagli ostacoli rappresentati dai trucchetti dei giornalisti scettici che la inseguivano sul sentiero della verità. Ci ha disarmati e ha lasciato dietro di sé alcuni pensieri affascinanti.

È entrata qui, vestita come appare nelle fotografie, e si è avvicinata all'alto bancone con un viso radioso. La prima impressione è stata quella di un meccanico sporco di olio di una stazione di servizio. Ma un secondo sguardo rivelava che le lettere che blasonavano il suo petto, se così si può dire, non erano il nome di una compagnia petrolifera, ma «Pellegrina di Pace».

Ci ha allungato una pila di carta, i cui fogli erano accuratamente dattilografati, nel caso in cui il suo messaggio e la sua missione ci fossero interessati. Dopo aver gettato una rapida occhiata, sembrava mancare un elemento importante: una svista per caso?

«Il suo nome?» le abbiamo chiesto, con la penna pronta a scrivere.

È allora che è iniziata la battaglia degli spiriti.

«Il mio nome non ha alcuna importanza» ha dichiarato. «Non sono niente. La mia causa è tutto. Non cerco di farmi pubblicità. Perciò, per quel che vi riguarda, per tutti voi e per il mondo il mio nome rimane Pellegrina di Pace».

Ora, nell'ambiente del giornalismo gira la vecchia convinzione che i nomi facciano notizia. Quando nascondete deliberatamente il vostro nome a un cacciatore di notizie cercando contemporaneamente della visibilità nel suo giornale, beh, state scegliendo la via più difficile, è il meno che si possa dire. Chi conduce l'inchiesta può benissimo infilarvi nella stessa categoria del tipo che si appella al Quinto Comandamento quando gli viene chiesto dove e quando è nato.

«Ma che diavolo di posizione» abbiamo commentato, disponendoci nel nostro migliore atteggiamento religioso. «Immagini che Cristo si fosse comportato come lei, tacendo il Suo nome,

lei non ne avrebbe mai sentito parlare. I nomi sono etichette per identificare le persone, le cause e un sacco di altre cose. Perciò mi dica subito il suo se vuole che io le dia retta. Vede, io sono un tipo coriaceo».

Lei ha sorriso. E non si è trattato di un sorrisetto ironico. Era un'emanazione raggianti, naturale e serena. Con un pizzico di immaginazione, la si sarebbe potuta vedere illuminata da un'aureola.

«Non ho paura», ha detto senza ostentazione, ma in modo semplice e onesto. «Ho la migliore protezione».

«Lei vuole dirci che ha con sé un fucile come Calamity Jane» le abbiamo chiesto con calma. «Vediamolo».

«Dio è il mio scudo» ha risposto lei.

Una notte, nel deserto dell'Arizona, mentre marciava con entusiasmo da Los Angeles verso la costa atlantica (una lunghezza di 5.000 miglia) per promuovere la causa della pace, vide un'auto parcheggiata sul ciglio della strada e un omaccione l'aveva invitata a salire per ripararsi dal freddo. Lo fece. Ed era al caldo. Si aggomitolò sul sedile posteriore e dormì il sonno dei giusti, profondo e senza sogni. Al risveglio quel gorilla le disse che c'era qualcosa in lei che non riusciva a capire. L'aveva avvicinata due volte, con cattive intenzioni, ma non era riuscito ad andare oltre.

«Che diavolo...» lui voleva sapere.

«Dio» le rispose lei e riprese il suo cammino verso il lontano Atlantico.

Di nuovo ingannati, ci siamo rivolti ad un tipo di strategia originaria del Giardino dell'Eden, di un bel po' di tempo fa.

«Ci mostri la sua mano» l'abbiamo implorata, mentre ci allungava la sua mano destra senza un minimo di esitazione. Era una manina ferma ma non si sentivano le pulsazioni mentre l'accarezzavamo dolcemente alla vecchia maniera.

«Ehi, sentiamo passare una corrente» abbiamo mentito con un tono che fallisce raramente. «Mi dica, lei è Salomé, la donna che danzò in cambio della testa di Giovanni Battista e che in seguito si unì alla folla degli adoratori che seguì Cristo sulla Croce? O è Maria Maddalena?».

Ma non c'era niente da fare. Non sarebbe caduta nella trappola.

«Io sono Pellegrina di Pace» ha dichiarato.

«Sì, lei è una tentatrice del male, in giro a sedurre i deboli e a portare il mondo alla rovina» le abbiamo detto, sperando di accendere in lei una scintilla di rabbia. «Lei dovrebbe stare in gattabuia e ne abbiamo una eccellente qui a Newton».

Lei ha sorriso e non era un sorrisetto di quelli che mostrano i denti e non l'anima.

«Sono stata in prigione» ci ha detto. «Con l'accusa di vagabondaggio. Ma vengo sempre rilasciata una volta che capiscono la situazione».

Insomma, cosa si deve fare con una persona così?

«Una sigaretta?» le abbiamo proposto, allungandole un bel pacchetto litografato. «Quale marca di whisky preferisce? Ce lo dica ed è suo».

Non ci ha risposto: «*Vade retro Satana*». Ha detto: «C'è del buono in voi. Mi piacerebbe davvero potervi dire il mio nome. Ma sarei ingiusta nei confronti di tutti gli altri cronisti e addetti alle notizie della radio e della televisione che ho incontrato da qui a Los Angeles. Non vorreste che lo fossi, vero?».

«Sì» le abbiamo detto. «Mi dia il suo nome di battesimo, tanto per iniziare; mi farò dire il resto più tardi. Lei ha sfidato la mia integrità di reporter. È una cosa che non si fa».

E sapete, per un istante, brevissimo, ha esitato. Poi ha scosso la testa.

«Non sarebbe giusto nei confronti degli altri». Punto e basta.

Le avremmo potuto dire, naturalmente, che non ci interessava un bel niente il suo nome o tutti quelli della sua generazione. Che stavamo soltanto sfruttando i mezzi a disposizione per sondare le profondità della sua anima, per vedere se lei era autentica o se era solo un'altra ciarlatana.

Dopo la sua partenza, esaminando le carte che ci aveva lasciato, abbiamo trovato scritto questo: «Chi sono io? Chiamatemi soltanto Pellegrina di Pace. Nell'intraprendere questo pellegrinaggio non considero me stessa un individuo, ma piuttosto l'incarnazione del cuore di tutta la gente che sta implorando la pace».

Ecco, fratelli, sorelle, come stanno le cose. Tutto qua. Ma da qualche parte (chissà dove) sta scritto che qualcuno, una volta, venne visitato senza saperlo da un angelo (e non «in un angolo» come aveva letto lo scolaro distratto). Forse è quello che è capitato a noi. Chi lo sa?

Brani tratti da articoli di giornale:

«Il pubblico non poteva essere più ispirato, stimolato e divertito se ci fossero state, al suo posto, l'orchestra sinfonica di Boston e la Corale del Tabernacolo Mormone. Ci si aspetterebbe che una donna anziana vestita con dei pantaloni blu scuro e una camicia e una tunica assortite, con tanto di scritta "Pellegrina di Pace" sul davanti e "25.000 miglia a piedi per la pace" sul dietro, non fosse nient'altro che un'eccentrica sconosciuta dalle buone intenzioni. Molto arguta, per nulla dissennata, questa donna rifiuta di dire il suo vero nome, il luogo o la data di nascita per il semplice fatto che questo tipo di informazioni "danno troppa enfasi alla sua persona"».

«Salì sul palco del presentatore con l'agilità di un giovane corridore. Con un piede piantato fermamente per terra e l'altro piegato in avanti come se fosse pronta per lanciarsi al trotto, parlò per più di un'ora. La sua voce, piena e sicura, rivelava parole di una saggezza ricca e profonda, con i termini più semplici e tuttavia più densi di significato». *(un giornalista californiano)*

«Nel mezzo del progresso tecnologico... dei timori di una guerra nucleare... gli USA oggi hanno almeno una persona che comprende che la via che appaga i sensi ed esaudisce i desideri mondani non conduce alla pace interiore. Vi è un cammino che richiede purificazioni e rinunce, ma ripaga con benedizioni spirituali indescrivibili... La pace non viene assicurata solo quando vi è la volontà di pagarne il prezzo. Quando lei spiega, è come se attraverso di lei parlasse la voce di Gandhi. “Il prezzo è l’obbedienza a leggi superiori...”». (*un giornalista in India*)

«Cristo la protegge e la guida, quasi riesci a scorgerlo al suo fianco. Nessuna donna potrebbe viaggiare sicura da sola senza un Compagno Divino...». (*The Wandering Reporter da Pittsburgh*)

«In chi ha incontrato ha trovato soltanto interesse, assistenza, incoraggiamento. Lei è convinta che le nazioni, come le persone, possono esistere “su un piano spirituale” e che solo da quel livello si arriva alla pace vera». (*il redattore della rubrica religiosa del Los Angeles Times*)

«...per coloro che a volte pensano che il mondo stia scivolando in un mare di avidità e di corruzione... un incontro con questa donna appassionante può trasformare il loro amaro cinismo».

«Il mondo ha sempre avuto i suoi imbonitori, veggenti, profeti autoproclamati, annunciatori di sventure, ma Pellegrina di Pace è diversa da loro perché il fascino della sua retorica, se non altro, si fonda sul buonsenso».

«Una volta un inglese disse a Gandhi: “Signore, la sua grande semplicità ci confonde, la sua profonda sincerità ci mette in imbarazzo”. Vorrei rispettosamente suggerire che quest’affermazione potrebbe anche adattarsi bene a quella piccola donna anziana, e tuttavia ancora molto in forma, nota con il nome di Pellegrina di Pace».

«Negli Stati Uniti è nato un fenomeno di pace e siamo benedetti per questo. Una nazione che possiede una cultura e un’economia di guerra, che ha osato sganciare la prima bomba atomica e che è nota per aver minacciato di lanciare una bomba all’idrogeno, ha dato i natali ad una solitaria donna dai capelli argentei che, con la sua vita spesa nel cammino, sta dicendo passo dopo passo che vi è un modo migliore di vivere e di risolvere i conflitti... Trascendendo i suoi picchi spirituali, Pellegrina di Pace ha illuminato la sua missione. Ha pregato per il suo pellegrinaggio e ha scoperto che il pellegrinaggio, in se stesso, era una forma di preghiera».

«Si dice che in India e negli altri paesi orientali sia molto frequente incontrare un “Sant’uomo”, ma

incontrare una persona che viaggia per il paese senza neanche un centesimo in America, un paese in cui il denaro è venerato come da nessun'altra parte, è un fatto sorprendentemente positivo. Eppure una persona del genere sta viaggiando nel nostro stato tenendo conferenze sul tema della pace mondiale, questa donna si fa chiamare Pellegrina di Pace... non ha paura di nulla, ha un atteggiamento solare ed è molto più felice di qualsiasi persona che abbiamo mai incontrato. Nessuna persona comune preoccupata per il denaro ha mai raggiunto un tale stato di pace mentale come lei».

«Pellegrina di Pace... è stata una donna con un compito che andava oltre lo scenario di ciò che la maggior parte della gente potrebbe immaginare. Era una pellegrina nel senso più vero della parola. Ha toccato il mio animo in un modo che non ho mai capito davvero. Era molto a suo agio in piedi di fronte ad una classe universitaria di giornalismo a Kansas City, incurante del fatto che la troupe di *P.M. Magazine* la stesse filmando. Iniziando ad illustrare il suo messaggio con i suoi modi franchi e diretti, inizialmente mi sono chiesto se fosse pazza o se stesse solo provando a farsi della pubblicità per un libro che pensavo avrebbe senz'altro scritto sui suoi viaggi. Ma mentre parlava, mi è successo qualcosa. Era molto sincera nello spiegare il suo messaggio. Guardava negli occhi ogni studente, trasmettendo la sensazione che lei stesse parlando a lui o a lei soltanto. I suoi occhi raggiunsero gli occhi di ogni persona presente nella stanza, proiettando su di essi l'amore e la pace di cui parlava... La sua presenza in quella classe era stranamente ironica. Gli insegnamenti di Pellegrina di Pace sembravano quasi fuori luogo in un ambiente universitario. Dopotutto, l'università è il trampolino di lancio per i futuri uomini d'affari e capitalisti americani. La maggior parte (se non tutta) degli studenti frequentava quella scuola nella speranza di ottenere un buon lavoro dopo la laurea, nella speranza di fare dei gran soldi. Ma qui c'era questa signora che aveva buttato tutti i suoi beni mondani al vento, per poter vivere la sua vita come le sembrava giusto. Perché mai uno vorrebbe fare una cosa del genere? La sola risposta che sono riuscito a trovare è che lei voleva davvero fare la sua parte nel portare la pace in un mondo turbato. Pensava che la pace doveva iniziare dall'individuo. Ha mantenuto questa filosofia fino al giorno della sua morte».

«La classe era piena di studenti universitari, seduti ai loro posti, affascinati: faticavano a credere che una persona del genere potesse sopravvivere non solo alle notti gelide, ma anche a dei viaggi che la conducevano nelle zone più impervie degli Stati Uniti. Ad oggi è difficile capire come questa signora, che ha l'aspetto di una nonnina, sia riuscita a separarsi da un mondo materialistico e a viaggiare per parlare di pace e amore». *(un reporter dal Kansas)*

Pellegrina si reca in visita a Santa Fe

CAMMINA PER IL MONDO DA SOLA, MA CAMMINA INSIEME AI SANTI

di Richard Polese

(Santa Fe New Mexican News, 13 ottobre 1966)

Cammina in lungo e in largo per l'America portando un semplice messaggio di pace: pace fra gli uomini e pace con se stessi. Porta con sé tutto ciò che possiede, non accetta offerte di denaro e raramente accetta un passaggio. Parla dovunque, in ogni momento, con chiunque sia seriamente interessato al suo pellegrinaggio. È da più di 13 anni che viaggia e lascia il suo messaggio in questo modo.

La settimana scorsa Pellegrina di Pace ha visitato Santa Fe e ha parlato in una riunione pubblica a

La Posada, al «Santa Fe College» e al «St. John College».

Pellegrina di Pace è il nuovo ed unico nome che si è data. E sebbene i suoi capelli ora siano color argento e il suo viso appaia solcato dalle miglia del suo cammino, parla in maniera brillante, con pathos, intelligenza e convinzione. La sua prestanza fisica è stupefacente. Indossa una tunica blu scuro con «Pellegrina di Pace» scritto sul davanti e «25.000 miglia per la pace» sul dietro (sebbene abbia superato il traguardo delle 25.000 miglia un anno fa e da allora abbia smesso di tenerne il conto).

Perché lei lo chiama pellegrinaggio? «Un pellegrinaggio comporta l'esempio e la preghiera. Non può essere definito una crociata, perché una crociata, come minimo, fa uso di una forza psicologica». Quali risultati spera di ottenere? «Il mio pellegrinaggio se non altro può far riflettere la gente, la può indurre a porsi delle domande. I risultati li lascio nelle mani di Dio».

Nella sua presentazione pubblica parla delle cose che impediscono la pace, di come una persona raggiunga la pace interiore e del suo pellegrinaggio.

Perché c'è la guerra? «Il vero problema è l'immaturità. Se vi fosse una reale maturità la guerra sarebbe impossibile. Non sarebbe mai considerata la soluzione dei problemi fra gli uomini».

Trovare la pace all'interno di sé stessi, dice Pellegrina di Pace, implica un cambiamento di atteggiamento nei confronti della vita. «Significava vivere tutte le cose buone in cui credevo. Mi ci volle del tempo per far coincidere la vita con la fede, ma ci riuscii».

«Semplificate la vostra vita. Vi è un'immensa libertà nella semplicità: avere più beni del necessario in realtà è un peso... le nostre possessioni ci possiedono se le conserviamo anche quando non ci servono più».

«Purificate i vostri pensieri, i vostri desideri, le vostre motivazioni. L'odio danneggia colui che odia, non chi è odiato. Abbiate un vero, unico desiderio: voler fare solo la volontà di Dio».

«Che li chiamiate buoni insegnamenti religiosi o pratiche psicologiche efficaci, non si tratta di una novità: sono cose universalmente valide».

La pace e andare d'accordo con gli altri può diventare un compito semplice. «Il segreto è di avvicinarsi agli altri con amore e disponibilità, piuttosto che con odio e sfiducia: ecco cosa intendo per maturità». La gente immatura, dice, ha un'impostazione mentale negativa, come quella militare che vede solo risposte di natura bellica.

Essendo una persona religiosa, sebbene non una cristiana convenzionale, Pellegrina di Pace usa l'approccio del «silenzio ricettivo» per pregare.

«Sono ottimista perché credo che le leggi dell'universo funzionino per il bene, se obbediamo ad esse. Ma tocca a noi la scelta...». La prova del suo ottimismo è la speranza che avverrà il disarmo mentre è ancora in vita.

Pellegrina di Pace ha raccontato che la sua vita prese un nuovo orientamento 28 anni fa, con 15 anni di «preparazione spirituale e psicologica» precedenti il pellegrinaggio. Senza il supporto di alcuna organizzazione, la si può contattare solo tramite fermo posta a Cologne, N.J., dove un'amica le inoltra la posta nel luogo in cui si trova in quel momento.

Quando termina il pellegrinaggio? «Il pellegrinaggio terminerà quando tutte le nazioni saranno come gli Stati Uniti e il Canada, dove vi sono ancora dei disaccordi, ma non si sognerebbero mai di uccidersi a vicenda».

Fino a quel momento, Pellegrina di Pace continuerà a camminare. Ha raggiunto a piedi Albuquerque domenica, in seguito al suo soggiorno qui da noi. E progetta di tornare a Santa Fe nel 1970. Vi potrà capitare di vederla, vestita con la sua tunica blu con le scritte, lungo una qualsiasi statale del paese. Per la cronaca, l'abbiamo vista in cammino alcuni anni fa nella zona del Midwest.

UN PELLEGRINAGGIO PERSONALE

di Paul R. Jefferson, responsabile della rubrica religiosa del *Capital Journal*
(The Topeka Capital-Journal, sabato 8 novembre 1980)

A sentir parlare Pellegrina di Pace, il fatto di camminare attraverso gli Stati Uniti per quasi 30 anni per diffondere il suo vangelo di fede religiosa e di fedeltà personale è una delle cose più naturali che una persona possa fare.

Indossando una tunica con delle scritte che descrivono la sua odissea religiosa, la pellegrina che si è autoproclamata «donna con una missione» stava continuando il suo settimo pellegrinaggio attraverso il paese quando è passata a Topeka questa settimana.

«Vado dovunque mi invitino», ha detto Pellegrina di Pace (il suo nome professionale) sulle sue visite locali, per parlare con le congregazioni della «Unity Church of Cristianity» e della «Chiesa della Fratellanza». Durante la sua settimana di permanenza a Topeka, l'anziana donna si è rivolta anche alle classi di sociologia e psicologia della «Washburn University» e ha distribuito copie dei suoi volantini con la sua «formula magica» per risolvere i conflitti di ogni tipo: l'obiettivo deve essere la risoluzione di un conflitto, non l'acquisizione di un vantaggio.

«Ogni persona nasce per uno scopo», ha detto, e ha aggiunto che non attribuiva alcuna importanza al fatto che alcuni la consideravano «pazza» o «eccentrica». Sebbene Pellegrina di Pace fosse deliberatamente vaga sui dati biografici, il suo messaggio brillava attraverso i suoi vividi occhi azzurri.

«Dovete vivere per dare invece che per avere» ha detto «e promuovere le cause di pace. La pace reale è più dell'assenza della guerra, è l'assenza delle cause della guerra».

Avendo iniziato i suoi viaggi nel lontano 1953, questa donna ultrasettantenne ha viaggiato a piedi per più di 25.000 miglia nelle sue escursioni da est a ovest e da nord a sud dalla sua base a Cologne, N.J. Il suo unico corredo di viaggio, oltre agli abiti che indossa, consiste in un pettine, uno spazzolino e una penna per scrivere.

Pellegrina di Pace ha descritto il suo messaggio come basato sulle leggi divine (come illustra la Bibbia) e come un umanesimo che mescola il pensiero positivo con la ricchezza del potenziale umano.

«Tutte le persone hanno un potenziale, ma dipende da voi se portare a termine la crescita fisica e mentale per poter vivere all'altezza del vostro potenziale» ha detto. Questa donna, avendo viaggiato

molto, ha sottolineato un altro aiuto per il raggiungimento del pieno potenziale: la crescita spirituale.

«Il cuore dell'uomo rivela l'uomo» ha detto, citando uno dei numerosi versetti biblici che spuntano nelle sue conversazioni pubbliche. Pellegrina di Pace ha portato il suo messaggio di promozione della pace in scuole come Harvard, Yale, la «University of Pennsylvania» e la «University of California-Berkeley» e si sta recando a Dallas per tenere una conferenza in un convento cattolico.

«L'itinerario del mio settimo pellegrinaggio mi porterà attraverso i 48 stati nel giro di circa sei anni» ha detto, aggiungendo che tutte le sue tappe sono programmate in base agli inviti che ha ricevuto.

Dopo la sua prima traversata a piedi del paese da sola, Pellegrina di Pace ora riceve dei fondi per un bollettino da donatori anonimi, ma lei non è affiliata ad alcuna organizzazione o religione. Tutta la sua posta viene rispedita a partire dal suo indirizzo postale del New Jersey.

«Mi sembra di aver vissuto tre vite» dice, descrivendo come ha iniziato la sua «nobile crociata». Dopo aver vissuto quella che lei ha definito «una vita vuota, fatta di denaro e di cose» da giovane, ha spiegato che iniziò a vivere una vita più austera alla fine degli anni 1930, quando iniziò a lavorare con gli anziani e a ridurre il suo stile di vita allo «stretto necessario», sopravvivendo con circa \$10 alla settimana.

È stato allora che ha pronunciato il suo voto personale: «Rimarrò una vagabonda finché l'umanità non avrà imparato la via della pace, camminerò finché mi verrà offerto un rifugio e digiunerò finché mi verrà dato da mangiare». Non ha mai denaro con sé. «Non temo nulla e mi aspetto del bene, perciò mi accadono cose positive».

MILITANDO PER LA PACE NEL MONDO -- È un modo di vivere

di Beverly Creamer, responsabile della rubrica «People»

(Honolulu Advertiser - giovedì 15 agosto 1980)

Ha l'aspetto di una persona affascinante nella sua eccentricità: le scarpe da ginnastica, la coda di cavallo, la tuta blu per camminare sono ciascuno un regalo da parte di un amico diverso di una diversa parte del paese.

Nella capiente tasca a marsupio che gira intorno al punto vita ha riposto tutti i suoi averi: un pettine di plastica senza un dente, uno spazzolino pieghevole, una penna, striscioline di carta blu con su scritto il suo messaggio di pace per il mondo e un fascio di lettere degli amici da tutto il paese.

«Porto sempre addosso tutto ciò che possiedo» dice, mettendo una mano nel marsupio e cercando di pescare le lettere che ha infilato sul lato posteriore. Nelle notti gelide quando doveva rannicchiarsi sul ciglio di una statale qualunque e dormire sotto le stelle (il suo modo preferito di dormire, dice, senza sacco a pelo), metteva la sua corrispondenza sotto la camicetta per tenersi calda la schiena.

Negli ultimi 27 anni e ½ questa donna che si fa chiamare Pellegrina di Pace ha viaggiato in lungo e in largo per l'America per la maggior parte a piedi, diffondendo un messaggio di pace. Per i primi 10 anni ha contato le miglia, dice, e nel 1964 aveva raggiunto il traguardo delle 25.000 miglia a piedi. Alla fine non sopportava più di continuare a contarle, ma proseguì il suo cammino,

impegnandosi con particolare attenzione nel tenere conferenze informali nelle università, alle fermate dei camionisti e nelle chiese.

Per tutti quegli anni ha vissuto senza soldi, non ne accettava né comprava nulla, niente, da quando è diventata una pellegrina errante.

«Sono stata oggetto di indagini investigative durante l'era McCarthy per vedere se ero una vagabonda o una pellegrina religiosa». McCarthy decise che era quest'ultima e la lasciò andare. «Sono una donna profondamente religiosa» dice Pellegrina. «Solo che non appartengo ad alcun gruppo religioso».

Durante tutto quel tempo nessuno le ha fatto del male. «Certo che no» risponde, divertita dalla domanda. «Vivo totalmente di fede». Non l'ha mai abbandonata. Il periodo più lungo senza un'offerta di cibo è stato di tre giorni.

Non è stata sottoposta a controlli medici, non si preoccupa di ammalarsi e dice che, in tutti gli anni che ha trascorso sulla strada, non ha mai avuto un dolore, uno spasmo, un mal di testa o un raffreddore, sebbene sia rimasta intrappolata nelle tormentate di neve e abbia dormito incidentalmente in cartoni da imballaggio vuoti, in auto parcheggiate, in celle vuote, su tavoli da conferenza e una volta sul sedile anteriore di un camion dei pompieri a Tombstone, in Arizona.

Non vi dirà mai qual era il suo nome di battesimo. Non vi dirà la sua età, in parte perché l'ha dimenticata (anche se ammette di poterla immaginare se davvero volesse - e non vuole) e in parte perché non vuole avere a che fare con cose come i compleanni e le ipoteche.

Ma dovrebbe avere 80 anni, dice il suo buon amico, il Rev. William Kautz, un pastore della «Chiesa Unita di Cristo» di Honolulu. Come minimo.

Alle ore 9,30 di domenica mattina Pellegrina parlerà ad un gruppo di discussione presso la «Church of the Crossroads», al 1212 di University Avenue. Un'ora e 15 minuti dopo parlerà nella «Chiesa Luterana del Buon Pastore» al 638 di N. Kuakini Street. Parlerà di ciò di cui parla sempre dovunque si rechi: la regola aurea.

Ama tutti quelli che incontra? Ancora un'espressione divertita. «Certo», risponde, «come potrei farne a meno? In tutti noi vi è una scintilla divina. A me le persone appaiono come luci scintillanti...».

Pellegrina dice che ha riscontrato alcuni progressi verso la pace durante i suoi giri in lungo e in largo per l'America per la sua missione durata quasi tre decenni. «L'opera di un pellegrino è di scuotere le persone dall'apatia e di farle riflettere». La sua coda di cavallo grigia vibra mentre lei parla. Se la taglia da sola, tirandola su e tagliandola in punta. La tiene ordinata, dice.

«C'era molta apatia quando ho iniziato il pellegrinaggio. La Guerra in Corea e l'era McCarthy erano all'apice... Proprio il momento adatto per un pellegrino di fare un passo avanti... all'inizio la gente pensava che la guerra fosse una parte necessaria della vita, senza alternative. Adesso crede che vi siano alternative possibili e le sta cercando».

«Quando ho iniziato io», ha continuato, «non vi era alcun interesse per la ricerca interiore». Ora, dice, «la crisi attuale ci ha spinto verso di essa... Continuo sempre a far riflettere le persone sul loro potenziale e a farle vivere in accordo con esso».

Pellegrina ha spiegato che le ci sono voluti 15 anni prima di fare il primo passo, prima di arrivare ad una graduale comprensione del fatto che doveva liberarsi di tutto quanto e diventare una vagabonda. Stava bene finanziariamente, dice, e viveva a Los Angeles in un appartamento raffinato, indossava vestiti eleganti. Ma 42 anni e ½ fa, ha iniziato a sentire un vuoto e le sue amicizie le sembravano superficiali e ha capito che doveva fare qualcos'altro della sua vita.

«Non ho iniziato il pellegrinaggio prima di aver trovato la pace interiore».

Mentre parla così le sue mani scure, segnate dalle intemperie, si sollevano di scatto, con le dita che puntano verso il cielo. I suoi grandi, umidi occhi azzurri si muovono rapidamente a guardare il soffitto e poi si abbassano nuovamente. È stato allora, dice, che si è sentita «collegata alla fonte di energia universale... la riserva universale... e la verità universale...».

Quando ha bisogno di nuovi abiti c'è sempre qualcuno che glieli regala. Quando le serve del cibo, lo riceve gratis. Una volta le è venuta via un'otturazione e anche allora ha trovato chi gliel'ha rifatta.

Pellegrina non inonda il suo pubblico di retorica, non fa citazioni letterarie spocchiose. Per carità. Il suo messaggio è semplice e sta tutto in striscioline di carta azzurra che distribuisce a tutti a mo' di rapida introduzione. Parte di esse recita la «formula magica di Pellegrina di Pace»:

«Vi è una formula magica per risolvere i conflitti» si legge. «È questa: l'obiettivo da porsi è la risoluzione del conflitto, non l'acquisizione di un vantaggio...». E questa: «Fai attenzione a non offendere e a non essere offeso».

Ovviamente tutto questo non significa che la vita di Pellegrina di Pace sia esente dai problemi. Proprio no. È solo che li vede in modo diverso. «I problemi sono opportunità di crescita spirituale».

Si potrebbe insinuare che il suo stile di vita non convenzionale probabilmente le assicura un pieno vantaggio per quel tipo di crescita. Si consideri il suo secondo viaggio alle Hawaii. Ha accompagnato per conto proprio 15 persone in una gita istruttiva di due settimane, che lei definisce «campeggio» nelle Isole. Le compagnie aeree non gradiscono più di tanto questo genere di viaggi organizzati; tuttavia sono autorizzati dalle norme dell'Amministrazione Federale dell'Aviazione e consentono a Pellegrina di avere un biglietto gratuito come guida turistica, come lei ci spiega.

«All'inizio avevano tentato di mandarmi in un'agenzia di viaggi» dice con un ampio sorriso che le mostra i denti. «Beh, vedete» ha detto loro «non posso farlo perché sono una vagabonda, una pellegrina».

«COSA è lei?» mi ha chiesto l'addetto dell'agenzia.

Pellegrina sorride: «Alla fine ho detto: “Pensi a me come ad un'oratrice che viaggia”. In quel modo l'hanno capita».

Il gruppetto di Pellegrina ha trascorso due settimane in giro per le isole, dormendo nei parchi vicino alle spiagge e cucinando con i fornelli da campeggio. Ha gestito quella gita così come gestisce la sua vita.

Pellegrina partirà lunedì, tornando in volo a Los Angeles e poi andrà a Bismarck, nel North Dakota,

grazie a dei biglietti aerei che le sono stati offerti per riprendere il corso del suo pellegrinaggio. Alterna percorsi a zigzag a capatine in lungo e in largo per il paese, cercando di fare una scappata a Cologne, N.J., di tanto in tanto per andare a trovare l'amica che le rispedisce tutta la sua corrispondenza. (Il suo indirizzo è: Peace Pilgrim, Cologne, N.J. 08213).

Riceve spesso lettere di persone che le scrivono cose come: «Da quando ho parlato con te sto pensando di fare anch'io qualcosa per la pace». «Scrivono a un deputato o fanno la pace con un amico... Tutto si somma» dice lei.

Pellegrina tiene una regolare corrispondenza con 10.000 persone che ha incontrato, inviando loro a cadenza irregolare dei bollettini e facendo loro sapere quando arriverà nei paraggi. Invariabilmente, viene sommersa di inviti per l'alloggio.

«Se non avete paura di nulla e vi aspettate solo il bene, il bene arriva» dice, spostandosi all'esterno per mettersi in posa davanti al fotografo del giornale. Si stende sull'erba, con le mani intrecciate dietro la testa, nella posizione che assume di solito quando dorme sotto le stelle nelle notti estive.

Poi si accoccola in avanti, a gambe incrociate, con le mani infilate sotto le ascelle, per mostrare come dorme nelle notti fredde e spiega: «A volte un piede si raffredda se non ci metto sopra una cartina stradale».

Finite le foto, con un balzo si solleva dal prato e dà delle strette di mano. «Soldi» dice «non ne accetto. Io mi occupo della verità spirituale che non dovrebbe mai essere venduta né acquistata. Quando sarete pronti, vi verrà concessa».

Spera che altri facciano come lei? «Oh no» risponde. «Intraprendere un pellegrinaggio non ha mai ispirato nessuno».

PELEGRINA AFFERMA: LA MATURITÀ PORTA ALLA PACE

di John Fetler, redattore della rubrica religiosa sul *Gazette Telegraph*
(Colorado Springs Gazette Telegraph, CO., 28 aprile 1979)

Ammette di avere qualcosa in comune con San Francesco nella sua crociata per la pace.

Dovunque lei parli, nelle università, nelle chiese, nelle scuole superiori o agli angoli delle strade, dà l'impressione di avere una sorta di «luce interiore» che attira in particolar modo i giovani. Alcuni di loro le hanno chiesto addirittura di diventare suoi discepoli.

La cosa incredibile, in un'epoca artificiale e cinica come la nostra, è che nessuno sembra prenderla per un'imbrogliata o una ciarlatana.

Nemmeno per una fanatica che si fa delle illusioni su se stessa.

Invece, questa signora dai capelli argentei, dagli occhi azzurri vibranti e tuttavia seri, viene presa per quello che è: la Pellegrina di Pace.

È rimasta a Colorado Springs per una settimana. Ha parlato ad una dozzina di riunioni, ad un pubblico che andava dalle 5 alle 500 persone. Poi, all'inizio di questa settimana, è partita per

Denver per continuare la sua crociata solitaria.

È il suo settimo pellegrinaggio, la sua settima traversata del paese.

Prima di lasciare la città, è venuta ad incontrarci al giornale.

Non ci ha voluto dire il suo vero nome né gli anni che ha trascorso su questa terra, ma il suo aspetto è giovanile, senza età, i suoi gesti spontanei sono visibilmente convincenti, il suo sguardo totalmente schietto. Vi è qualcosa di vibrante nei suoi occhi e nelle sue parole. Ammette di avere «un'energia formidabile». Merito della sua «pace interiore», a quanto ci dice.

Le abbiamo chiesto: «Non sono peggiorate le cose nel mondo?».

«Oh no» ha esclamato «pensate solo a qualche anno fa, a com'erano le cose durante la Guerra in Corea. In quel periodo, la guerra era ancora un metodo accettato per trattare i conflitti internazionali. Guardate oggi. Adesso parlano tutti della necessità della pace. Oggi la guerra non è più accettabile».

La sincerità della sua convinzione sprigionava dai suoi occhi.

Ma non dipende semplicemente dal suo entusiasmo.

Perfino il cinico peggiore ammetterebbe: «Anche se non sono d'accordo con lei sulla speranza per il futuro, non posso negare che le sue argomentazioni hanno una logica».

Lei definisce il vero essere umano come un essere «incentrato su Dio». Sotto questo aspetto, la sua convinzione è solida come la roccia.

Spiega di non essere stata educata secondo una religione particolare, il che le rende possibile muoversi facilmente da una religione all'altra. Il suo record di oratrice è stato di tenere sette sermoni in una domenica.

Di solito utilizza parole di uso quotidiano. Ma il suo «atteggiamento religioso» permea il suo pensiero. Crede fermamente che un individuo ha bisogno per prima cosa di un atteggiamento religioso verso Dio, verso gli altri e verso se stesso.

Se le chiedono se esiste il male nel mondo, esclama: «Oh, ma quella è solo immaturità».

Magari è un concetto religioso, ma è ciò che sostengono anche gli psicologi.

Come può un individuo migliorare il mondo?

Lei sostiene che prima deve trovare la pace interiore.

Spiega: «Ognuno di noi può avvalersi del libero arbitrio per maturare. Ci dobbiamo rendere conto che siamo completamente responsabili della nostra vita. Non c'è nessun altro modo».

Ecco perché rifiuta di accettare dei «discepoli».

«Solo Dio accoglie i discepoli» dice lei. «Non è sano seguire un altro essere umano, è solo segno di

immaturità. Ogni persona deve trovare la propria maturità. Ma ci vuole tempo. Mi ci sono voluti 15 anni per trovare la mia. Ma il periodo di crescita è diverso per ogni individuo».

«Oh», esclama (sembra la sua parola favorita e la pronuncia con quella allegria luminosa che è totalmente disarmante), «cerco solo di ispirare le persone a trovare il loro scopo nella vita. Non esistono due persone uguali. Perciò non vi sono due persone con lo stesso compito. Ognuno deve trovare qual è il proprio compito nella vita. A quel punto quella missione diventa facile e gioiosa».

Racconta che alcune persone le hanno proposto con insistenza di creare un'organizzazione pacifista per conto suo, ma lei ha rifiutato.

«Parlo già in tanti collegi, università, scuole superiori, nelle chiese» dice. «Non vi è alcun bisogno di aggiungere un'altra organizzazione».

Ma considera le istituzioni essenziali per realizzare la pace nel mondo.

Spiega: «Quando saremo abbastanza numerosi e abbastanza maturi da poter influenzare le istituzioni esistenti, allora le cose si trasformeranno rapidamente in direzione della pace».

«Accetto ogni essere umano che incontro» dice con disarmante semplicità. «Credo che tutti gli esseri umani vogliono fare la cosa giusta, ma non sempre sanno qual è».

Per quel che riguarda la condanna e l'odio lei afferma: «Con una reazione negativa farei del male solo a me stessa».

Oltre a tutto questo, riceve della corrispondenza da tutto il paese. L'indirizzo di Pellegrina di Pace è semplice: Peace Pilgrim, Cologne, N.J. 08213.

«È solo una piccola città di un'area rurale» ha spiegato. «Una mia amica ha accettato di fare da buca delle lettere, diciamo. Lei mi spedisce le lettere e io rispondo fra una conferenza e l'altra».

Il suo progetto di fare 25.000 miglia a piedi per la pace è stato raggiunto nel 1964, ma ha continuato a marciare per la pace ugualmente, con la scritta «Pellegrina di Pace» applicata sulla sua casacca.

Come San Francesco, non è appesantita dai beni materiali. Spesso le viene data ospitalità dai numerosi amici che si è conquistata in numerose parti del paese; non accetta offerte di denaro.

Inizialmente era una pellegrina solitaria. Adesso non è più una figura isolata su una strada americana. I suoi impegni di oratrice la terranno occupata fino all'inizio del 1984.

La cronaca del suo pellegrinaggio è in via di realizzazione a cura dello «Swarthmore College».

UN'INTERVISTA A PELLEGRINA DI PACE, 6 LUGLIO 1981

(condotta da Ted Hayes, direttore della stazione radio «WKVI» di Knox, Indiana, il giorno prima di venire uccisa).

Ted Hayes: Pace, mi parli un po' della sua marcia per la pace. Com'è nata l'idea?

Pellegrina di Pace: Beh, è iniziata il 1° gennaio 1953 a Los Angeles, in California. Quell'anno decisi di attraversare a piedi tutto il paese, cosa che feci seguendo un percorso a zigzag per 5.000 miglia, senza sosta. E poi sono andata avanti, semplicemente. Sono al mio settimo itinerario, è la mia settima traversata del paese. Ho attraversato i cinquanta stati, le dieci province canadesi e alcune zone del Messico. Sono una persona semplice, che fa tutto il possibile, con impegno, per la pace. Cammino nella preghiera, come un'opportunità di parlare con molte persone e magari ispirarle a fare anche loro qualcosa per la pace, come sono capaci.

TH: Pace, che cosa l'ha portata qui a Knox, in particolare?

PP: Sono stata invitata a venire a Knox da una mia vecchia amica, Gertrude Ward. L'avevo incontrata in un altro posto, perciò questa è la prima volta che vengo a Knox. Mi sposto sempre, ovviamente. È parte del mio regolare pellegrinaggio per la pace. Non ho soldi e non ne accetto. Non appartengo ad alcuna organizzazione, perciò non ricevo alcun tipo di sostegno dalle associazioni. Possiedo soltanto quello che indosso e che porto con me. Cammino finché mi viene offerto un tetto, digiuno finché mi viene offerto del cibo. Non chiedo nemmeno, ricevo senza dover chiedere. Le posso garantire che la gente è buona. Vi è una scintilla di bontà in ciascuno di noi, non importa quanto sia sepolta in profondità.

Beh, di solito ricevo tanti inviti sull'onda del momento. La maggior parte delle volte mi hanno offerto un letto dei perfetti sconosciuti. E raramente ho saltato più di tre o quattro pasti di fila. Ora invece ricevo spesso degli inviti in anticipo, com'è il caso, appunto, di Knox.

TH: Pace, mi permetta di chiederle: si è sempre chiamata Pellegrina di Pace o aveva un altro nome da ragazza?

PP: Oh, non è il mio vecchio nome, ma se lei inviava una lettera con il mio vecchio nome, non la riceverei neanche. Adesso io sono in tutto e per tutto Pellegrina di Pace. Mi hanno detto che è un nome professionale: vede, è molto usato. È diventato ormai il mio nome legale da dieci o dodici anni, risale al 1953, l'anno di inizio del pellegrinaggio.

Sono cambiate molte cose da allora, ma posso dire che una cosa è rimasta uguale: il mio messaggio. Dice sempre: questa è la via della pace: sconfiggi il male con il bene, la falsità con la verità e l'odio con l'amore. È il messaggio che mi porto dietro dopo tutti questi anni. Beh, vede, non abbiamo ancora imparato a viverlo. La parola chiave oggi è proprio la pratica. Non abbiamo bisogno di altra luce, ma di mettere in pratica la luce che già possediamo. Quando lo faremo, accadranno cose meravigliose nella nostra vita e nel mondo.

TH: Pellegrina di Pace, sa che ci sono persone che non si sognerebbero nemmeno di farlo, che magari considerano le persone come lei svitate o stupide? Fa fatica a superare questa barriera con quel tipo di persone?

PP: Beh, sono abbastanza sicura che fra quelli che mi hanno appena sentito qualcuno penserà che ho perso completamente il senno. Dopotutto, faccio qualcosa di diverso. E i pionieri sono sempre stati considerati un po' strani. Ma vede, io amo le persone e vedo la bontà che c'è in loro. E quando si riesce a vedere, si sa anche dove prendere. Il mondo è come uno specchio: se tu gli sorridi, lui ti sorride. Io adoro sorridere e perciò generalmente ricevo sempre dei sorrisi in cambio. Mi è stato dato tutto quello che mi serviva durante il pellegrinaggio senza nemmeno doverlo chiedere.

TH: Lei va in giro per il paese senza nemmeno un centesimo in tasca. Cammina accompagnata

soltanto dalla fede che qualcuno si prenderà cura di lei e sembra che questo le succeda sempre. Lei deve avere la giusta intuizione di chi avvicinare, a chi sorridere, chi sarà buono con lei, non è vero?

PP: Io sorrido a tutti. Non sono mai io ad avvicinarmi agli altri. Indosso una tunica con la scritta «Pellegrina di Pace» sul davanti e «25.000 miglia a piedi per la pace» sul dietro, così è la gente che si ferma a parlare, e lo fanno in molti. Mi aiuta a creare i contatti nel modo più gentile. E gli incontri che faccio sono molto speciali. C'è chi è interessato alla pace in modo genuino o chi ha una curiosità vivace ed innocua. Vede, c'è un sacco di interesse nella pace ora. Quando ho iniziato, la gente accettava la guerra come una parte necessaria della vita. E adesso naturalmente stiamo cercando le alternative alla guerra. In realtà è una conquista, è meglio di prima. Agli inizi era scarso l'interesse per la ricerca interiore; adesso invece l'interesse è quasi universale, che per me è il migliore risultato in assoluto. Inoltre, siccome io parlo più che altro della pace interiore come un passo verso la pace nel mondo, è ovvio che vi sia un interesse crescente su questo tema.

TH: Pace, la Bibbia ci dice che ci saranno sempre delle guerre. Cosa risponde alle persone che dicono queste cose? Pensa che il suo piccolo sacrificio può fare la differenza?

PP: In effetti la Bibbia dice che ci saranno «guerre e rumori di guerre». Ma questa profezia si è abbondantemente avverata nei secoli. Non vedo perché dovremmo desiderare che questa profezia continui a compiersi. La Bibbia dice anche: «Essi trasformeranno le loro spade in vomeri, le loro lance in falci; un popolo non leverà più la spada contro un altro, né si eserciterà più alla guerra». Forse è venuto il tempo di questa profezia. Credo che sia così.

Credo che sia quello che tutti noi vogliamo, naturalmente. Eppure, c'è ancora così tanto pessimismo. Ho parlato ad una signora che mi ha detto: «Prego con lei per la pace ma ovviamente non credo sia possibile». Le ho risposto: «Non pensa che la pace sia in accordo con la volontà di Dio?» «Oh sì» ha detto «penso di sì.» Le ho chiesto: «Beh, come può dirmi che ciò che è in accordo con la volontà di Dio non è possibile?». Non solo è possibile, è inevitabile. In quanto tempo? Dipende da noi.

Ora, so che ogni sforzo onesto produce buoni frutti, perciò continuo a fare tutto il bene che posso. I risultati li lascio nelle mani di Dio. Forse non si manifesteranno mentre sarò in vita, ma alla fine si manifesteranno.

TH: Pace, non sta bene, in genere, chiedere l'età ad una donna appena incontrata, ma oggi tenterò la fortuna e glielo chiedo.

PP: Posso solo dirle che non lo so e fa parte di una mia scelta deliberata. Possiamo creare in maniera costante attraverso il pensiero, inclusa l'età. Io avevo creato un'età sufficiente quando ho iniziato la marcia il 1° gennaio 1953 e mi sono detta: «Basta così». Da allora mi vedo senza età e con una salute raggianti. Non sono diventata più giovane, ma non ne vedo la ragione. Sto bene esattamente come sono e quando si sono imparate le lezioni delle stagioni della vita già trascorse, non si sente un reale desiderio di tornare ad una stagione di vita precedente.

TH: Pellegrina di Pace è stata mia ospite oggi. Nei suoi scritti dice: «Sulla schiena porto la scritta: "Pellegrina di Pace, 25.000 miglia a piedi per la pace"». Ha raggiunto quel traguardo ma continua a marciare perché il suo voto è: «Rimarrò una vagabonda finché l'umanità avrà imparato la via della pace, camminerò finché mi verrà dato rifugio e digiunerò finché mi verrà offerto del cibo». Sembra una donna molto felice.

PP: Sono davvero una persona felice. Come si fa a conoscere Dio e a non essere pieni di gioia?
Voglio augurare la pace a tutti.

Appendice VI: Lettere a Pellegrina di Pace

Ecco dei brani tratti dalle lettere inviate a Pellegrina di Pace che risalgono in buona parte alla fine del suo ultimo itinerario di pellegrinaggio. Sebbene inoltrasse certi testi, come ad esempio ritagli di notizie alla biblioteca di pace «Swarthmore College Peace Library» (che raccoglie il materiale su di lei), Pace seguiva il suo voto di semplicità scartando la maggior parte delle lettere che riceveva dopo aver risposto.

Un amico: «Che cosa mi hai fatto? Tutto quello che ho fatto è di chiedere ad una signora simpatica se voleva un passaggio e mi sono ritrovato in un nuovo mondo delle meraviglie. Adesso la mia vita cambia rapidamente ogni giorno. Semplicemente, non sono più l'uomo che ero un mese fa, una settimana fa, ieri. Continuo a trovare ulteriori significati alla nostra conversazione».

Un amico: «Quando ho aperto le tue lettere, il mio animo era in tumulto, il mio animo inferiore in conflitto con il mio sé superiore, e ha vinto il primo, mi spiace! I tuoi messaggi meravigliosi mi hanno sommerso come un'onda che mi ha pulito e purificato! Ciò che dici ha molto senso: è la VERITÀ con le lettere maiuscole!».

Un professore universitario: «Forse le farà piacere sapere che l'esame finale di Filosofia 201 di domani consisterà in una serie di sue citazioni e di domande sui suoi aforismi».

Un corrispondente: «Ho sentito William Jennings Bryan, il grande oratore della sua generazione. Ho anche sentito il Dr. Russell Conwell tenere la sua celebre conferenza "Terre di diamanti" e voglio dirle che la conferenza che ha tenuto lei era superiore allo sforzo di Bryan o al genio di Conwell».

Un amico: «Grazie mille per avermi mandato i tuoi scritti. Li ho trovati tutti molto profondi. Fa risuonare una corda del mio cuore... La tua corrispondenza mi è arrivata come la risposta alla mia preghiera: è arrivata un giorno in cui avevo un enorme bisogno di pace interiore e i nodi allo stomaco si sono sciolti. È stato molto confortante».

Un pastore del Texas: «...ho dato il suo libricino, "Passi verso la pace interiore", ai pastori della Costa Occidentale. Tutti loro vorrebbero averla nelle loro chiese per tenere un discorso. Ho detto loro che lei è la cosa migliore che sia mai capitata alla nostra chiesa, lo dico in tutta sincerità. So che lei è una benedizione per il mondo intero».

Un amico di Baton Rouge: «...spero sinceramente che il tuo messaggio di pace saggio e vitale stia trovando un pubblico ricettivo nei luoghi che visiti... Sono in molti a preoccuparsi sempre di più del militarismo scioccante e oltraggioso che adesso si predica ovunque. Sicuramente nessuna persona con una coscienza può sostenere o giustificare delle preparazioni di massa di tale portata per la distruzione totale della famiglia umana. Sarebbe davvero meraviglioso vedere il trionfo finale della pace e della giustizia sulle forze della morte e della distruzione...».

Una suora cattolica della California: «Per qualche buona ragione lei continua ad incrociare dei cattolici che lavorano per la pace sul suo cammino... Oggi lei è una testimone della pace di Gesù».

Uno studente universitario dell'Illinois: «L'ho incontrata alcuni mesi fa... e il suo messaggio mi è rimasto in mente da allora. Ho ascoltato a lungo “le persone di successo” che mi dicevano com'era la vita e io seguivo ciecamente i loro consigli. Comunque ho trovato ciò che stavo cercando grazie ad una piccola signora dai capelli bianchi che non possiede nulla...».

Un pastore: «Grazie per la sua ispirazione e per il suo incoraggiamento. Lei è stata “mandata da Dio” nella nostra congregazione. La nostra chiesa sperimenta una vita nuova, l'armonia e l'apertura alla missione per gli altri».

Uno studente universitario: «Da quando ho sentito il suo messaggio, ho rivalutato e riorganizzato i valori e le priorità della mia vita. Ho scoperto una persona dentro di me con un desiderio travolgente di aprirsi e di condividere con gli altri, che io avevo sepolto sotto il mio interesse egoistico e sotto la mia paura. Mi sono impegnato molto per sopravvivere e magari recuperare tutto quello che mi ero perso della vita. Aspettavo qualcuno che mi aprisse un varco nel muro dell'apatia e della disillusione che mi circondavano. Il messaggio di pace e di amore che lei ha condiviso con la nostra classe l'altra sera mi ha aiutato ad aprirmi e a vedere che c'è ancora molta bontà nel mondo. Ci sono così tante persone come me che aspettano qualcuno, uno qualunque, che abbia il desiderio di incontrarle direttamente... Anche se forse non avrò mai il coraggio di viaggiare come fa lei, riesco ad incontrare la gente di Springfield... La voglio ringraziare per avermi aiutato a credere nelle persone, con tutta la mia istruzione era una cosa che non avevo mai imparato... Il suo impegno alla pace e all'amore si irradia dal suo viso, non ha alcun bisogno di persuadere o dibattere il suo tema... Che Dio la benedica davvero... Possa la sua luce brillare ancora per molti anni».

Un amico: «...incontrarti ha significato molto per me. Per la prima volta mi sono chiesto quale sia il mio ruolo nel piano divino; non mi è mai venuto in mente prima che ci fosse qualcosa di speciale che io avrei dovuto fare...».

Un ascoltatore radiofonico: «In 51 anni di ascolto, lettura e discussione non ho mai udito né visto la verità in relazione sia ai problemi interiori che esteriori diffusi da lei in maniera così bella e logica al programma odierno della radio locale. Lei possiede una comprensione formidabile dei problemi che attualmente tormentano i popoli e i governi ; le soluzioni di cui lei parla sembrano così logiche e promettenti».

Appendice VII: Sul Sentiero degli Appalachi

Pellegrina di Pace durante il viaggio sul Sentiero dei Monti Appalachi, 1952.
La prima donna a percorrere il Sentiero degli Appalachi in una stagione.



Mildred Norman Ryder (più tardi Pellegrina di Pace) durante la sua escursione.

Nel 1952, l'anno precedente l'inizio del suo pellegrinaggio, Pellegrina di Pace, conosciuta allora con il nome di Mildred Norman Ryder, partì per un altro viaggio memorabile. Il 26 aprile di quell'anno, in compagnia dell'amico di Philadelphia Richard Lamb, Mildred iniziò il cammino verso nord lungo 2.050 miglia, dal monte Oglethorpe in Georgia al monte Katahdin nel Maine settentrionale. Nel momento in cui completò il viaggio nell'ottobre di quell'anno, fu la prima donna ad attraversare a piedi l'intero Sentiero degli Appalachi in una sola stagione. Lei e Dick furono anche i primi escursionisti a completare il transito incerto del Sentiero degli Appalachi, dirigendosi inizialmente a nord a piedi fino al fiume Susquehanna in Pennsylvania, poi viaggiando in auto o in autobus fino a Katahdin e proseguendo a piedi verso sud ritornando al punto di partenza. Sulla via del ritorno fecero una piccola deviazione di 165 miglia e si arrampicarono anche nella parte settentrionale del Lungo Sentiero nel Vermont, nel punto in cui i due sentieri si separano a metà stato. Poi tornarono nel Vermont centrale e completarono il loro viaggio verso sud sul Sentiero degli Appalachi.

Il 12 agosto 1952, il suo compagno di escursioni, Dick Lamb, scrisse un biglietto da Bigelow, nel Maine, alla sede della Conferenza sul Sentiero degli Appalachi, che a quel tempo si teneva a Washington, D.C., descrivendo i loro progressi:

Cara Signorina Stephenson,

In qualità di redattore delle *Appalachian Trailway News*, le interesserà conoscere alcuni fatti sulla prima coppia, in particolare sulla *prima donna*, che ha attraversato *a piedi* l'intero Sentiero degli Appalachi per 2.050 miglia in meno di 5 mesi. Il 26 aprile siamo partiti dal monte Oglethorpe e siamo arrivati ad Harrisburg in 2 mesi e ½, facendo circa 15-20 miglia a piedi al giorno e dormendo in tenda ogni notte. Poi abbiamo raggiunto il monte Katahdin, nel Maine, in auto e abbiamo percorso a piedi ben 200 miglia nel lato impervio settentrionale del Sentiero, verso la Pennsylvania, dove avevamo in programma di arrivare il 1° ottobre. Questa escursione è un'esperienza salutare di vita semplice e naturale.

Con spirito d'avventura, altri due escursionisti del Sentiero degli Appalachi,

Dick Lamb & Mildred

(p.s. Siamo rimasti in contatto con Earl Shaffer [il primo escursionista che percorse per intero il Sentiero senza fermarsi, N.d.T.]).

(Per gentile concessione degli archivi della Appalachian Trail Conference)

Quell'inverno, siccome Pellegrina di Pace stava iniziando il suo pellegrinaggio in California, il seguente trafiletto apparve sull'edizione del gennaio 1953 delle *Appalachian Trailway News*:

Svariate volte durante l'estate delle persone che si trovavano sul Sentiero hanno raccontato di aver incontrato «Dick e Mil», come si facevano chiamare, in cammino sugli Appalachi. Dal sud siamo venuti a sapere che si stavano recando a Katahdin. Ma più tardi, chi li ha incontrati nel nord, insisteva che erano diretti a sud. Il mistero è stato svelato ai primi di novembre, quando una lettera di Dick Lamb di Philadelphia riportava che erano partiti dal monte Oglethorpe il 26 aprile e avevano camminato verso nord diretti al fiume Susquehanna. Lì hanno preso un autobus per Millinocket, nel Maine. Poi sono arrivati a Katahdin e hanno viaggiato verso sud. Arrivati al Lungo Sentiero, se ne sono allontanati costeggiandolo per raggiungere la frontiera canadese, poi sono tornati sul Sentiero degli Appalachi continuando fino al fiume Susquehanna.

Sebbene non si tratti di un viaggio continuo sul Sentiero, questa è stata la prima traversata dell'intero Sentiero in una stagione.

(*Appalachian Trailway News - Vol. 14, n.1 gennaio 1953. Pag. 14*)

In un'era in cui non esistevano il tessuto antistrappo, il gore-tex, i cibi congelati e disidratati e altri equipaggiamenti hi-tech, vivevano in maniera semplice e si erano portati con sé quello che oggi verrebbe considerato un equipaggiamento minimalista. Nel ricordare quel viaggio, Pellegrina di Pace ha detto:

«Vivevo completamente all'aria aperta, avendo soltanto un paio di pantaloni e uno di pantaloncini, una camicetta e una felpa, una coperta leggera e due fogli di plastica doppia, in cui a volte infilavo le foglie. Non ero sempre completamente al caldo e all'asciutto, ma mi piaceva immensamente. Il mio menù, mattino e sera, consisteva in due tazze di fiocchi d'avena crudi ammolati nell'acqua e addolciti con due cucchiaini di zucchero scuro; a mezzogiorno mangiavo due tazze di latte in polvere

concentrato più delle bacche, noci o verdure che trovavo nei boschi».

(«Pellegrina di Pace: la vita e l'opera dalla sue parole», pag. 47)

La vita sugli Appalachi era adatta a lei. Si divertiva sempre e trovava ispirazione nelle bellezze della natura e in una vita sana e attiva. Fare dell'escursionismo rafforzò la sua fede nella vita semplice e confermò la sua abilità a vivere dello stretto necessario. Incoraggiava gli altri a condividere questa esperienza.

«Se siete liberi, vi consiglio vivamente un'escursione a piedi in un luogo selvaggio. Com'è stimolante camminare tutto il giorno sotto il sole e dormire tutta la notte sotto le stelle. Che esperienza meravigliosa la vita semplice, naturale. Visto che vi portate il cibo, l'equipaggiamento per dormire, ecc. sulla schiena, imparate ben presto che i beni superflui sono pesi superflui. Imparate subito quali sono le cose essenziali della vita, come il calore quando si ha freddo, un angolino asciutto quando piove, del cibo semplice quando si ha fame, acqua fresca e pura quando si ha sete. Date alle cose materiali il posto che spetta loro, visto che capite che esistono per essere usate e che vanno abbandonate quando non sono utili. Imparate presto a sperimentare e ad apprezzare la grande libertà della semplicità».

(«Pellegrina di Pace: la vita e l'opera dalla sue parole», pagg. 46-47)

È possibile che la visione del pellegrinaggio fosse arrivata alla fine del viaggio sul Sentiero degli Appalachi o forse nei momenti appena precedenti quell'escursione, che costituì comunque il suo terreno di prova per la sua missione attraverso il paese del 1953. Lei descrive la sua esperienza così:

«Quando mi svegliai all'alba ero ancora su quella cima della montagna spirituale, immersa in una sensazione meravigliosa. Sapevo che non avrei più avuto bisogno di scendere a valle. Sapevo che per me la lotta era finita, che finalmente ero riuscita a donare la mia vita e a trovare la pace interiore. Ripeto, questo è un punto di non ritorno. Non potete più tornare nella mischia. Ora la battaglia è finita perché voi *volete* fare la cosa giusta, non avete bisogno di essere spinti a farla. Uscii un po' per stare con Dio. Mentre ero in giro un pensiero colpì la mia mente: sentii una forte motivazione interiore per il pellegrinaggio, per questo modo speciale di testimoniare la pace. Con gli occhi della mente mi vidi camminare a piedi con indosso l'abito per la mia missione... Vidi una cartina degli Stati Uniti dove erano state segnate delle metropoli, era come se qualcuno avesse preso un pastello colorato e vi avesse disegnato sopra una linea a zigzag che andava da una costa all'altra, da un confine all'altro del paese, da Los Angeles a New York. Sapevo ciò che dovevo fare. E quella fu la mia visione dell'itinerario del mio primo anno di pellegrinaggio, il 1953! Entrai in un mondo nuovo e meraviglioso. La mia vita ottenne la benedizione di uno scopo ricco di significato».

(«Pellegrina di Pace: la vita e l'opera dalla sue parole», pag. 23)

Ecco un'intervista con Steve Alison alla radio «WPEN» di Philadelphia subito dopo aver terminato la traversata del sentiero nell'autunno del 1952:

STEVE: «Voglio farvi conoscere Mildred. Quest'estate ha attraversato a piedi l'intero Sentiero degli Appalachi, lungo 2.050 miglia ed è la prima donna ad aver compiuto questa impresa. Se non lo sapete, il Sentiero è una pista tortuosa, immersa nella natura selvaggia, che percorre la catena montuosa degli Appalachi dal Maine alla Georgia. Insomma, Mildred, è stata un'esperienza

divertente o logorante?»).

MILDRED: «Oh, è stata divertente e molto istruttiva ed ispirante. Non voglio dire che non ci sono state difficoltà, ovviamente ce ne sono state alcune. Ma facevano parte dell'intera e meravigliosa esperienza, e non sarebbe stata così meravigliosa senza di esse».

STEVE: «Ha detto che è stata istruttiva: in che senso?».

MILDRED: «In molti modi, Steve, ma mi lasci accennare ad una cosa che io credo sia importante. La vita su quel sentiero di montagna, che non è isolata dalla natura come la vita di città, tende a farti rendere conto di quali sono le cose davvero essenziali per il benessere materiale, e cioè il calore quando si ha freddo, un angolino all'asciutto quando piove, del cibo semplice quando si ha fame. Siccome si porta il cibo, l'equipaggiamento per dormire e quel che serve sulla schiena, si impara molto presto che le possessioni inutili sono fardelli inutili. Questa è una lezione che spero si riporteranno a casa tutti gli escursionisti, perché è valida nella vita quotidiana così come in un sentiero di montagna, e cioè che dei beni materiali in eccesso tendono a diventare dei pesi».

STEVE: «Ma tornando all'escursione, Mildred, per quanto lei consideri meravigliosa l'esperienza di quest'estate, non sta pensando di ripeterla, vero?».

MILDRED: «Non sto pensando di ripetere il Sentiero degli Appalachi subito, Steve, ma di continuare a fare dell'escursionismo. In effetti, ne ho programmato un altro nei dettagli e questa volta c'è soltanto da essere ottimisti, perché è un pellegrinaggio per la pace. Ci spero. (Potrei leggere ancora un po' dal mio bollettino?) “Mentre osserviamo le nuvole cupe avvicinarsi e ci prepariamo al temporale, non dimentichiamo mai che il sole continua a splendere dietro quelle nuvole scure e può affacciarsi prima che scenda la tempesta. Vedo un sole che risplende sul reale desiderio di pace nel cuore dell'umanità, sebbene la famiglia umana avanzi a tentoni verso la pace, non conoscendo il cammino”. Penso che chi di noi ha trovato una via di pace debba gridarlo dall'alto delle cime delle montagne ed è con questo pensiero che ho in mente di intraprendere il mio pellegrinaggio per la pace. Inizierò il 1° gennaio e camminerò da Los Angeles a New York e poi a Washington D.C. e parlerò a chiunque vorrà ascoltarmi della via di pace. Sto anche pensando di indossare una scritta, sul dietro si leggerà: “In cammino da costa a costa per la pace” e sul davanti: “Pellegrina di Pace”». (*Friends of Peace Pilgrim, Newsletter n.2*)

Sebbene non sia completamente chiaro se l'ispirazione per il pellegrinaggio sia avvenuta durante l'escursione sul Sentiero degli Appalachi o alcuni mesi prima, quel viaggio confermò di fatto a Mildred che poteva cavarsela e perfino trarre beneficio dai rigori di un cammino più lungo. Ovviamente quel cammino sarebbe stato di natura molto diversa e completamente basato «sui piedi e sulla fede». Perfino la più leggera attrezzatura usata sugli Appalachi sarebbe stata scartata. Con indosso una semplice tunica blu e facendo affidamento sulla bontà dei suoi simili, si sarebbe imbarcata in un viaggio che avrebbe di lunga oltrepassato i tracciati del Sentiero degli Appalachi per portarla sulle strade in un pellegrinaggio durato 28 anni ad abbracciare il mondo, a toccare la vita e i cuori di milioni di persone con il suo semplice e suggestivo messaggio di pace.

(*informazioni raccolte da Bruce Nichols*)

Appendice VIII: Esperienze con Pellegrina di Pace

Le lettere che seguono provengono da persone che hanno avuto l'occasione di passare un po' di tempo con Pellegrina di Pace.

Un'amica che ha incontrato Pellegrina di Pace prima del suo pellegrinaggio:

«Poco tempo prima che Pellegrina di Pace desse il via al suo pellegrinaggio ponendosi alla testa del Torneo delle Rose di Pasadena, è venuto un amico, accompagnato da una donna che tornava dalla spiaggia, camminando a piedi nudi e tenendo le scarpe in mano. Indossava dei pantaloncini e una camicetta. Poco dopo essere stati presentati, io e mio marito, a lei, la nostra conversazione divenne così interessante che ho telefonato a tre amici e li ho convinti a venire subito a conoscerla. Eravamo tutti felici di poter cenare insieme. Poi siamo andati a vedere un gruppo di danza folk e abbiamo proseguito la conversazione a casa fino a notte inoltrata.

Parlava del suo lavoro come lobbista di un gruppo di pressione per la pace, a Washington, D.C. (Circa dieci anni più tardi ho assistito ad un seminario legislativo nazionale a Washington, organizzato dalla "WILPF" la "Women's International League for Peace and Freedom". Ho saputo che lei era stata, senza l'ombra di dubbio, la rappresentante più efficace che la Lega avesse mai avuto). Ci confessò che più lei lavorava con i deputati, più si convinceva che il cammino che quegli uomini si ostinavano a seguire non poteva che portare ad un'altra guerra. Man mano che questa convinzione aumentava, cominciò ad essere ossessionata da una domanda. Come lei diceva: "Non ho paura per me stessa. Ma se ci piombasse addosso una catastrofe, quale gruppo potrebbe preservare il meglio della nostra cultura per l'umanità? I monasteri lo hanno fatto bene, svolgendo questo ruolo durante i tempi bui del Medioevo. Quale gruppo sarebbe adeguatamente strutturato per farlo questa volta?".

Si rese conto che non avrebbe mai potuto conoscere la risposta rimanendo a Washington. Siccome nessun altro sembrava preoccuparsi di quella questione, lei sentì il bisogno di lasciare il suo lavoro per trovare da sola la risposta. Per più di un anno fece l'autostop attraverso il paese, visitando ogni gruppo che poteva trovare che si era dato come missione la formulazione di modi realistici di vivere in gruppo, basati sull'amore e sulla condivisione.

Mi ricordo di averla sentita dire: "Dopo tutte le mie ricerche, ho trovato un gruppo che risponde abbastanza al bisogno di preservare la nostra cultura per gli anni difficili a venire: i 'Koinonia Partners', in Georgia. Ma nemmeno loro costituiscono una risposta completa".

Quando alla fine ci siamo lasciati, abbiamo tutti capito che lei provava un desiderio profondo di trovare delle risposte che le avrebbero permesso di contribuire in maniera utile alla missione di far entrare nel mondo un'era basata sull'amore e la cooperazione fra le nazioni. Qualche mese più tardi, abbiamo saputo che la nostra stimata amica aveva trovato il suo percorso in questo mondo in rapido cambiamento e che perciò avrebbe aiutato tutti nel suo modo così speciale.

Tre anni più tardi, quando abitavamo a San Bernardino, in California, abbiamo saputo che Pellegrina di Pace sarebbe presto passata nella nostra zona. Lei accettò la mia offerta di organizzarle

degli incontri durante la sua permanenza nella nostra città. Un pastore metodista pianificò per lei una presentazione ad una cena in chiesa. In seguito abbiamo lavorato su un'agenda completa di incontri. Le ho organizzato una conferenza nel nostro "YMCA Creative Living Club", un gruppo di studio sulla salute.

Il nostro presidente e la metà dei membri facevano parte degli Avventisti del settimo giorno. Egli venne ad un incontro preliminare per farsi un'idea di Pace, perché molti di loro si domandavano: "Che cosa sappiamo di questa donna sconosciuta che è stata invitata come oratrice?". Più tardi, lui mi confidò: "Pellegrina di Pace è semplicemente straordinaria! STRAORDINARIA! Non ho mai visto qualcuno come lei! E piacerà anche a quegli increduli. Sarà la migliore oratrice che abbiamo mai avuto".

Il mattino dell'arrivo di Pellegrina, il pastore mi informò che se lei telefonava da una zona in periferia, sarebbe andato a prenderla immediatamente. Quando lei mi chiamò, io la informai dell'offerta. Lei rifiutò categoricamente, dicendo che i contatti importanti avvenivano quando attraversava la periferia di una città. Alcuni giorni più tardi abbiamo visto quello che lei voleva dire. Degli estranei affluivano alla nostra riunione del "YMCA" e per due volte ci siamo dovuti spostare in una sala più grande. Quasi tutti i nuovi arrivati erano presenti in seguito al gentile invito che lei aveva fatto loro quando li aveva incontrati lungo il suo cammino.

Prima di dirigere Pellegrina di Pace verso la persona che l'ospitava, le diedi un orario aggiornato del programma delle sue conferenze nelle chiese e nei centri sociali. Dopo averlo consultato, lei chiese se avevamo un'università nella nostra città. Un istante dopo, era al telefono, cercando di persuadere un professore di giornalismo della "University of California" di Riverside che, se le avesse permesso di venire intervistata da lui, le competenze dei futuri giornalisti sarebbero migliorate. Anche se la sua agenda era molto carica, lei trovò il modo di inserire questa intervista. Che organizzatrice!».

Un altro amico che conobbe Pellegrina di Pace prima del pellegrinaggio:

«Ho incontrato Pellegrina di Pace qualche tempo dopo la seconda guerra mondiale, mentre insegnavo a Philadelphia e facevo del volontariato nell'ufficio del "Fellowship of Riconciliation" quasi ogni pomeriggio. Nel nostro ufficio, usava un piccolo spazio separato da una paretina, per potersi occupare della pubblicazione e della distribuzione del *World Events*, di Scott Nearing, ed era un bimensile, credo. Faceva anche diverse cose come volontaria per la "WILPF", la "Women's International League for Peace and Freedom". Era molto serena ed efficiente in questo lavoro. Quando veniva il momento di spedire il bollettino, lei riuniva un gruppo di persone interessate che si occupavano di piegare e scrivere l'indirizzo sulle buste in una sera. Lei si accontentava di \$10 alla settimana per le sue spese, che erano più che sufficienti, spiegava.

Penso che all'epoca possedesse due vestiti che portava alternandoli. Appariva sempre molto pulita, sobria, linda come un uccellino e infatti sembrava proprio un uccellino con la sua costante allegria, i suoi occhi brillanti, la sua vivacità. Era membro di un gruppo di escursionisti che faceva spesso dei lunghi viaggi. Una volta all'anno (credo), questo gruppo organizzava un'escursione di resistenza di 40 miglia. Si mostrava abbastanza soddisfatta di riuscire sempre a portare a termine l'escursione, anche se la maggior parte dei partecipanti si arrendeva dopo 30 miglia.

Partì verso la costa orientale, facendo l'autostop, secondo la sua abitudine, senza alcuna paura.

Credo che trascorse circa due anni a lavorare in diversi centri di salute riflettendo sui metodi impiegati. Fu molto impressionata da Shelton [uno dei fondatori dell'igienismo, N.d.T.], nel Texas, il quale utilizzava il digiuno come unico metodo di cura.

La mia sola critica al suo operato (se mai lo fosse) è che offriva la “pace di spirito” alla maggior parte di coloro che l’ascoltavano, una merce molto richiesta nel mondo moderno e mai così tanto come negli Stati Uniti. So che non ha mai tralasciato di includere la pace mondiale nel suo messaggio, ma ho l’impressione che fosse spesso oscurato dai bisogni personali della gente che l’ascoltava. Ma lei portò il suo messaggio a decine di migliaia di persone che il movimento pacifista non riusciva a coinvolgere».

Un amico che accompagnò Pellegrina di Pace in Alaska e alle Hawaii per farle conoscere la sua famiglia:

«Mi ricordo che una volta, poco tempo dopo aver fatto la sua conoscenza, ho fatto una domanda a Pellegrina: “Ti sarà capitato nei tuoi viaggi di dover camminare su una strada di campagna e di avere incontrato una banda di motociclisti che terrorizzava la comunità”. Mi ricordo che mi guardò e mi disse: “Leon, tu non capisci”. Al che le ho risposto: “Ma io sono sicuro di capire una situazione del genere”. Mi ricordo che posò la mano sul mio braccio per ottenere la mia attenzione e mi disse: “No, Leon, tu non capisci. Vedi, io vado dove sono loro. Non chiedo a loro di venire dove sono io”. Ho riflettuto a lungo su questa risposta. Trascorsero molti anni prima che avessi un’idea di quello che voleva dire.

[Alle Hawaii incontrarono un giovanotto nel parco di Big Island] Chiese informazioni su di noi, cioè su Pellegrina e su di me. Gli abbiamo detto che eravamo appena entrati nel parco e non sapevamo né dove eravamo né dove volevamo andare. Egli si offrì di farci da guida per mostrarci le cose insolite e palpitanti che conosceva nei dintorni. Pellegrina accettò l’offerta e noi lo seguimmo nel parco per circa un’ora.

Non so se posso descrivere la personalità di quel giovanotto con acume. Era un po’ ubriaco, ne ero sicuro. Era pieno di energia e totalmente disinibito, parlava continuamente a voce alta, con espressioni entusiaste. Era esagerato nel suo comportamento così come nel suo fervore di mostrarci il suo ambiente. Ogni sua frase era infarcita con le parolacce più crude. Era del tutto spontaneo nel suo comportamento. Il meno che io potessi dire è che ero imbarazzato di essere in compagnia di una tale persona. Poco tempo dopo arrivavamo al centro informazioni, gremito di turisti nei loro abiti hawaiani colorati, che andavano e venivano da tutte le parti. Regnava un’aria di festa. Mi sentivo estremamente umiliato per essermi trovato in compagnia di questo giovanotto turbolento. Ciò che Pellegrina poteva pensare per permettere una tal cosa era per me un enigma. Per farla breve, ho sofferto.

Poco tempo dopo, ci siamo ritrovati sul bordo di un cratere vulcanico, sulla piattaforma di osservazione. Il tempo a disposizione era terminato. Dovevamo tornare a Hilo per poter prendere il volo di ritorno. Pellegrina si girò verso il giovanotto, lo ringraziò per l’aiuto e gli disse che noi dovevamo partire. Non vi era alcun dubbio in merito alla delusione e alla reticenza del giovanotto a lasciarci partire. Rimaneva lì, con le lacrime che gli scendevano sulle guance e gli cadevano dal mento, supplicandoci di lasciargli mostrare un altro luogo speciale che conosceva.

Mentre guardavo il viso del giovanotto, mi sono ricordato delle parole di Pellegrina di Pace, di

molti anni prima: “Vado dove sono loro. Non chiedo a loro di venire dove sono io”. Ho provato un estremo senso di colpa. Ma allo stesso tempo non ho potuto impedirmi di lasciarmi invadere da un sentimento di ammirazione e di umiltà. Nella mia lotta per mettere da parte le esigenze di una vita “incentrata su di sé” per entrare nella pienezza di una vita “incentrata su Dio” mi sono spesso ricordato di questa esperienza personale con Pellegrina, quando lei mi donò, attraverso l’esempio, una consapevolezza che apprezzo immensamente».

Mary O’Kelly, un’amica sia di Pellegrina di Pace che della deputata Jeannette Rankin, la sola candidata eletta in America che votò contro le due guerre mondiali (Jeannette aveva telefonato a Mary per dirle che le sarebbe piaciuto incontrare Pellegrina di Pace):

«Alla fine ci siamo incontrate, prevedendo di passare la serata con Pellegrina di Pace. Jeannette avrebbe invitato alcune persone per incontrarla e sentirla parlare del suo pellegrinaggio. Una volta stabilito il programma, Jeannette si è girata verso di me e mi ha detto: “Chi dovrei invitare?”. Ho scoperto allora che viveva da sola. Niente amici! Niente vicini! Jeannette aveva acquistato un terreno nella contea quando era in parlamento. Aveva molti amici ad Athens, in Georgia. Quando lei votò contro l’entrata in guerra nella prima guerra mondiale, la gente non fu molto contenta. Quando fu in parlamento di nuovo nel 1941 e votò ancora contro la guerra, per la gente era troppo: bruciarono la sua casa. Aveva del terreno vicino al centro della contea e traslocò in una casetta. Erano passati vent’anni, ma lei ci soffriva ancora. Provava amarezza, sentiva che nessuno l’amava e che i deputati del parlamento ci avrebbero trascinato in un terribile sentiero di distruzione.

Le ho suggerito di telefonare ai vicini. Alcuni di noi provenivamo da Athens. Così, la casa si è riempita. Credo che ci fossero fra le cinquanta e le sessanta persone.

Dopo la riunione, Pellegrina e Jeannette hanno passato la notte a parlare. Jeannette era entusiasta che la gente fosse venuta. Pellegrina ha visto che Jeannette aveva un reale bisogno di essere attiva nella vita e che era rosa dall’astio. Jeannette ha chiesto cosa poteva fare. Pellegrina le ha risposto che con il suo nome poteva fare molto e con le sue risorse finanziarie ancora di più.

Pellegrina mi ha detto che lei le ha parlato con una certa fermezza del suo bisogno e del suo debito verso la società. Ha spiegato che ha avuto l’impressione che Jeannette pensasse seriamente di darsi da fare. La primavera seguente, si è formato un gruppo femminista al campus universitario. Jeannette vi ha contribuito.

Era una donna affascinante. Pellegrina le ha mostrato come ritornare sul cammino della “famiglia umana”. Lentamente, ha cominciato a cambiare. Ha continuato dal punto in cui si era fermata negli anni quaranta. Ha diretto un gruppo nazionale che è andato a Washington [“la brigata di Jeannette Rankin” durante la guerra del Vietnam, N.d.T.]. Ha trascorso il resto della sua vita a lavorare per i diritti delle donne».

Una religiosa francescana:

«Negli anni 1970, Suor Johnella vide Pellegrina di Pace in televisione e diventarono amiche di penna. Tuttavia, dovette aspettare sei lunghi anni prima di incontrarla. Un giorno, la suora che guidava l’auto condusse Pellegrina di Pace nel nostro convento. Che accoglienza calorosa ricevette!

Ogni suora voleva dirle qualcosa. Suor Johnella era raggiante e non riusciva ad allontanarsi da Pellegrina di Pace. Lei tenne una conferenza, seguita da una preghiera, nella nostra sala comune.

Tre anni più tardi ritornò per soggiornare da noi per tre giorni e due notti. Si sentiva a casa sua e adorava il nostro terreno che assomigliava ad un parco. Parlava il mattino, il pomeriggio e la sera a quelle di noi che non avevano compiti urgenti da svolgere in quel momento. Ci attiravano di lei il suo fascino, il suo calore e la sua sincerità.

Un mattino, lavammo i suoi effetti personali e lei fece un bagno caldo. Noi le spiegammo che ci avrebbe fatto piacere darle delle scarpe nuove e una nuova tunica. Ma lei ci disse che preferiva che non lo facessimo.

Un giorno, avevo del tempo a disposizione per vederla da sola e abbiamo fatto una più ampia conoscenza. Le dissi: “Mi piacerebbe essere come una sorella per lei e fare le stesse cose insieme per la pace, per tenerle compagnia, affinché lei non si senta sola”. “No”, rispose lei, “non mi può aiutare o venire con me, anche se mi piacerebbe che lei venisse. È una missione molto diversa e per una sola persona: per me, Pellegrina di Pace”. Poi mi disse: “Quando la mia missione di pace sarà completata e io sarò partita, la Pace verrà”. Era una profetessa. La pace arriva adesso. Lei parlò delle prime esperienze sulle autostrade e nelle città, di come Dio l’avesse sempre protetta».

Un animatore di talk-show in televisione:

«La guerra del Vietnam era al culmine. Avevo appena cominciato ad animare un talk-show per la stazione televisiva “WSM” a Nashville. Ero al mio debutto, molto immaturo... e ansioso di fare buona impressione, mi compiacevo all’idea di intervistare “quella tipa eccentrica...”. Le ho fissato un appuntamento personalmente, dopo aver letto la lettera che mi indirizzava, nella quale diceva che mi stava venendo ad incontrare a piedi. Quando entrò nello studio televisivo, ho riso con gli assistenti, i musicisti e i tecnici. Chi era quella nonnina hippie?

L’ho presentata con tutta l’arroganza e il cattivo gusto di cui ho potuto dar prova. A quel tempo, divertirsi alle spese dei “pacifisti”, specialmente in questa regione degli Stati Uniti, provocava delle reazioni. Durante i primi minuti dell’intervista, scherzò con me, il termine esatto sarebbe “rivaleggiò”. Non era né sulla difensiva né aggressiva. Ma oh, quegli occhi... e quelle mani... che si muovevano e raggiungevano un punto invisibile nell’aria per dare rilievo alle sue parole... e quegli occhi azzurri scintillanti. Dopo due minuti, forse tre, ero nel palmo della sua mano. Mi sono sentito imbarazzato, pieno di vergogna. È sembrata accorgersi di ciò e ho avuto l’impressione che lei avesse visto il mio gioco fin dall’inizio e sapeva che il momento della verità sarebbe arrivato durante l’intervista.

Quando furono trascorsi gli otto minuti, si sentì qualche risata dagli assistenti, nessuna dai musicisti dell’orchestra. La presentazione radiofonica di un’ora, che seguì, avvenne senza nessun tipo di derisione. Sono molto cresciuto quel giorno...

Ci furono altre interviste con lei nel corso degli anni che seguirono, ma nessuna memorabile come la prima».

Breve riassunto dei passi verso la pace interiore

Le 4 preparazioni

- 1. Avere un buon atteggiamento nei confronti della vita.** Affrontare la vita direttamente e guardare al di là delle apparenze.
- 2. Armonizzare la propria vita con le leggi che governano questo universo.** Queste leggi enunciano, per esempio, che il male può essere vinto solo dal bene.
- 3. Trovare il posto unico che occupiamo nel Piano della Vita.** Una guida è presente all'interno di noi e tutti coloro che vogliono ascoltarla si sentiranno incitati a giocare un ruolo preciso nello svolgimento delle cose.
- 4. Semplificare la propria vita.** Serve ad armonizzare, nella nostra vita, il nostro benessere interiore ed esteriore così come il nostro benessere psicologico e fisico.

Le 4 purificazioni

- 1. Purificare il proprio corpo.** Prendersi cura del corpo, poiché è il tempio dello spirito.
- 2. Purificare il proprio pensiero.** I pensieri sono potenti e possono distruggere più rapidamente del cibo spazzatura. Avere solo pensieri positivi.
- 3. Purificare i propri desideri.** I desideri devono essere incentrati ed eventualmente convergere verso un desiderio unico: conoscere soltanto il proprio ruolo nel Piano della Vita e svolgerlo.
- 4. Purificare le proprie motivazioni.** Le motivazioni devono essere orientate verso l'esterno, cioè devono essere al servizio degli altri. Dare e non prendere. La motivazione deve essere buona perché le azioni producano un buon risultato.

Le 4 rinunce

- 1. Rinunciare alla volontà personale.** Lavorare per subordinare l'io inferiore astenendosi dal fare le cose nocive per le quali si ha un debole.
- 2. Rinunciare al sentimento di separazione.** Non siamo separati dai nostri fratelli umani. È un Tutto, un insieme unificato.
- 3. Rinunciare ad ogni attaccamento.** Nessuno è veramente libero se è ancora attaccato ai beni materiali, ai luoghi o alle persone.
- 4. Rinunciare ad ogni emozione negativa.** Nessuna cosa esterna può ferirci internamente, psicologicamente.