

Alessio Albertini

TUTTA la
FELICITÀ
del MONDO

Allenarsi alla vita
con CARLO ACUTIS
e PIER GIORGIO FRASSATI



I testi in prima persona di Carlo Acutis e Pier Giorgio Frassati sono una libera riscrittura della loro storia basata sulle biografie in commercio.

Copertina e progetto grafico: Irene Sala

Testi biblici

© Fondazione di religione Santi Francesco di Assisi e Caterina da Siena, Roma 2008.

© 2025 ITL srl a socio unico
Via Antonio da Recanate, 1 – 20124 Milano
Tel. 02 6713161.39
www.itl-libri.com
e-mail: libri@chiesadimilano.it



Proprietà letteraria riservata – Printed in Italy

ISBN 979-12-5595-033-2

Introduzione

Anch'io ci sono cascato! Nel mio piccolo, con queste pagine, sono entrato a far parte della grande quantità di testi che fanno bella mostra negli scaffali delle librerie, pieni di riflessioni che indicano la via da seguire e i mezzi da utilizzare per arrivare alla felicità. Autoaiuto, autostima, superamento di sé, meditazione... sono parole che indicano l'azione necessaria per avere una vita felice.

Riflessioni mentali e psicologiche cercano di offrire le chiavi della felicità. Titoli scintillanti annullano il prezzo del libro, se è in grado di offrire la ricetta per essere felici.

Con questo non voglio assolutamente sminuire la domanda sulla felicità e neppure la voglia di cercarla. Non è egoismo e neppure strano domandarsi: «Che cosa devo fare per essere felice?». In questo ci sentiamo tutti compagni d'avventura di quel giovane, di cui parla il Vangelo, che incontrando Gesù ha chiesto: «Maestro, che cosa devo fare per avere la vita eterna?» (Mt 19,16-22).

Strana domanda per un giovane. Strana perché la giovinezza è la stagione in cui si vuole vivere la vita, non certo quella in

cui si cerca di assicurarsi un posto in paradiso... che peraltro, nel caso, arriverebbe dopo la morte.

C'è qualcosa di più importante di cui occuparsi: la vita adesso.

I giorni che il giovane del Vangelo sta vivendo sembrano sfuggirgli. La sua esistenza quotidiana fatta di abitudini, di piaceri, di successi, di amicizie sembra non dargli soddisfazione, se non per un certo momento...

Deve pur esserci qualcosa di più profondo e più vero!

Probabilmente questo giovane del Vangelo non è infelice ma intuisce che sotto sotto deve esserci una vita più vera, più forte, e che lui chiama «vita eterna». Avverte che questa vita può contenere tutta la felicità del mondo. Non sa ancora bene che cosa sia ma la desidera così tanto che non può dubitare che esista. Ed è questa felicità che lui cerca e vuole vivere.

Tuttavia, se ne va triste. Non ha accettato la sfida di percorrere l'unica via possibile per essere felice. Era arrivato pieno di attese e si allontana amaramente nella tristezza, incapace di percorrere quel cammino che Gesù gli propone, incapace di vivere questa vita felice che pure desidera di tutto cuore. «C'è una sola tristezza nella vita, quella di non essere santi», dice la protagonista del romanzo di Léon Bloy *La donna povera*.

Rinunciare alla santità equivale a rinunciare alla felicità!

Parola strana la “santità”, soprattutto oggi. Ma la santità non è fatta di cose strane bensì è fatta di cose buone: l'amore, il perdono, il lavoro, lo studio, la gioia, l'amicizia, la sofferenza, la speranza... Le stesse che anche il giovane del Vangelo ha vissuto: «Tutte queste cose le ho osservate; che altro mi manca?». Forse, però, come abitudini tranquille e tranquillizzanti. Ora Gesù lo invita a un di più: «Se vuoi essere perfetto, va',

vedi quello che possiedi e dallo ai poveri e avrai un tesoro nei cieli; e vieni! Seguimi!».

La santità non è un prodotto da supermercato, qualcosa di confezionato; è una strada lunga, fatta di passi impegnativi che domanda scelte coraggiose.

L'invito di Gesù spiazza perché domanda tanto, anzi, tutto. Non si tratta solo di rinunciare ai propri beni ma di condividere la propria vita con gli altri.

La vera felicità non la si ritrova in una semplice sensazione, non è fatta di azioni provvisorie, non segue il proprio interesse, non è schiava delle mode ma è uno stile di vita fatto di decisioni e azioni in cui l'amore diventa protagonista indiscusso.

“Amare” è l'unica vera possibilità che è nelle nostre mani: dare senza sapere che cosa si riceverà in cambio. Vivere l'amore da questa prospettiva di libertà ci rende veramente felici.

Da qui sorge sicuramente un'obiezione di cui gli stessi discepoli si sono fatti portavoce: «Gesù, questo amore è impossibile».

Se ci pensiamo bene, è un'obiezione che ha in sé qualcosa di vero. Noi abbiamo bisogno, prima, di essere abbracciati, di sentire che qualcuno ci ama e ci apprezza... poi il nostro amore diventa una risposta. La nostra vita intera diventa questo tirocinio, questo cammino che ci porta dall'essere amati all'amare. Dall'essere abbracciati perché neonati e custoditi con tenerezza al diventare adulti che amano e abbracciano con la stessa tenerezza.

In questo cammino la fede ci offre un vantaggio perché crediamo in un Dio che prima di tutto è amore: amore primo, gratuito e incondizionato.

«Una vita è veramente bella solo se si arriva ad amare Dio sopra ogni cosa, il prossimo come noi stessi.» Le parole sono di **Carlo Acutis**, un adolescente del nostro tempo, morto il 12 ottobre 2006, a causa di una leucemia fulminante, a soli quindici anni. Ragazzo intelligente e geniale. Impegnato a scuola, attento con gli amici, esperto di computer. Il filo conduttore della sua esistenza è il suo incontro con Gesù, considerato una persona speciale, un amico, un punto di riferimento. Passa lunghe ore in adorazione davanti all'Eucaristia e va a messa tutti i giorni. È molto apprezzato dai suoi compagni di scuola, anche se talvolta è preso in giro per la sua grande devozione. Tuttavia non perde occasione di dare testimonianza della sua fede con gli amici, con il suo domestico Rajesh, con i portinai dei palazzi del quartiere... Un ragazzo con una vita normale: sorridente, autodidatta di sassofono, appassionato di bicicletta, di videogiochi, catechista. Compie opere di carità verso i mendicanti, i poveri e i missionari del Terzo mondo. A tutti amava ripetere che «la tristezza è lo sguardo rivolto verso sé stessi, la felicità è lo sguardo rivolto Dio». La mamma ricorda: «Le grandi risate che ci faceva fare, la sua ironia contagiosa, era di una simpatia enorme». Carlo dimostra che anche oggi esistono giovani felici che fanno felici gli altri. Come **Pier Giorgio Frassati**, nato a Torino il 6 aprile 1901, che pare destinato a una carriera brillante e a una vita agiata, ma Dio sconvolge i piani umani e traccia nuove vie. Non disprezza e neppure rifiuta i beni della famiglia ma con libertà li offre a chi è meno fortunato. Dona ciò che ha senza badarci troppo, fossero i soldi del biglietto del treno, il suo cappotto o le scarpe. Fa visita agli ammalati e compra per loro le medicine. Non

esita a rinunciare a qualcosa se ciò gli permette di servire Dio, di fare del bene. È capace di creare attorno a sé una piccola comunità di ragazzi e ragazze che vivono con serenità e allegria la loro amicizia. Amante della montagna e delle arrampicate più ardite, fa sempre in modo che tutti arrivino “in cima”. È a loro e a tutti i giovani che Pier Giorgio rivolge l’augurio più bello: «Noi, che per grazia di Dio siamo cattolici, non dobbiamo sciupare i più belli anni della nostra vita come purtroppo fa tanta infelice gioventù che si preoccupa di godere di quei beni, che non arrecano bene, ma che portano per frutti l’immoralità della nostra società moderna».

Quando lo colpisce una poliomielite fulminante che lo porta alla morte il 4 aprile 1925, la notizia attraversa Torino e una folla immensa di persone accompagna Pier Giorgio nel suo ultimo tratto di strada. Solo allora la sua famiglia, sbigottita, finalmente scopre la grandezza di quel giovane figlio.

Anche noi, allora, vogliamo rivolgere lo sguardo a questi giovani felici per chiederci che cosa pulsa dentro di loro. Che cosa hanno visto, che cosa li ha resi così coraggiosi, quale miracolo custodisce il loro cuore per trovare così tanta energia. Forse possiamo imparare, con loro, a essere felici.

01 | Originali e non fotocopie

Essere sé stessi

11

CARLO ACUTIS

«Non desiderare affatto di non essere ciò che sei, ma desidera di essere molto bene ciò che sei.» Le parole non sono mie ma di un grande santo, Francesco di Sales, che nella sua vita si è dato un gran da fare per insegnare a tutti che la via della felicità è per tutti e non solo per alcuni privilegiati.

Scusami, non mi sono neppure presentato. Mi chiamo **Carlo Acutis** e dalla mattina del 12 ottobre 2006 vivo eternamente la felicità che ogni giorno nei miei quindici anni di vita terrena ho ricercato. Una vita come quella di tanti ragazzi della mia età, normale e serena, fatta di studio e di amicizia, piena di sport e mete da conquistare. Come ogni adolescente avevo una gran voglia di essere felice. Mi è bastato alzare lo sguardo verso l'alto per accorgermi che Dio mi guardava. Non di più, meglio, ma in modo unico. Non ero il migliore o meritavo più attenzione ma semplicemente possedevo un'originalità che mi distingueva dagli altri. E questo vale per tutti, anche per te! Una mamma non si prende cura dei propri figli per creare invidie o gelosie tra di loro. Li guarda perché

sono talmente speciali per lei da vedere l'unicità di ciascuno.

A quel punto ho capito che «tutti nasciamo come degli originali, ma molti muoiono come fotocopie». È facile, soprattutto oggi, farsi contagiare dal virus del “fotocopiismo”, permettimi la libertà di linguaggio. Basta darsi da fare per imitare cantanti, *influencer* o attori famosi, miti dello sport oppure anche i piccoli leader del gruppo di amici. Così si diventa fotocopie in bianco e nero di persone che poi, alla lunga, scopriamo essere inconsistenti e vanitose. Sarà capitato anche a te di confonderti nella massa, tranquillamente, perché «tanto fanno tutti così». Oppure non riconoscierti per come hai agito, e magari sentirti rimproverare da un amico: «Ma cosa stai combinando?! Questo non sei tu!».

Da parte mia, mi sono impegnato il più possibile per imitare Gesù e nella bellezza della sua vita mi sono specchiato per cercare di assomigliargli. Non ci crederai, ma è stato fantastico, perché mi ha lasciato la libertà di scrivere le pagine più belle del romanzo della mia vita. Gesù ha scritto per ognuno di noi una storia unica e irripetibile, ma ci ha lasciato la libertà di scriverne la fine.

Che cosa significa essere te? Te lo sei mai chiesto?

Sicuramente la domanda può sembrare banale e altrettanto lo è la risposta.

Essere te stesso significa “essere te” con tutte le tue caratteristiche, con la tua realtà. Essere felice di accettare i tuoi pro-

blemi, le tue preoccupazioni, i difetti ma anche godere delle tue capacità, qualità umane, amici, familiari...

Essere te stesso significa essere realista.

Diciamocelo con franchezza: non è sempre facile. Essere realista **richiede molto coraggio** per andare, talvolta, controcorrente e contrastare la pigrizia, il giudizio degli altri, la paura... Serve coraggio per non cedere o rinunciare a ciò che davvero ti aiuta a essere felice, a dare il tuo meglio senza farti travolgere da agenti esterni.

Spaventa l'idea di essere considerato diverso solo perché sei fedele a quello in cui credi con il rischio di essere "messo fuori" dal gruppo o emarginato dal contesto in cui vivi. È molto meglio non differenziarsi dagli altri che rafforzare la propria identità.

Tuttavia, ricordati bene che non custodire la tua originalità irripetibile non è solo vivere a metà ma anche privare il mondo di tutto ciò che puoi offrire.

È rinchiudere la tua vita solo nell'impegno a essere accettato per essere uno tra i tanti invece di diventare quel di più di cui il mondo ha bisogno.

Siamo nel mondo per fare la differenza. Non ci credi?! Ti sei mai chiesto perché nel mondo non c'è nessuno esattamente uguale a te?

È una scoperta eccezionale, forse la più importante di tutta la vita: sei unico e meraviglioso e, proprio per questo, carico di infinite potenzialità e degno di grande considerazione. Questa certezza ti aprirà la porta di un mondo di valori, convinzioni, interessi di cui tu sei l'artefice. Scoprirai le tue capacità, i tuoi talenti e ne sarai felice.

PIER GIORGIO FRASSATI

Ascolta questa testimonianza...

Permettete di intromettermi nella vostra riflessione. Tra gli amici ero conosciuto come “Robespierre”, l’incorruttibile. Giovanni Paolo II mi ha definito «alpinista tremendo» e nelle vie di Torino, dove ho vissuto per ventiquattro anni, ero soprannominato amabilmente «facchino dei poveri».

Eppure il mio cognome era uno dei più importanti della città: Frassati. Papà Alfredo è stato il fondatore e direttore del giornale «La Stampa», nominato senatore nel 1913 (il più giovane senatore d’Italia) su indicazione del suo grande amico Giovanni Giolitti, diventerà anche ambasciatore a Berlino. Mamma Adelaide era una affermata e appassionata pittrice. Io, **Pier Giorgio Frassati**, non è mistero per nessuno, non mi trovavo molto a mio agio in questo cetto sociale, e nemmeno con la vita che si conduceva a casa mia. Un giorno decisi di scrivere una lettera al mio amico Isidoro Bonini per dirgli quale grande fortuna, anzi grazia, fosse il mio essere cristiano: «Vivere senza una Fede, senza un patrimonio da difendere, senza sostenere in una lotta continua la Verità, non è vivere ma vivacchiare». Innamorato della mia patria, dello sport, della montagna non avevo mai esitato, anche a suon di cazzotti, a oppormi con decisione alle aggressioni da parte dei molti avversari che incontravo. Non mi interessava primeggiare e comandare ma restituire la visita che ogni mattina Gesù mi faceva nell’Eucaristia, regalando il mio tempo per aiutare i poveri, per svolg-

re qualche servizio agli ultimi. Ho cercato di essere me stesso fino alla mia morte, il più bel giorno della mia vita.

» ESERCITATI A PENSARE:

BRAINSTORMING

Come capire se sei te stesso?

Puoi dire di essere te stesso quando sei felice con te stesso. Quando la tua felicità non dipende da quello che devi dimostrare (quanto sei bravo) o dalla quantità di *like* o di *followers* che trovi sui *social*. Sei veramente te stesso quando provi piacere a poterti esprimere **senza maschera** e per farlo è necessario, a poco a poco, conoscere bene chi sei.

Essere te stesso nei vari contesti in cui ti trovi a vivere non è sempre facile, però questi piccoli consigli e riflessioni possono aiutarti a valutare se ti stai comportando in modo autentico.

1. Anzitutto, prova a pensare: ti comporti allo stesso modo con i tuoi amici, con la tua famiglia o con la gente che ti sta attorno oppure cambi in base al contesto o a con chi stai? Non si tratta solo di parlare degli stessi argomenti ovunque o fare le stesse cose perché ovviamente le azioni e i discorsi con i tuoi amici non possono essere gli stessi con la tua famiglia ma se i tuoi ideali, i valori in cui credi, il tuo modo di pensare non cambiano a seconda del contesto.

2. Altro modo per valutare se agisci come "te stesso" è verificare come ti senti quando ti comporti in una certa maniera. Quando sei tranquillo e sereno nell'agire e nel pensare in mezzo alle varie situazioni, allora sei veramente te stesso. Attenzione, però, a non cadere nell'errore di credere che siccome ciascuno può pensarla in modo differente, secondo la propria libertà, allora tutto può essere giusto. Sai bene che ci sono cose che ti fanno sentire veramente in sintonia con te stesso e altre no. Per esempio rubare, qualsiasi ne sia la motivazione, è un comportamento sbagliato, anche se sul momento può dare emozioni "forti". Sicuramente nel tuo profondo comincerai a sentire il rimorso della coscienza perché il bene è bene e il male è male, anche se qualcuno vuole convincerti del contrario.

FRASSATI

Questi consigli li ho messi in pratica in tante occasioni nella mia vita. Ricordo ancora quella volta che al rientro da un'escursione in montagna, mentre tutti i miei amici si recavano al bar, io avevo sentito il desiderio di passare prima in chiesa. All'uscita un amico mi chiese: «Che fai, Pier Giorgio, sei diventato bigotto?». Non volevo rispondergli male ma con voce decisa dissi: «No, sono rimasto cristiano».

»» LAVORA SU TE STESSO: **TRAINING** Cosa devi fare per raggiungere il tuo vero IO?

Devi imparare a dire dei NO.

NO agli sguardi che influenzano il tuo essere te stesso.

Se vuoi essere davvero felice non badare a quello che gli altri pensano di te: non dipendi dal giudizio o dall'apprezzamento o stima altrui. Ci sarà sempre qualcuno che preferisce prenderti in giro o giudicarti negativamente, qualcuno che ti critica. Preoccuparsene troppo, equivale a sprecare energie preziose. Renditi conto, invece, del valore della tua persona. Poggia la tua vita sulle tue ricchezze personali e ti ritroverai più ottimista, coraggioso, creativo e luminoso.

Impara a dire NO al materialismo e al consumismo.

Viviamo in una società che misura la vita sulle cose che si possiedono, sulle esperienze che si provano o sull'immagine che mostriamo e che sembra non interessarsi di quello che realmente siamo. O forse sì, anche di quello che siamo però attraverso le cose che possediamo anziché il nostro essere persona, che è infinitamente più importante di tutto quello che si può possedere. Per questa ragione impara a valorizzare il tuo essere persona originale badando meno a tutto ciò che è materiale e dando più importanza a ciò che non può essere comprato con il denaro.

Impara a dire di NO allo "specchio".

A volte guardiamo la nostra immagine riflessa nello specchio per misurare quanto possiamo vederci negli occhi degli altri. Forse, ancora di più, ci specchiamo dentro i *social* per farci

Indice

Introduzione.....	5
01. Originali e non fotocopie	
Essere sé stessi	11
ESERCITATI A PENSARE: BRAINSTORMING	
Come capire se sei te stesso?	15
LAVORA SU TE STESSO: TRAINING	
Cosa devi fare per raggiungere il tuo vero IO?	17
IMPARA A CONOSCERTI: FITNESS	
Tu sì che vali	18
02. Non vivacchiare ma vivere	
La forza di volontà.....	21
ESERCITATI A PENSARE: BRAINSTORMING	
Su cosa poggia la forza di volontà?.....	24
LAVORA SU TE STESSO: TRAINING	
Allena la forza di volontà.....	25
IMPARA A CONOSCERTI: FITNESS	
Volere è potere?	27
03. Ci vorrebbe un amico	
Il dono dell'amicizia.....	29
ESERCITATI A PENSARE: BRAINSTORMING	
L'amicizia è una soltanto?	31
LAVORA SU TE STESSO: TRAINING	
Chi sono i tuoi amici?	34
IMPARA A CONOSCERTI: FITNESS	
Allena l'amicizia.....	35

04. Senti che bella, quant'è difficile	
Viva la libertà.....	37
ESERCITATI A PENSARE: BRAINSTORMING	
Perché hai bisogno di essere libero?	43
LAVORA SU TE STESSO: TRAINING	
Sii una fortezza e respingi i nemici della libertà	44
IMPARA A CONOSCERTI: FITNESS	
Quali ostacoli ti impediscono di essere libero?	45
05. Trovare un senso a questa vita	
La tua missione	47
ESERCITATI A PENSARE: BRAINSTORMING	
La felicità è la tua missione!	51
LAVORA SU TE STESSO: TRAINING	
Quattro passi per scoprire la tua missione	53
IMPARA A CONOSCERTI: FITNESS	
Che cosa ti rende unico?	55
06. Accanto al Golden Gate Bridge	
Impegno e responsabilità	57
ESERCITATI A PENSARE: BRAINSTORMING	
E l'impegno, dove lo mettiamo?	60
LAVORA SU TE STESSO: TRAINING	
Diventa responsabile!	63
IMPARA A CONOSCERTI: FITNESS	
Offri quanto vali	63

07. La bocca si aprì al sorriso	
La vera gioia	65
ESERCITATI A PENSARE: BRAINSTORMING	
Una persona piena di gioia nasce così o lo diventa?	66
LAVORA SU TE STESSO: TRAINING	
Allena la gioia	68
IMPARA A CONOSCERTI: FITNESS	
Perché devo vivere la vita con gioia?	71
08. Fate questo in memoria di me	
L'Eucaristia	75
ESERCITATI A PENSARE: BRAINSTORMING	
La logica del dono.....	79
LAVORA SU TE STESSO: TRAINING	
Esercizio di dono e sacrificio	81
IMPARA A CONOSCERTI: FITNESS	
Allena la tua capacità di stare in preghiera.....	84
Conclusione	87