

una guida al femminile
per sconfiggere il caos della vita

UN CUORE ORGANIZZATO

Staci Eastin



Titolo originale:

“The Organized Heart - A Woman's Guide to Conquering Chaos”

© 2011 by Staci Eastin - All rights reserved

Published by Cruciform Press

Edizione italiana:

“Un cuore organizzato - Una guida al femminile per sconfiggere il caos della vita”

© ADI-Media

Via della Formica, 23 - 00155 Roma

Tel. 06 22.51.825 - 22.84.970

Fax 06 22.51.432

Email: adi@adi-media.it

Internet: www.adi-media.it

*Servizio Pubblicazioni delle
Chiese Cristiane Evangeliche
“Assemblee di Dio in Italia”*

Luglio 2015 - Tutti i Diritti Riservati

Traduzione: A cura dell'Editore. E.F.

Tutte le citazioni bibliche, a meno che non sia indicato diversamente, sono tratte dalla Bibbia Versione Nuova Riveduta - Ed. 2006 Società Biblica di Ginevra - Svizzera

Stampa: Rotomail Italia S.p.A. - Vignate (MI)

ISBN 978 88 98846 56 6

INTRODUZIONE

Spesso nella vita si ascolta ciò che dicono gli altri, si guarda a ciò che fanno le altre persone, si ripensa a ciò che abbiamo combinato nel passato, si scruta l'orizzonte cercando di cogliere i segnali di un futuro che stenta ad arrivare, molto più raramente si getta un'occhiata all'interno di noi stessi.

Lo sguardo pronto a scandagliare i recessi del nostro animo è come un sonar che restituisce un impulso radio, e spesso ci rilancia segnali che non ci piacciono affatto. È come un geo-radar che rivela le strutture sotterranee del nostro cuore e ne mette a nudo la reale consistenza, denunciando la presenza di “corpi estranei”, una sorta di “detector” che non rivela la presenza di metalli ma di “oggetti proibiti”, la cui presenza viene smascherata prontamente.

Quello che abbiamo tra le mani è un libro scritto da una donna che riporta in superficie

alcuni elementi tipici dell'universo femminile (ma non solo) contro i quali ha dovuto e soprattutto voluto combattere in prima persona.

Ci sono vite in cui pare manchi un'adeguata struttura interiore, una razionale gestione delle proprie risorse, a cominciare dal tempo di cui si dispone, vite costituzionalmente disarmoniche, nelle quali fa difetto un minimo di disciplina. Si tratta di esistenze perennemente in affanno e costantemente fuori controllo, nelle quali si rincorrono gli impegni cui non si riesce a far fronte e si subisce il cronico ritardo con cui si mette mano alle cose da fare. È una sorta di festival di occasioni mancate in cui si patisce l'assillo degli impegni assunti e regolarmente disattesi, delle aspettative altrui sistematicamente deluse, il tutto condito da sensi di colpa e un diffuso stato di frustrazione.

Ovviamente le situazioni sono molto diverse: si va dalla donna dominata dalla ricerca della perfezione, dal desiderio di eccellere, ad esempio nella conduzione della casa e nell'educazione dei figli, mossa dall'orgoglio e tutta presa dalla reputazione che deve mantenere ad ogni costo. E i costi, in questo caso sono molto elevati, spingendo le persone a un eccesso di regole e a una costante ansia da prestazione che fa saltare

tutti gli equilibri e mette a soqquadro la vita. Si passa poi alle donne dominate dal desiderio di distrarsi che le induce a un'attitudine di inerzia, rimandando i propri impegni e sprecando malamente quantità industriali di tempo. Anche questo destabilizza l'esistenza dando vita a insanabili disarmonie.

Viene quindi presa in considerazione la donna che assume un eccesso di compiti, la cui vita diventa un guazzabuglio di impegni in mezzo al quale non riesce a districarsi. Patisce un marasma incessante dovendo fronteggiare un carico di lavoro eccessivo che determina un continuo scompiglio nelle sue giornate sempre troppo indaffarate.

Da ultimo viene colta la tendenza all'accumulo compulsivo di oggetti al punto da vivere in mezzo a una ridondanza di cose, costose da acquistare e faticose da gestire, che ancora una volta mettono a soqquadro una o più vite. Un'esistenza che diventa una baraonda di beni apparentemente irrinunciabili, dove si lotta contro il dominante trambusto e una confusione insanabile.

Queste tendenze o pulsioni sono denunciate dall'autrice come autentici idoli dai quali soltanto la ferma determinazione a cercare la gloria di Dio, senza assecondare le nostre inclinazioni,

può liberarci. Dobbiamo avere timore di Dio e non degli uomini e della loro opinione. Dopo aver chiuso questo piccolo libro facciamo nostra una preziosa lezione: solamente il fermo proponimento di piacere a Lui può trarci da situazioni caotiche nelle quali riusciamo a cacciarci con una certa regolarità.

L'Editore

Capitolo Uno

LA NOSTRA STORIA

Mancavano soltanto due giorni a Natale ed io ero terribilmente indietro. Saremmo dovuti partire entro mezz'ora ma avevo appena iniziato a fare le valigie. Todd, mio marito, andò a fare il pieno di gasolio, sperando che dividendoci i compiti saremmo comunque riusciti ad arrivare in tempo. Nel frattempo io frugavo disperatamente tra i cesti della biancheria pulita, nella speranza di trovare un esiguo numero di calzini sufficienti per affrontare la settimana. A ogni occhiata all'orologio mi rendevo conto che non avrei finito in tempo.

Mentalmente cominciai a elencare tutti i motivi per cui non ero pronta. Non ricordo bene quali fossero, ma sono certa di essermi appellata a tutte quelle scuse che uso abitualmente: imprevisti di ogni genere, bambini con le loro esigenze imprescindibili, richieste assurde da parte di altre

persone. Ma, mentre Todd stava tornando, ebbi una certezza. Le scuse non erano false, eppure non ero completamente onesta. Anche se c'erano stati degli imprevisti durante la settimana, ero riuscita a trovare il tempo per molte altre cose – assai meno importanti.

Quando Todd tornò a casa ed entrò in camera, lo guardai negli occhi e gli confessai la verità. Ero in ritardo perché non mi ero preparata. Era tutta colpa mia.

Devo essere riuscita a finire di fare le valigie in qualche modo, poiché anche questa volta riuscimmo ad andare dai miei. E Todd, che si mostra sempre incredibilmente paziente a fronte della mia gestione della casa alquanto approssimativa, passò il resto delle vacanze ad aiutarmi a rimettere la casa in ordine.

Vorrei poter dire che la storia di quella vacanza dominata dal caos rappresenti un caso isolato, che non si è mai più ripetuto, ma purtroppo non è così. Un anno più tardi, stavo sbrigando delle commissioni e ascoltavo distrattamente un programma radiofonico cristiano sui buoni propositi per l'anno nuovo. Gli ascoltatori chiamavano ed elencavano i cambiamenti che desideravano vedere nel nuovo anno: perdere peso, smettere di fumare,

trascorrere più tempo con la famiglia. A ogni semaforo rosso davo un'occhiata alla mia lista di cose da fare, cancellando quelle già fatte e aggiungendone di nuove, man mano che mi venivano alla mente. Vedendo che le cose ancora da fare erano molte più di quelle già fatte, sperimentai ancora una volta l'ansia di fronte agli impegni da assolvere e il poco tempo a disposizione. Improvvisamente il conduttore della trasmissione chiese agli ascoltatori di pensare ai propositi che avevano espresso. Sospirai con le lacrime agli occhi: "Voglio essere più organizzata".

Forse penserete che sia troppo dura con me stessa. Le feste natalizie sono un periodo molto frenetico, quindi è normale sentirsi stressati ed essere di corsa. Ma quel periodo ha evidenziato una situazione pressoché costante. Il mio problema era più evidente a Natale, ma era sempre presente. In realtà la mia vita di persona adulta può essere sintetizzata in una serie di buone intenzioni mai realizzate: biglietti mai spediti (o mai comprati), cene mai organizzate, parole gentili non dette, chiamate non fatte, aiuto non prestato.

Eccomi dunque qui: una donna che deve lottare ogni giorno per essere organizzata.

Alla ricerca di una casa organizzata

Mia madre e le mie nonne erano donne industriose e mi hanno insegnato che è possibile essere organizzate. Riuscivano a tenere la casa pulita, lavorare, fare del volontariato e riservavano comunque molto spazio alla famiglia, al riposo e al tempo libero. Nel tentativo di essere più simile a loro, ho letto innumerevoli libri sull'organizzazione della casa, e ho più agende di chiunque altro. Ho provato con le liste, i quaderni, i promemoria e tutti i sistemi di archiviazione dei dati. Ho creato dei piani di lavoro ed elaborato degli schemi in Excel. Ho comprato divisori per cassette e per armadi. Certamente tutte queste cose mi sono state utili per un po' di tempo, ma nessuna ha portato quel cambiamento definitivo che stavo cercando.

Tutti i sistemi, in fin dei conti, devono essere messi in pratica, ma il mio cuore disorganizzato riesce a mettere in crisi la regola più perfetta e respingere l'insegnante più solerte. Riesco a infilare le magliette non piegate nelle splendide mensole dell'armadio, o trovare giustificazioni per non rispettare il più ragionevole piano di lavoro quotidiano. Ma i sistemi cui ho fatto ricorso non risolvono il motivo per cui mi comporto in questo modo. La maggior parte dei libri e dei rimedi

che sono proposti partono dal presupposto che la disorganizzazione derivi da una mancanza di abilità. Se io seguissi un determinato sistema, potrei godermi un'esistenza organizzata e felice. Potrei muovermi leggera nella mia casa immacolata, arrivare puntuale a tutti gli appuntamenti e non sentirmi mai più stressata o di corsa.

Altri libri facevano risalire la mia disorganizzazione a traumi infantili o disturbi in famiglia. Certamente ero stata poco (o troppo) amata dai genitori. Oppure ero stata poco (o troppo) punita. Se questo non era il mio caso, forse tutto dipendeva da uno squilibrio ormonale o metabolico. Qualunque fosse la causa, sicuramente non era colpa mia.

Altri libri cercavano di dirmi quanto fossi fortunata a possedere una casa da pulire. Le pulizie potevano essere così divertenti, soltanto che io ancora non lo sapevo.

Mi sono resa conto che la mia disorganizzazione non è dovuta a mancanza di capacità o di conoscenza. So come gestire la casa, giacché l'ho visto fare fin dalla mia infanzia. Ma siccome non avevo l'autodisciplina per organizzare le varie faccende, il fatto di compilare un piano di lavoro o uno schema articolato,

diventava semplicemente un motivo in più per distrarmi dalle mie priorità. Tutte le strategie attuate fallivano, era inevitabile.

Neppure la psicologia spicciola mi era di aiuto. Ero stata benedetta avendo un'infanzia felice e genitori amorevoli. E non posso accusare nessuno per i miei fallimenti. So che i miei genitori mi avevano insegnato a fare di meglio. Né potevo scaricare la colpa su qualche problema fisico, poiché godo di perfetta salute e sono sempre riuscita a trovare molto tempo, le giuste energie e le capacità necessarie per portare a termine quei compiti che mi ero prefissata.

Le pulizie divertenti? Alcune mie amiche amano passare l'aspirapolvere e altre adorano stirare. Ho anche un'amica che pensa che sistemare l'armadio sia un modo divertente per trascorrere un pomeriggio libero (questo in realtà mi fa preoccupare per lei). Mi è sempre piaciuto spolverare – se prima però non dovevo mettere in ordine. Il piacere di fare le pulizie sembra quindi un dato molto soggettivo. È un compito necessario, ad alcune piace fare qualche faccenda, il resto va fatto e basta. Così come abbiamo diverse abilità e talenti, troveremo sempre dei compiti più interessanti di altri. Non so come pulire il water possa essere *divertente*, eppure va pulito.

È importante *organizzare* la mia giornata in modo tale che anche queste faccende siano sbrigate.

Allora la vera domanda è *perché* non organizzo le mie giornate in modo da fare ciò che ritengo importante. Perché non pianifico il mio tempo in maniera da poter esercitare i miei talenti e dedicarmi alle cose per cui sono particolarmente portata e preparata. La risposta è che si tratta sostanzialmente di un problema di motivazione. Io *faccio* ciò che non voglio fare – e *non faccio* ciò che voglio fare.

Alla ricerca di un cuore organizzato

Ci sono persone che sono naturalmente organizzate. Trovano soddisfazione nel fare il loro lavoro velocemente e senza rimandare. Hanno imparato a gestire il tempo e non accettano più impegni di quelli che possono reggere. Riescono facilmente a ridurre ciò che possiedono in modo da far stare tutto nello spazio che hanno a disposizione in casa loro. Quando si trovano davanti a un imprevisto riescono a distinguere tra ciò che è urgente e ciò che non lo è.

E poi ci siamo tutte noi, che sappiamo bene che non dovremmo rimandare quel compito fino all'ultimo minuto, ma sembra sempre che ci sia qualcosa di più importante (o più divertente).

Sappiamo che non dovremmo accettare un altro impegno, ma tutto sembra così importante e non vogliamo deludere nessuno. I nostri armadi, i cassetti e il garage sono pieni di cose, ma quando cerchiamo di liberare spazio non riusciamo a privarci di nulla. Alcune riescono anche ad avere case immacolate ma sono esauste. Ci sembra di lavorare sempre senza avere tempo per rilassarci e goderci la vita come fanno tutti gli altri.

Gli psicologi sostengono che facciamo questo perché i vantaggi della disorganizzazione sono maggiori di quelli che derivano da una vita organizzata. Rimandiamo perché non vogliamo fare ciò che deve essere fatto in quel momento. Ci impegniamo più del dovuto poiché dire di *no* fa male. Compriamo cose in eccesso perché preferiamo la certezza di avere troppo all'eventualità di non avere abbastanza. Cerchiamo la perfezione perché il fatto di accontentarci ci sembra un compromesso inaccettabile. In altre parole, anche se la nostra vita sta accelerando in maniera incontrollata, la nostra mente contorta pensa che vivere in questo modo sia più gradevole che prendere posizione e risolvere il problema.

Credo che gli psicologi abbiano ragione, almeno in parte. La disorganizzazione della mia

vita non era dovuta a mancanza di conoscenza o di capacità, né tanto meno a problemi legati alla mia infanzia. Si trattava piuttosto di un sistema di convinzioni corrotto: un problema di cuore, un problema legato al peccato. In ultima analisi è una forma di idolatria.

Potrebbe sembrare un'analisi troppo dura. Vuoi che questo libro ti aiuti a organizzare la tua vita e non ti faccia vergognare o sentire in colpa. Essere disorganizzata può essere scomodo, ma sei fatta così, giusto? Non è certo un peccato.

O forse sì? La disorganizzazione ti toglie la gioia. Ti fa vivere stressata ed esaurita. Crea tensioni con tuo marito e ti fa essere aggressiva con i figli. A volte ti porta a servire in chiesa brontolando. Ti impedisce di coltivare amicizie perché sei sempre di corsa, in affanno tra un compito e l'altro. Hai la consapevolezza di non fare le cose nel modo appropriato, né tanto meno alla gloria di Dio.

La Bibbia afferma che il Signore ci ha salvati per grazia e, come cristiani, abbiamo dei compiti che ci sono stati affidati direttamente da Lui (Efesini 2:9, 10). Dovremmo fare ogni cosa di buon animo poiché la facciamo per il Signore (Colossesi 3:23) e, come donne, ci viene anche ricordato di essere diligenti nell'occuparci della

nostra casa e della nostra famiglia (Tito 2:3-5). Possiamo parlare della nostra disorganizzazione come di un tratto della nostra personalità o di un peccato, ma in ogni caso dobbiamo lottare contro tutto ciò che interferisce con la nostra relazione con Dio.

Non vinceremo il peccato aggiungendo nuove regole, o applicando nuovi metodi e strategie. Era esattamente ciò che facevano i Farisei e Gesù li riprese duramente per questo motivo. A Gesù non interessa l'attività esteriore; desidera soprattutto che agiamo con un cuore puro e amorevole. I miei tentativi di organizzare in modo rigoroso la mia vita sono sempre falliti poiché cercavo di cambiare le mie abitudini senza permettere che lo Spirito Santo cambiasse il mio cuore. Soltanto quando mi sono resa conto delle motivazioni peccaminose che soggiacevano alle mie cattive abitudini ho potuto assistere a dei cambiamenti duraturi nella mia vita.

Iniziare la ricerca: definire gli idoli

Probabilmente questo libro è diverso da qualsiasi altro testo tu possa aver letto. Non ti offrirò un piano di lavoro, non ti dirò in quale giorno lavare il pavimento della cucina e non ti servirà acquistare un timer. I tuoi standard per una casa

organizzata variano secondo la tua personalità, in funzione del periodo che stai attraversando e in base ai bisogni e alle preferenze della tua famiglia.

Ciò che auspico è poterti essere d'aiuto nell'esaminare il tuo cuore e scoprire quelle cose che forse ti stanno impedendo di camminare con Dio. Il mio obiettivo non è quello che tu abbia una casa più pulita o una routine di vita più gestibile - anche se mi auguro che tu riesca in questo intento. La mia speranza è piuttosto che questo libro ti aiuti a servire Dio e la tua famiglia in modo più efficace, più fruttuoso e ricco di pace e gioia.

Non posso garantire che il cambiamento sarà istantaneo o totale. La salvezza che riceviamo quando accettiamo Gesù come Salvatore lo è, ma la santificazione - il processo che ci fa diventare santi o più simili a Cristo - dura tutta la vita. La morte di Cristo sulla croce ci salva dalla condanna a causa del nostro peccato, ma abbiamo ancora una natura peccaminosa che dobbiamo contrastare ogni giorno. Non dobbiamo credere che la santità si realizzi in maniera automatica mentre stiamo seduti a guardare la televisione. La santità è qualcosa che dobbiamo ricercare (Ebrei 12:14) e deve iniziare nel nostro cuore. Identificare i problemi del tuo cuore che stanno

alla base della disorganizzazione, ti permetterà di sperimentare un reale pentimento. Con la forza dello Spirito Santo potrai sbarazzarti di questi idoli (Romani 8:13).

Oggi non è certo di moda parlare di peccato e lo è ancora meno parlare di idolatria. Il mondo ci dice che tutti questi concetti sono superati. Se affrontiamo onestamente l'attitudine peccaminosa che sta dietro alle nostre azioni, siamo zittiti e ci sentiamo dire: "Non sei poi così male! Tutti fanno queste cose. Devi migliorare la tua autostima".

Ma il cuore dell'uomo non è per niente cambiato dai tempi della Bibbia. Non serve che ci inchiniamo davanti a una statua d'oro per avere degli idoli. Quando facciamo dipendere la nostra felicità e la nostra pace da qualsiasi altra cosa che non sia Dio, siamo essenzialmente idolatri. Soltanto quando riconosciamo gli idoli del nostro cuore possiamo "spogliarci dell'uomo vecchio" e "rivestirci del nuovo" (Colossesi 3:5-10).

In questo libro ho identificato quattro idoli che sembrano impedire, in modo particolare alle donne, di servire il Signore in maniera efficace. Sono il tempo libero, l'essere indaffarate, il perfezionismo e gli oggetti che possediamo. Forse scoprirai che soltanto uno o due ti riguardano da vicino, o forse ti accorgerai che il tuo problema

dipende da tutti e quattro. Li esaminerò in modo analitico affinché tu, per la grazia di Dio, possa identificare quali sono i tuoi punti deboli e iniziare a camminare con il Signore con più gioia.

Rifletti

Non vorrei azzardare troppo ma presumo che se stai leggendo questo libro trovi difficoltà a organizzarti. Proviamo ad analizzare quali tra questi aspetti colgono in modo adeguato il tuo problema (possono essere più di uno):

1. ___ *Mancanza di conoscenza* (non so cosa fare);
2. ___ *Mancanza di capacità* (non so come fare);
3. ___ *Mancanza di azione* (non faccio quel che dovrei fare).

In Romani 7:18-20 Paolo parla del suo desiderio di fare ciò che è giusto e lo confronta con la sua evidente incapacità di farlo. Qual è secondo lui la causa di questa lotta? Dove riscontri la medesima battaglia nella tua vita?

Tendiamo a pensare che gli idoli siano oggetti o statue che adoriamo fisicamente. Che cosa definisce idolatria l'apostolo Paolo in Colossesi 3:5? Che analogia c'è tra gli idoli menzionati in questo elenco e una statua vera e propria?

INDICE

	<i>Introduzione</i>	5
Uno	La nostra storia	9
Due	Il perfezionismo	23
Tre	Essere indaffarate	43
Quattro	Le cose che possediamo	59
Cinque	Il tempo libero	75
Sei	Circostanze difficili	97
Sette	Da dove cominciare	113
	<i>Fonti citate</i>	131