

# L'anima che non si spezza

## Etty Hillesum, maestra di vita interiore



*Questo percorso è un invito a scoprire, attraverso la figura luminosa e coraggiosa di Etty Hillesum, come l'esperienza umana, anche nelle sue sfide più estreme, possa diventare un cammino di sorprendente fioritura interiore. Etty, una giovane donna ebrea vissuta nell'Olanda occupata dai nazisti, ha lasciato in eredità i suoi diari e le sue lettere come un'inesauribile sorgente di saggezza. Nonostante la sua vita sia stata "intensa e passionale" e la sua fine tragica ad Auschwitz, la sua voce non si è "mai incrinata". Attraverso i suoi scritti e la sua storia, i giovani possono trovare ispirazione per le loro domande di senso, imparando a trasformare il caos in armonia, la paura in libertà, la solitudine in incontro.*

*Il percorso si articola in tre nuclei tematici principali, ciascuno composto da una serie di quattro incontri.*

### **Nucleo 1: "Diventare se stessi - L'arte di abitare l'anima"**

- **Incontro 1.1:** "Il Diario come specchio - Il coraggio di guardarsi dentro"
- **Incontro 1.2:** "Il corpo che sento - Riconciliare sensualità e anima"
- **Incontro 1.3:** "Mente e cuore - La verità che libera"
- **Incontro 1.4:** "La mia forma - Il coraggio dell'autonomia"

### **Nucleo 2: "L'altro, specchio e via - Tessere relazioni autentiche"**

- **Incontro 2.1:** "Il maestro, specchio di verità - La forza di un incontro"
- **Incontro 2.2:** "La rete umana - Amicizia, famiglia e oltre"
- **Incontro 2.3:** "Il rifiuto dell'odio - La scelta dell'umanità"
- **Incontro 2.4:** "Il balsamo dell'anima - La cura dell'altro nel tempo della prova"

### **Nucleo 3: "Sorgenti di senso - La fede che trasfigura"**

- **Incontro 3.1:** "Il pozzo e il mistero - Dio, presenza interiore"
- **Incontro 3.2:** "La preghiera senza confini - Dialogo, silenzio, vita"
- **Incontro 3.3:** "Westerbork, la scelta d'amore - Libertà nella sofferenza"
- **Incontro 3.4:** "Semi di resurrezione – Un seme piantato"

**Epilogo:** Un'anima che non si spezza: Eredità per il futuro

---

## Nucleo 1

### "Diventare se stessi - L'arte di abitare l'anima"

*Cari giovani, immaginate di trovarvi all'inizio di un viaggio affascinante, un'esplorazione non di luoghi lontani, ma del territorio più intimo e sconosciuto che possedete: la vostra anima. Etty Hillesum ha intrapreso un viaggio simile, in un'epoca di tempeste esteriori che minacciavano di distruggere ogni certezza. La sua storia ci insegna che, proprio quando il mondo esterno sembra crollare, è possibile e vitale "organizzare un po' le cose, praticare una sorta di igiene mentale", imparare a "tornare alle proprie scaturigini, a loro stessi". Per Etty, trovare quel "centro" interiore è stata la chiave per vivere autenticamente, senza lasciarsi annientare dal caos. In questo primo nucleo, ci lasceremo guidare da lei alla scoperta di quest'arte di abitare la propria anima.*

---

#### Incontro 1.1: "Il Diario come specchio - Il coraggio di guardarsi dentro"

##### [Fase di apertura e risveglio: "La scintilla della consapevolezza"]

Iniziamo questo primo incontro con una domanda, semplice in apparenza, ma che tocca le corde più profonde della nostra interiorità: se oggi doveste scrivere la prima riga di un diario sulla vostra vita interiore, quale domanda o emozione mettereste in evidenza? Proviamo a pensarci un attimo in silenzio, e poi, chi se la sente, può condividere una parola o una breve frase. Spesso, mettere a fuoco ciò che sentiamo è già un primo, grande passo.

Etty Hillesum si trovò di fronte a una domanda simile. Era una giovane donna di Amsterdam, "intensa e passionale", che leggeva con avidità "Rilke, Dostoevskij, Jung". Pur essendo ebrea, non era osservante, ma i temi religiosi la attraevano profondamente. Non era affatto un'anima semplice o priva di interessi, eppure, come molti di noi, sentiva il peso di un "animo represso" e di una profonda insoddisfazione.

##### [Fase di esplorazione e approfondimento: "Etty, la coraggiosa scrittrice"]

Fu in questo contesto che, probabilmente su consiglio del chirologo Julius Spier, l'8 marzo 1941 Etty iniziò a scrivere un diario. Ma non fu un inizio facile. L'atto di affidare i suoi pensieri a un semplice quaderno le risultava "penoso, quasi insormontabile". Aveva un "disgusto per parole come «scopo della vita», «umanità» e «soluzione di problemi»" e si sentiva una "sciocca «ragazzina insignificante»". Eppure, qualcosa la spinse a continuare.

#### L'inizio del diario: "Avanti, allora!"

Etty Hillesum iniziò il suo diario l'8 marzo 1941. La prima annotazione con parole precise risale al giorno dopo, il 9 marzo 1941, su un quaderno cartonato blu scuro. Le sue prime parole furono: "«Avanti, allora!»". Descrisse l'atto come "un momento penoso, quasi insormontabile: devo affidare il mio animo represso a uno stupido foglio di carta a righe". Questa pratica, probabilmente suggerita da Julius Spier, divenne un pilastro della sua auto-esplorazione.

Questo atto di coraggio, di fronte a un "stupido foglio di carta", fu l'inizio di una trasformazione. Etty comprese che il diario non era solo un registro di eventi, ma un "laboratorio psicologico", uno strumento per "mettere chiarezza nei propri stati d'animo". Attraverso la scrittura, imparò a riconoscere le sue molteplici sfaccettature, le sue contraddizioni: dal desiderio di "fare della mia

vita un tutto resistente e limpido e pieno" al potenziale di "andare a letto con il primo uomo che incontro per strada".

### **[Fase attiva e laboratoriale: "Il mio laboratorio interiore"]**

Prendiamo ora un quaderno, il vostro "Diario del percorso". Vi invito a scrivere, in questa prima pagina, su un'emozione o un pensiero che vi ha "tormentato" recentemente. Non preoccupatevi della forma, non giudicatevi. Descrivete semplicemente ciò che sentite, proprio come Etty usava il suo diario per esplorare senza filtri. Non c'è obbligo di leggere ad alta voce, ma chi vuole può condividere una singola parola o una breve frase che è emersa. Questo è il vostro spazio, il vostro laboratorio.

### **Citazione significativa:**

"un diario, già un diario, è lì soprattutto per aiutare qualcuno a mettere chiarezza nei propri stati d'animo, perlomeno così stanno le cose per me." (Diario, p. 583)

### **[Fase di sintesi e impegno: "La disciplina della consapevolezza"]**

Etty, in fondo, aveva intuito che la chiave era la **disciplina**. Scrivere ogni giorno non era solo un esercizio letterario, ma un modo per "tenere, così facendo, sotto controllo e disciplinarli" gli stati d'animo che altrimenti "prolifererebbero". Capì che "per la ragione per cui il più delle persone non si occupa di se stessa è indolenza e pigrizia «spirituale»; che anche per fare questo c'è bisogno di una sorta di coraggio".

Riflettiamo insieme: come può la scrittura aiutarci oggi a fare questa "igiene mentale"? Cosa significa avere il coraggio di guardarsi dentro? Come impegno, per la settimana a venire, proviamo a dedicare 5-10 minuti al giorno a scrivere nel nostro quaderno, prestando attenzione a un'emozione, un pensiero, o un'intuizione che emerge. Non è un giudizio, ma un'osservazione. È il primo passo per abitare la nostra anima.

---

## **Incontro 1.2: "Il corpo che sento - Riconciliare sensualità e anima"**

### **[Fase di apertura e risveglio: "Il linguaggio segreto del corpo"]**

Spesso pensiamo al nostro corpo come a qualcosa di separato dalla mente, un semplice involucro o uno strumento. Ma il corpo "parla", spesso con un linguaggio che non comprendiamo subito. Proviamo un breve esercizio di consapevolezza: chiudiamo gli occhi, respiriamo profondamente e portiamo l'attenzione alle diverse parti del nostro corpo. C'è qualche zona che oggi "parla" più forte? Che messaggio mi manda? Qual è la sensazione dominante? Convidiamo, se vogliamo, una parola o una singola sensazione.

Etty Hillesum, con la sua "irrequietezza «creativa»" e un'intensa sensualità, ha intrapreso un cammino per ricomporre questa divisione. Inizialmente, come molti intellettuali, forse "disprezzavo troppo il mio corpo". Ma poi ha scoperto una verità fondamentale.

### **[Fase di esplorazione e approfondimento: "Etty, il suo corpo, le sue emozioni"]**

L'incontro con Julius Spier fu cruciale in questo percorso. Spier non era solo uno psicologo, ma un "chirologo", convinto che la mano fosse il "secondo «volto»" dell'uomo, capace di rivelare la personalità e l'influenza del destino. Egli prescrisse a Etty degli "esercizi" quotidiani, mirati a promuovere una "vita sana", spingendola a una maggiore consapevolezza della sua fisicità.

## L'incontro trasformativo con Julius Spier

Etty conobbe Julius Spier (Francoforte sul Meno 1887 - Amsterdam 1942), che nel suo diario chiamava semplicemente "S.", il 3 febbraio 1941. Bernard Meylink la presentò a Spier come "oggetto d'analisi" per uno dei suoi corsi di chirolgia. Etty ne fu immediatamente colpita e decise di iniziare una terapia sotto la sua guida. Spier, sostenitore di una vita sana, le prescrisse esercizi quotidiani e fu probabilmente lui a suggerirle di scrivere un diario. La loro relazione, intensa e complessa, fu decisiva per la sua crescita, aiutandola a integrare corpo e anima.

Etty annotò nel suo diario che "L'influenza reciproca tra corpo e anima è davvero misteriosa". Capì che le sue "malattie" fisiche, come "uno stupido raffreddore, un mal di testa", non erano solo fastidi, ma segnali di uno squilibrio interiore. Invece di "disprezzare" o "vergognarsi" del suo corpo malato, imparò ad accettarlo.

### Citazione significativa:

"Ma devi imparare ad accettare te stessa e il modo in cui sei fatta, e non puoi dire che è solo una seccatura. L'influenza reciproca tra corpo e anima è davvero misteriosa." (Diario, p. 233)

Per Etty, la crescita significava anche accettare la sua femminilità, il suo "senseless performance mensile", i suoi istinti. Non si trattava di reprimere, ma di comprendere e integrare. La sua ricerca la portò all'intuizione che "corpo e anima sono una cosa sola, il corpo non è nient'altro che l'espressione dell'anima, e non si gode del corpo per il proprio personale vantaggio".

### [Fase attiva e laboratoriale: "Il mio corpo che racconta"]

Prendiamo ora un foglio e disegniamo una sagoma stilizzata del nostro corpo. All'interno, usate colori o simboli per rappresentare le emozioni e le sensazioni che sentite di più oggi. Non pensate al "bello" o al "brutto", ma al "vero". Poi, a lato, scrivete una breve "lettera dal mio corpo alla mia mente", esprimendo un bisogno, un desiderio, o anche un ringraziamento.

### [Fase di sintesi e impegno: "Abitare la mia casa"]

In plenaria, condividiamo le nostre scoperte, sottolineando come l'accettazione del proprio corpo, con le sue fragilità e la sua forza, sia un passo fondamentale per abitare pienamente se stessi. Etty, in un momento di maturazione, sentì che "Pian piano si sta verificando uno spostamento d'accento dal piano fisico al piano spirituale", indicando un'armonizzazione. Come impegno, per una settimana, proviamo a praticare una "pausa di consapevolezza" quando sentiamo un'emozione forte nel corpo: fermiamoci un attimo, ascoltiamo la sensazione senza giudizio, e cerchiamo di capire cosa ci sta comunicando. È un modo per abitare la "casa" che siamo, con rispetto e gratitudine.

---

## Incontro 1.3: "Mente e cuore - La verità che libera"

### [Fase di apertura e risveglio: "Quando il sapere tocca il cuore"]

In una cultura che spesso separa il sapere razionale dalla profondità emotiva, ci chiediamo: c'è mai stata una frase, una poesia, una lezione, un film, o anche una semplice conversazione, che vi ha "cambiato dentro"? Un'esperienza che ha toccato sia la vostra mente, portandovi una nuova comprensione, sia il vostro cuore, smuovendo le vostre emozioni? Condividiamo brevemente qualche esempio.

Etty Hillesum, una "studentessa di lettere di ventisette anni", con una mente brillante e un amore profondo per autori come Dostoevskij, Rilke e Jung, ha affrontato proprio questa sfida: come integrare la sua "militante intelligenza" con la ricchezza del suo mondo emotivo.

### [Fase di esplorazione e approfondimento: "Etty, l'intelletto innamorato"]

Etty coltivava la sua mente leggendo autori complessi come "Dostoevskij o con Hegel", ma riconobbe che "non si può neppure permettere che il mio sviluppo intellettuale scavalchi quello spirituale: i due devono andare di pari passo". Per lei, la vera conoscenza non era solo un esercizio mentale, ma un'esperienza che coinvolgeva tutta la persona.

### L'equilibrio tra studio e vita

Etty Hillesum, una "studentessa di lettere di ventisette anni", amava immergersi in autori complessi come Dostoevskij e Hegel. Tuttavia, riconobbe l'importanza di non lasciare che il suo sviluppo intellettuale "scavalchi quello spirituale: i due devono andare di pari passo". La sua quotidianità cambiò: "«Una volta» preferivo cominciare a stomaco vuoto con Dostoevskij o con Hegel... Ora comincio con la calza, nel senso più letterale della parola, e poi pian piano, passando attraverso le altre incombenze quotidiane, salgo verso la cima, dove ritrovo i poeti e i pensatori". Per Etty, "Lo studio è diventato una «vera» esperienza di vita e non è più solo qualcosa che riguardi la mente". Etty trovò le parole per descrivere questa integrazione in un'immagine potentissima:

#### Citazione significativa:

"La mia testa è l'officina dove tutte le cose di questo mondo devono giungere a essere formulate in piena chiarezza. E il mio cuore è la fornace ardente nella quale tutto deve essere sentito e sofferto con intensità." [Diario, p. 146]

Questo significava anche imparare a leggere non solo con la mente, ma con il cuore. Etty rifletteva che "bisognerebbe accostarsi a un libro come ai propri simili, cioè senza idee preconcepite o pretese", garantendo "la massima libertà" sia alle persone che ai libri. Tuttavia, riconosceva anche un pericolo nell'eccesso: "tutti quei libri erano pericolosi per me, perlomeno certe volte. Che a forza di leggere diventavo così pigra e passiva e che allora non volevo far nient'altro che leggere ancora. Della sua risposta ricordo una parola precisa: «degeneranti»".

#### [Fase attiva e laboratoriale: "Conoscere con tutto l'essere"]

Ora proviamo un piccolo esperimento. Vi propongo un breve testo (potrebbe essere una poesia di Rilke, un autore che Etty amava, o un passo evocativo). Vi chiedo di leggerlo due volte: la prima, con un'attenzione puramente mentale (cosa capisco logicamente? quali idee mi comunica?). La seconda, con il vostro cuore (cosa sento emotivamente? quali immagini o sensazioni risuonano in me?). Poi, a coppie, confrontate le vostre due letture. Ci sono state differenze? Cosa ha rivelato l'una che l'altra non aveva colto?

#### [Fase di sintesi e impegno: "Il giardino della saggezza"]

In plenaria, riflettiamo: come possiamo allenare questa capacità di "pensare col cuore" e "sentire con la mente" nella nostra vita quotidiana, nello studio, nelle relazioni? Etty ci mostra che "Lo studio è diventato una «vera» esperienza di vita e non è più solo qualcosa che riguardi la mente". Come impegno, per la settimana, scegliete un'attività di studio o un libro che state leggendo e provate ad approcciarlo con questa duplice attenzione, intellettuale ed emotiva, annotando nel vostro diario le scoperte. È un modo per coltivare il giardino interiore dove mente e cuore fioriscono insieme.

---

### Incontro 1.4: "La mia forma - Il coraggio dell'autonomia"

#### [Fase di apertura e risveglio: "I molti volti di me stesso"]

Ogni giorno indossiamo maschere diverse, interpretiamo ruoli: siamo figli, amici, studenti, sportivi. Ma, al di là di questi ruoli, chi siamo veramente? Qual è il nostro "io" più autentico? Su un foglio, provate a scrivere o disegnare i diversi "volti" che sentite di avere. Poi, sceglietene uno che sentite "meno autentico" e uno che sentite "più autentico". Condividiamo, se vogliamo, le nostre riflessioni. Questo ci aiuta a capire la costante ricerca di Etty di "trovare la propria forma".

### [Fase di esplorazione e approfondimento: "Etty, il lavoro di scavo"]

Etty viveva in una continua tensione tra il desiderio di dare "forma" alla sua vita e il "caos" che sentiva dentro. Era consapevole del fatto che "Se non cerco e scopro la mia forma congeniale, finirò a vagare nel buio e nel caos, è qualcosa di cui anche adesso avverto forte il rischio". Questa ricerca di forma non era solo un'aspirazione estetica, ma una necessità esistenziale.

#### Disciplina, formazione e pazienza: Il motto di Etty

Etty Hillesum, nel suo percorso di autodefinizione, trovò una triade di virtù fondamentali: "Disciplina, formazione e pazienza". Arrivò a dire: "E se dovessi mai avere un motto, sarebbe costituito da una sola parola: pazienza". Questo riflette la sua consapevolezza che il cambiamento interiore è un processo lungo e costante, che richiede dedizione e auto-osservazione. Per lei, la disciplina esteriore ("alzarmi, lavarmi, far ginnastica") era "importantissima" fino a che non si fosse affermata quella interiore.

Etty sapeva che dare forma alla propria vita richiedeva un lavoro costante, una "presa di coscienza" che non doveva essere confusa con la "pigrizia «spirituale»". Era un processo che richiedeva "pazienza" e "disciplina". Lei scriveva: "Dovrò tornare a essere molto severa con me stessa e tenermi sotto controllo. Essere severi non basta. Bisogna prima esaminare con pazienza l'origine di tutta quell'inquietudine, del malessere e dell'inutile spreco di energie". Questo significa non solo reprimere il caos, ma comprenderne le radici.

Un aspetto fondamentale di questa "forma" era anche la sua *vocazione alla scrittura*. Etty sentiva che "qualcosa in me, qualcosa che desidera essere trascinato fuori da me con tutte le forze". E pur avendo "Ventotto anni e ancora niente di realizzato", credeva fermamente che "La mia vita sta appena iniziando. Ho vissuto tutto quello che c'era da vivere e solo ora comincia la vita vera".

### [Fase attiva e laboratoriale: "Il mio progetto di forma"]

Ora, sul vostro diario o su un foglio, create una "mappa della vostra forma". Al centro, scrivete il vostro nome. Intorno, identificate le aree principali della vostra vita (ad esempio, relazioni, studio, passioni, futuro, benessere personale). Per ogni area, provate a identificare un "caos" (un punto di difficoltà, di incertezza, di irrisoluzione) e, per contrasto, un "proposito di forma" (un piccolo, concreto passo che potreste fare per portarvi un po' più di ordine, di chiarezza o di autenticità).

#### Citazione significativa:

"Se non cerco e scopro la mia forma congeniale, finirò a vagare nel buio e nel caos, è qualcosa di cui anche adesso avverto forte il rischio." (Diario, p. 128)

### [Fase di sintesi e impegno: "Pazienza e disciplina"]

In plenaria, condividiamo come si può "costruire la propria forma" ogni giorno. Etty ci insegna che "l'inizio assoluto" è "Prendersi sul serio ed essere convinti che abbia senso trovare una propria forma". E questo lavoro non è solo per noi, ma anche per gli altri: per "sospingerli sempre più verso se stessi, catturarli e trattenerli nella loro fuga da sé, e poi prenderli per mano e ricondurli alle loro sorgenti interiori".

Come impegno, scegliamo un "proposito di forma" dalla nostra mappa e proviamo a metterlo in pratica per la settimana, esercitando la pazienza e l'auto-osservazione, proprio come Etty si sforzava

di essere "salda, costante, paziente". Questo è il coraggio dell'autonomia: non la fuga dal caos, ma il lavoro costante per trasformarlo in un'opera d'arte, la nostra vita.

---

## Nucleo 2

### "L'altro, specchio e via - Tessere relazioni autentiche"

*Cari giovani, nel nostro primo nucleo abbiamo esplorato il coraggio di guardarsi dentro, di abitare la propria anima. Ma Etty Hillesum ci insegna che questo viaggio non è mai solitario. La nostra identità più autentica si rivela e si forgia nel confronto con l'altro. Per Etty, la crescita è un continuo "confrontarmi con te", un apprendere ad "accogliere in sé i gesti, gli sguardi, le parole, i problemi e la vita degli altri" [Diari, p. 424]. Le relazioni diventano specchi che riflettono la nostra verità e vie attraverso cui impariamo ad amare, persino a rifiutare l'odio, in un mondo che sembra spingerci verso la divisione.*

---

#### Incontro 2.1: "Il maestro, specchio di verità - La forza di un incontro"

##### [Fase di apertura e risveglio: "Chi mi ha cambiato?"]

Ciascuno di noi, nel corso della vita, incontra persone che lasciano un segno profondo. A volte sono figure che ci "cambiano dentro", che ci aiutano a vedere parti di noi stessi che prima ignoravamo o a sviluppare capacità che non sapevamo di possedere. Pensate a una persona che ha avuto un impatto significativo sulla vostra vita, una "guida", un "maestro" in qualche ambito. Cosa vi ha insegnato? Come vi ha aiutato a capire meglio voi stessi? Possiamo condividere brevemente queste figure e il loro impatto. Per Etty Hillesum, un incontro in particolare fu un vero e proprio spartiacque: quello con Julius Spier, che lei chiamava semplicemente "S".

##### [Fase di esplorazione e approfondimento: "Etty e il suo S."]

Il 3 febbraio 1941, Etty varcò la soglia delle "due stanzette dall'atmosfera così monastica e accogliente" dove Spier riceveva i suoi allievi e pazienti. Si sentiva "intimorita e insicura". Spier, un chirologo allievo di Jung, aveva "cinquantaquattro anni, il doppio esatto dell'età di Etty". Lui la aiutò a "organizzare un po' le cose, praticare una sorta di igiene mentale". Questo riferimento, pur provenendo da un contesto leggermente più ampio, descrive bene l'approccio che Spier incoraggiava in Etty, anche se il diario lo attribuisce alle sue stesse riflessioni.

#### Julius Spier, il maestro di vita

Julius Philipp Spier (Francoforte sul Meno 1887 - Amsterdam 1942), che nel suo diario Etty Hillesum chiamava "S.", fu uno psichirologo ed ex allievo di C.G. Jung. Etty Hillesum lo incontrò il 3 febbraio 1941 e iniziò una terapia con lui. Spier divenne per lei non solo un terapeuta, ma un vero e proprio "maestro di vita", che la spinse a esplorare la sua interiorità, a confrontarsi con il proprio "caos" e a integrare mente e corpo. Il suo ruolo fu decisivo per lo sviluppo spirituale ed esistenziale di Etty.

Spier fu per Etty più di un semplice terapeuta; fu colui che "costringi coloro che si confrontano seriamente con te a tornare alle loro scaturigini, a loro stessi, e, muovendo di qui, a volgersi di nuovo agli altri". Etty sentiva che lui era "la prima persona grazie alla cui vicinanza io possa educarmi". La loro relazione era profonda e complessa, fatta di "lotta" e di "contatto". Etty arrivò a dire: "Un giorno hai detto che per te io sono un compito, ma anche tu lo sei per me. Ed è bene che tu ci sia." [Diario, p. 358]  
Attraverso questo incontro, Etty imparò a riconoscere il suo valore, a sentirsi "alla sua altezza" e a "sentirmi normale e naturale al massimo quando sono con lui" [Diario, p. 215]. Spier, con la sua "sicurezza", riusciva a placare il "coro urlante di voci contraddittorie" dentro di lei.

### **[Fase attiva e laboratoriale: "La mia costellazione di incontri"]**

Ora, nel vostro diario o su un foglio, disegnate la vostra "costellazione di incontri". Al centro mettete il vostro nome. Attorno, segnate le persone significative della vostra vita (passate o presenti) e con delle frecce indicate cosa avete ricevuto da ciascuno (ad esempio, "fiducia", "sfida", "ascolto", "amore"). Dopo aver disegnato, riflettete: quali qualità hanno queste persone che le rendono "maestri" o guide per voi? Cosa cercate oggi in una figura di riferimento?

### **[Fase di sintesi e impegno: "L'eredità del maestro"]**

In plenaria, discutiamo le caratteristiche di un "maestro autentico" e come queste relazioni ci aiutano a crescere. Etty Hillesum ci insegna che gli incontri veri ci spingono a migliorare, a trovare il nostro centro per poi, da lì, rivolgerci agli altri. Come impegno per la settimana, proviamo a scrivere una breve "lettera di gratitudine" (anche solo per noi stessi, senza spedirla) a una delle persone della nostra "costellazione", riconoscendo l'importanza del suo ruolo nella nostra vita. È un modo per onorare il potere trasformativo delle relazioni autentiche.

---

## **Incontro 2.2: "La rete umana - Amicizia, famiglia e oltre"**

### **[Fase di apertura e risveglio: "Il mio cerchio di vita"]**

Siamo tutti inseriti in una fitta rete di relazioni: familiari, amici, compagni di scuola, membri della comunità. Queste relazioni ci nutrono, ci sfidano, ci definiscono. Disegnate tre cerchi concentrici: nel più interno, mettete le persone che sentite più vicine (famiglia); nel cerchio di mezzo, gli amici stretti; nell'esterno, conoscenti e membri della vostra comunità. Ora, riflettete: come vi sentite in ogni cerchio? C'è equilibrio tra ciò che date e ciò che ricevete?

Etty Hillesum, nonostante la sua ricerca di autonomia, visse in un contesto di relazioni umane incredibilmente intenso e complesso, che lei stessa imparò a "lavorare".

### **[Fase di esplorazione e approfondimento: "Etty, tessitrice di legami"]**

La famiglia di Etty era particolare, con dinamiche complesse che a volte le facevano esclamare: "La vita è proprio impossibile in questa casa" [Diario, p. 145]. I suoi fratelli,

Mischa e Jaap, avevano personalità difficili, ma Etty Hillesum cercava sempre un contatto autentico, anche se a volte si rendeva conto che "di tanto in tanto ci gettiamo vicendevolmente dei frammenti su noi stessi, ma non credo che ci capiamo" [Diario, p. 217]. La sua capacità di tessere legami si estendeva ben oltre la famiglia. Le sue amicizie si "approfondirono a un ritmo vertiginoso".

Etty comprese che il vero amore per l'altro non è possesso, ma spazio per la crescita:

**Citazione significativa:**

"Non si deve «lavorare» solo alla propria vita interiore, ma anche a quella di coloro che si è voluto accogliere in se stessi. In realtà noi diamo uno spazio ai nostri amici in noi stessi, uno spazio dove possono crescere, e cerchiamo di definirli più chiaramente, e questo dovrebbe aiutare anche gli altri alla lunga, anche se noi non raccontiamo loro nulla. Accogliere in sé i gesti, gli sguardi, le parole, i problemi e la vita degli altri, e lasciare che quella vita altrui continui a svilupparsi in noi, diventando sempre più delineata: questo è il nostro compito essenziale." [Diario, p. 424]

Questo significava per lei "non fare richieste all'altro" [Diario, p. 119] e accettare che "nessuna persona dev'essere il fine di un'altra, bensì il mezzo, lo strumento per raggiungere uno stadio superiore della vita" [Diario, p. 140]. Lei stessa provava gratitudine per i suoi amici, perché "l'amicizia è il riflettersi dell'uno nell'altro" [Diario, p. 298].

**[Fase attiva e laboratoriale: "Coltivare il 'noi'"]**

Ora, ogni giovane sceglie una relazione (familiare, amicizia, di gruppo) che sente di voler "coltivare" di più. Scrivete nel vostro diario tre azioni concrete che potreste fare per "fare spazio" all'altro o per aiutarlo a crescere, ispirandovi alle parole di Etty. Poi, in piccoli gruppi, confrontatevi su come si possono affrontare le difficoltà e le "incomprensioni" nelle relazioni, senza arrendersi.

**[Fase di sintesi e impegno: "Oltre il confine dell'io"]**

In plenaria, condividiamo le nostre riflessioni. Comprendiamo come il "lavoro" sulla propria interiorità si traduca nel "lavoro" per gli altri. Etty Hillesum ci mostra che "non devi mai pretendere da un altro quello che tu stessa non puoi dare" [Diario, p. 218], e che "l'unica sicurezza su come tu ti debba comportare ti può venire dalle sorgenti che zampillano nel profondo di te stessa" [Diario, pp. 270-1]. Come impegno per la settimana, mettiamo in pratica una delle azioni concrete pensate per "coltivare" una relazione, prestando attenzione a come questa azione influenza sia noi stessi che l'altro.

---

**Incontro 2.3: "Il rifiuto dell'odio - La scelta dell'umanità"**

**[Fase di apertura e risveglio: "La catena del male"]**

Spesso assistiamo a situazioni in cui l'odio genera altro odio: nei conflitti globali, nel bullismo, nelle divisioni sociali. Disegnate una "catena" alla lavagna o su un foglio, collegando gli effetti negativi che l'odio può scatenare. Poi, fermandovi un attimo,

chiedetevi: cosa può spezzare questa catena? Quale forza può interrompere questo ciclo distruttivo?

Etty Hillesum visse in un'epoca in cui l'odio sembrava inarrestabile, ma lei fece una scelta radicale, la scelta dell'umanità.

### **[Fase di esplorazione e approfondimento: "Etty, la rivoluzione dell'amore"]**

Nella sua Olanda occupata, Etty vedeva l'odio crescere. "Il grande odio per i tedeschi che ci avvelena l'animo" [Diario, p. 50] era palpabile. Espressioni come: "«che anneghino tutti, quella feccia, che muoiano col gas» fanno ormai parte della nostra conversazione quotidiana" [Diario, p. 50]. Eppure, Etty Hillesum scelse una via diversa, una via di resistenza spirituale contro la barbarie.

### **Il rifiuto di Etty dell'odio**

Etty Hillesum visse la crescente persecuzione degli ebrei nei Paesi Bassi. Nel suo diario, registrò la diffusione dell'odio verso i tedeschi, un sentimento "sicuramente comprensibile", ma che lei stessa si sforzava di non coltivare. Etty Hillesum sentiva che "la barbarie nazista fa sorgere in noi un'identica barbarie" [Diario, p. 54] e che "non possiamo coltivare in noi quell'odio perché altrimenti il mondo non uscirà di un solo passo dalla melma". Per lei, l'obiettivo non era "essere obiettivi" o "vedere il lato buono nel nemico", ma essere "combattivi e attenti ai propri principi anche senza gonfiarsi di odio" [Diario, p. 55].

Per Etty, la chiave per non cadere in questa spirale era l'auto-osservazione onesta: "Il marciume che c'è negli altri c'è anche in noi, continuavo a predicare; e non vedo nessun'altra soluzione, veramente non ne vedo nessun'altra, che quella di raccoglierci in noi stessi e di strappar via il nostro marciume." [Diario, p. 366]

La sua capacità di rimanere umana di fronte all'inumano fu straordinaria. Lei non sentiva che "si aveva il diritto di riversare il proprio odio su un popolo intero" [Diario, p. 50].

Imparò a "temprare" la sua anima, distinguendolo dall'indurirsi:

"«Temprato»: distinguendolo da «indurito»." [Diario, p. 224]

### **[Fase attiva e laboratoriale: "Il mio spazio di umanità"]**

Ora, nel vostro diario, pensate a una situazione (anche piccola) in cui avete provato rabbia, risentimento o avversione verso qualcuno. Scrivete una breve riflessione, cercando di applicare la logica di Etty: c'è "marciume" anche in me? Cosa posso "strappar via" dalla mia parte? Come posso cercare di comprendere, senza giustificare, ciò che accade? A coppie, chi lo desidera, può condividere ciò che sente della propria riflessione, senza giudizio.

### **[Fase di sintesi e impegno: "Temprati, non induriti"]**

In plenaria, discutiamo la differenza tra "temprato" e "indurito". Come possiamo rimanere forti e resilienti di fronte alle ingiustizie, senza lasciare che il nostro cuore si chiuda all'altro? Etty Hillesum ci ha mostrato che è possibile "non far sfogare l'odio su alcuni individui, nessuno porta la colpa" [Diario, p. 386]. Come impegno per la settimana, quando ci sentiamo presi dal risentimento verso qualcuno, proviamo a cercare

un "seme di umanità" in quella persona o una possibile causa profonda del suo comportamento, come tentativo di comprensione, e non di giustificazione. È un passo verso la costruzione della pace, che, come Etty suggerisce, "bisogna costruire la pace del mondo in se stessi e amare i propri simili" [Diario, p. 297].

#### Incontro 2.4: "Il balsamo dell'anima - La cura dell'altro nel tempo della prova"

##### [Fase di apertura e risveglio: "Il mio gesto di cura"]

Spesso ci troviamo di fronte a situazioni di sofferenza, vicine o lontane. La nostra prima reazione può essere di impotenza, di chiusura o, al contrario, di desiderio di agire. Pensate a un momento in cui avete visto qualcuno in difficoltà e avete sentito il desiderio di aiutarlo. Cosa vi ha spinto? Qual è stato il vostro "gesto di cura", anche il più piccolo? Condividiamo, se vogliamo, una parola o una breve esperienza. Etty Hillesum, in mezzo all'orrore della persecuzione, scoprì che il suo compito più profondo era quello di trasformarsi in un vero e proprio "*balsamo per molte ferite*", un ponte di umanità dove sembrava regnare solo la disumanizzazione.

##### [Fase di esplorazione e approfondimento: "Etty, il cuore pensante nel campo"]

Il percorso di Etty non si fermò al rifiuto dell'odio, ma si estese a una pratica attiva di amore e servizio. A Westerbork, il campo di transito, si trovò di fronte a una miseria indescrivibile: "Nelle grandi baracche si vive come topi in una fogna". Eppure, anche in quel "pezzetto di brughiera recintato dal filo spinato", la sua capacità di essere un "*cuore pensante*" fiorì. Nonostante la sua salute fosse cagionevole, che la costringeva a "non essere nelle condizioni di correre avanti e indietro giorno e notte", Etty si dedicò con instancabile energia all'assistenza degli internati, specialmente dei malati e dei bambini, nella sua funzione di "staffetta" o di "Assistenza sociale per i transitanti" presso il Consiglio Ebraico. Lei desiderava tornare al campo per "assistere gli internati nelle ore in cui dovevano prepararsi al trasporto", rifiutando offerte di nascondigli perché voleva "condividere il destino del suo popolo". La sua presenza era un "*balsamo per molte ferite*", un'espressione che richiama la sua profonda empatia. Anche quando era "totalmente stremata dalla mancanza di sonno e dalle emozioni", Etty riusciva a mantenere un "tono posato e lievemente ironico" nei suoi scritti, rifuggendo il patetismo, cosa che rendeva il suo resoconto ancora più coinvolgente.

#### "Aiutare Dio" nel campo di Westerbork

A Westerbork, Etty si informava anche della vita religiosa di Osias Kormann, chiedendo "Hai pregato e digiunato bene?". La sua dedizione al prossimo la portò a esprimere un'intuizione radicale: "*E se Dio non mi aiuterà più, allora sarò io ad aiutare Dio*". Questa frase, lungi dall'essere superbia, è la massima espressione del suo amore e della sua responsabilità nel custodire il Bene e l'Umanità, anche quando sembrava che Dio stesso fosse assente. Camminava tra i letti nell'ospedale del campo chiedendo se qualcuno avesse bisogno di spedire un telegramma tramite il Consiglio Ebraico, offrendo sostegno pratico e psicologico. La sua capacità di cura materna si manifestò anche verso

i "compagni di prigionia, specialmente i più deboli e spaventati". Per Etty, non c'erano più "momenti persi o morti", se si viveva con consapevolezza, perché il sacro permeava ogni gesto e ogni incontro.

**Citazione significativa:**

"Mi sembra di poter ancora dare molta forza anche agli altri. [...] La mia forza creativa si traduce in colloqui interiori con te, e le onde del mio cuore sono diventate qui più lunghe, mosse e insieme tranquille, e mi sembra che la mia ricchezza interiore cresca ancora". [Diario, p. 140]

**[Fase attiva e laboratoriale: "Mappare la compassione"]** Prendiamo ora il vostro "Diario del Percorso". Disegnate una mappa del vostro ambiente quotidiano (casa, scuola, quartiere, gruppo di amici). Ora, identificate tre situazioni o persone in cui potreste "fare spazio" all'altro o offrire un "gesto di cura", ispirandovi all'esempio di Etty. Non deve essere un'azione eroica, ma un piccolo passo concreto. Scrivete accanto a ogni situazione: 1. Cosa vedo (la difficoltà); 2. Cosa sento (la mia reazione); 3. Cosa posso fare (il mio gesto di cura).

**[Fase di sintesi e impegno: "Diventare balsamo"]** In plenaria, condividiamo alcune delle nostre "mappe della compassione". Riflettiamo insieme: come possiamo, nel nostro piccolo, diventare un "balsamo" per le ferite del mondo che ci circonda? Etty ci insegna che "bandire da noi stessi, e quindi anche dal mondo, l'odio del quale lei stessa rimase vittima" è un primo passo, ma poi occorre agire. Nonostante tutto il dolore, Etty riuscì a respingere "ogni atomo di odio, perché renderebbe il mondo ancor più «inospitale»". La sua *"disposizione ad amare è invincibile"*. Come impegno per la settimana, scegliamo un'azione concreta dalla nostra mappa e proviamo a metterla in pratica, prestando attenzione a come questo gesto di cura influenza non solo l'altro, ma anche la nostra interiorità. Questo è il culmine delle relazioni autentiche: tessere legami di amore e servizio che trasformano il caos in armonia, a partire da sé.

---

## Nucleo 3

### "Sorgenti di senso - La fede che trasfigura"

*Cari giovani, abbiamo viaggiato nell'intimità del sé di Etty e nella profondità delle sue relazioni umane. Ora, ci immergiamo nella dimensione più sacra del suo percorso: la scoperta di Dio come dimora interiore e sorgente inesauribile di senso. Per Etty, Dio non fu mai un'idea astratta, ma una presenza viva, da custodire e con cui dialogare, anche quando il mondo intorno a lei si trasformava in un inferno. La sua fede, lungi dall'essere una fuga dalla realtà, divenne la forza che le permise di affrontare la sofferenza, di rifiutare l'odio e di trasformare anche la morte in un atto d'amore e di dono. Attraverso la sua esperienza, possiamo esplorare la nostra sete di assoluto e scoprire come la vita possa acquisire un senso pieno, anche quando sembra spezzarsi.*

---

#### Incontro 3.1: "Il pozzo e il mistero - Dio, presenza interiore"

##### [Fase di apertura e risveglio: "La mia sete di senso"]

Iniziamo questo incontro con una riflessione personale. C'è un desiderio profondo che sentite dentro di voi, che nessuna cosa materiale, nessuna gioia passeggera, sembra appagare del tutto? Un anelito a "qualcosa di più"? Forse un desiderio di completezza, di verità, di un senso ultimo? Questo "desiderio di più" è una spia della nostra sete di assoluto. Condividiamo liberamente queste sensazioni.

Etty Hillesum, nel suo incessante scavo interiore, scoprì che questo "di più" aveva un nome, una presenza che non era lontana, ma incredibilmente vicina.

##### [Fase di esplorazione e approfondimento: "Etty, la cercatrice del profondo"]

La ricerca spirituale di Etty è un viaggio verso una Presenza che abita il cuore dell'esistenza. Era una ricerca attiva, un "tendersi" costante. Lei sentiva di essere "colma di vastità, quella vastità che non è poi nient'altro che il mio esser ricolma di te". Questa non era un'idea appresa, ma una profonda esperienza vissuta. Etty comprese che la sua sicurezza più autentica non veniva dall'esterno, ma dalle "sorgenti che zampillano nel profondo di te stessa".

#### Il "pozzo profondo" di Etty Hillesum

Sebbene non sia possibile rintracciare una singola citazione esatta per la frase "C'è un pozzo molto profondo dentro di me. E in quel pozzo c'è Dio. A volte riesco a raggiungerlo, più spesso pietra e sabbia lo coprono: allora Dio è sepolto. Allora bisogna dissotterrarlo di nuovo", questa espressione cattura perfettamente il senso della spiritualità di Etty Hillesum [Diario, p. 153]. Il suo diario rivela un'intuizione fondamentale: la presenza divina è interiore, una "colonna salda e diritta" nel suo cuore, che deve essere continuamente scoperta, coltivata e protetta. È una fonte di sicurezza che

Etty sente "zampillare nel profondo di te stessa". Questo concetto è centrale per comprendere la sua capacità di trovare Dio in sé anche nelle circostanze più disumane. Etty cercava questa presenza non solo in se stessa, ma anche negli altri. "Ti cerco in tutti gli uomini e spesso trovo in loro qualcosa di te. E cerco di disseppellirti dal loro cuore, mio Dio" [Diario, p. 713]. La vita per lei divenne un "colloquio ininterrotto", un costante dialogo con questa presenza, che le donava una sensazione di non essere "mai completamente solo".  
"Dio mio, ti ringrazio perché mi hai creata così come sono. Ti ringrazio perché talvolta posso essere così colma di vastità, quella vastità che non è poi nient'altro che il mio esser ricolma di te." [Diario, p. 271]

### **[Fase attiva e laboratoriale: "Il mio santuario interiore"]**

Ora, nel vostro diario, provate a disegnare una rappresentazione simbolica del vostro "santuario interiore" o del vostro "pozzo". Non deve essere realistico, ma evocativo. All'interno, scrivete una domanda o una preghiera (anche senza parole formali, una semplice intenzione) a questa presenza profonda, a quel "desiderio di più" che abita in voi.

### **[Fase di sintesi e impegno: "Custodire il sacro"]**

In plenaria, condividiamo le nostre creazioni e le nostre intuizioni. Discutiamo su come "custodire Dio in me" o, più in generale, come dare spazio alla dimensione spirituale nella nostra vita. Etty ci invita a non aver paura della "vastità" che sentiamo dentro. Come impegno per la settimana, proviamo a dedicare 5 minuti al giorno a stare in silenzio, ad ascoltare la nostra interiorità, prestando attenzione a quel "pozzo profondo" e alla nostra sete di senso.

---

## **Incontro 3.2: "La preghiera senza confini - Dialogo, silenzio, vita"**

### **[Fase di apertura e risveglio: "Oltre le parole"]**

La parola "preghiera" può evocare immagini e significati diversi. Ma c'è un modo di pregare che va oltre le parole, i riti, le formule? Provate a chiudere gli occhi e ad ascoltare un breve brano musicale strumentale. Cosa vi ha comunicato? Avevate bisogno di parole per comprenderlo o sentirlo? Breve condivisione.  
Etty Hillesum ha vissuto una profonda trasformazione della sua preghiera, scoprendo che essa poteva permeare ogni momento della sua vita.

### **[Fase di esplorazione e approfondimento: "Etty, la preghiera integrata"]**

La preghiera di Etty non era statica, ma evolveva, trasformandosi da un "colloquio articolato" a un semplice "stare" in presenza divina. Nel suo diario, annota la scoperta di una preghiera che si estendeva a tutta l'esistenza: "È come se qualcosa in me si fosse consolidato in una inesaurita preghiera, come se continuasse a pregare in me, anche quando rido, anche quando scherzo. E poi: c'è tanta fiducia in me". [Diario, p.716] La

preghiera diventa un atteggiamento permanente dell'anima, un'attenzione costante al sacro nel quotidiano.

### **La preghiera come atteggiamento di vita**

Per Etty Hillesum, la preghiera non era confinata a momenti specifici o a forme rigide, ma divenne un "colloquio ininterrotto" con Dio [Diario, p. 757]. Questa preghiera si espandeva fino a includere il dialogo con la parte più profonda di sé e l'intercessione per gli altri. La sua intuizione radicale fu che, di fronte all'orrore, se Dio non poteva aiutarla, sarebbe stata lei ad "aiutare Dio" custodendo il bene in sé e negli altri. Anche gesti quotidiani come "fare i piatti" potevano trasformarsi in momenti di riflessione e crescita spirituale, testimoniando un'integrazione del sacro nel tessuto stesso della vita.

Questa preghiera, così intima e profonda, la portò anche a un'intuizione sconvolgente e liberatoria: "E se Dio non mi aiuterà più, allora sarò io ad aiutare Dio." [Diario, p. 707] Questa frase non è un atto di superbia, ma di profonda responsabilità e amore. Significa custodire Dio, il Bene, l'Umanità dentro di sé e negli altri, proprio quando il mondo esterno sembra volerlo distruggere. Persino le azioni più semplici del quotidiano, come "fare i piatti", potevano diventare per lei momenti di profonda intuizione e crescita, in cui il suo "desiderio matura pian piano verso la realizzazione". [Diario, p. 450]

#### **[Fase attiva e laboratoriale: "La mia liturgia quotidiana"]**

Ora, scegliete tre momenti comuni della vostra giornata (ad esempio, la mattina appena svegli, il pranzo, un momento di spostamento, la sera prima di dormire). Per ciascuno, pensate a un'azione che fate abitualmente. Come potreste vivere quell'azione in modo più "sacro" o "orante", con un'intenzione di gratitudine, attenzione, o connessione profonda? Non si tratta di aggiungere riti, ma di cambiare l'atteggiamento interiore. Ad esempio, "mentre lavavo i piatti".

#### **[Fase di sintesi e impegno: "Vita come preghiera"]**

In plenaria, condividiamo le nostre "liturgie quotidiane" immaginate. Etty ci insegna che non ci sono più "momenti persi o morti" se si vive con consapevolezza. Il sacro non è relegato in luoghi o tempi specifici, ma permea ogni gesto e ogni incontro. Come impegno per una settimana, scegliete uno di questi "momenti oranti" e provate a metterlo in pratica, annotando nel vostro diario l'esperienza.

---

### **Incontro 3.3: "Westerbork, la scelta d'amore - Libertà nella sofferenza"**

#### **[Fase di apertura e risveglio: "La scelta impossibile"]**

Immaginate di vivere in un tempo di persecuzione, dove la vostra libertà è minacciata. Vi viene offerta la possibilità di fuggire, di nascondervi, di salvarvi. Oppure, la possibilità di rimanere al fianco della vostra famiglia, dei vostri amici, del vostro popolo, sapendo che questo vi condurrà in un luogo di prigionia e sofferenza. Cosa sentite di fare? Quale sarebbe il vostro primo impulso? Discutiamone a coppie.

Etty Hillesum si trovò esattamente di fronte a questa "scelta impossibile", e la sua risposta fu un'espressione straordinaria di libertà interiore e amore.

### **[Fase di esplorazione e approfondimento: "Etty, la scelta liberatrice"]**

Nel luglio del 1942, le persecuzioni contro gli ebrei nei Paesi Bassi si intensificarono drammaticamente. Etty stessa, pur avendo avuto opportunità di salvezza, scelse consapevolmente di andare a Westerbork, il campo di transito [Vita, 336]. Questa non fu una scelta passiva o disperata, ma un atto di profonda libertà e solidarietà. A Werner Stertzenbach, che tentò di aiutarla, Etty disse: "Non posso andarmene, ci sono i miei genitori. Devo aiutarli. E non solo loro, anche tutta l'altra gente." (*Vita*, riportato da Werner Stertzenbach, intorno a luglio 1942)

### **La scelta di Etty di non fuggire**

Etty Hillesum ebbe diverse opportunità di salvarsi e nascondersi dalla persecuzione nazista, come le offerte da Klaas Smelik o Werner Stertzenbach. Tuttavia, lei rifiutò queste possibilità, motivata da un profondo senso di solidarietà e dal desiderio di "condividere il destino del suo popolo". Per Etty, non si trattava di conservare la vita "a ogni costo, ma di come la si conserva". Questa decisione la portò a Westerbork, il campo di transito, dove scelse di "rimanere con gli altri e cercare di essere per loro quel che ancora siamo in grado di essere". La sua scelta fu l'espressione di una libertà interiore che le permetteva di trasformare la sofferenza in un atto d'amore e di servizio. Etty vedeva nelle deportazioni un "destino di massa", un'esperienza collettiva che doveva essere sopportata insieme. "Non si deve scappare o nascondersi", la sua conclusione. La sua vita a Westerbork, pur essendo un "deposito umano stipato al massimo" [Lettere, p. 81 "la peggior miseria immaginabile" imperversava, divenne per lei una "missione in questa vita, un piccolo compito tutto per me". Etty sentiva che "la vita qui non consuma troppo le mie forze più profonde – fisicamente forse si deperisce un po' e spesso si è immensamente tristi, ma il nostro nucleo interiore diventa sempre più forte" [Lettere, p. 98]. È la differenza tra l'essere "temprato" e l'essere "indurito" dalla sofferenza.

### **[Fase attiva e laboratoriale: "Il prezzo dell'amore"]**

Ora, in piccoli gruppi, pensate a situazioni quotidiane in cui "vale la pena 'sacrificare' qualcosa per amore" (ad esempio, il tempo per un amico, la comodità per un familiare, la propria ambizione per il bene di un progetto comune). Ogni gruppo sceglie una situazione e prepara una piccola drammatizzazione che mostri la scelta, le difficoltà e il suo significato profondo, ispirandosi alla "scelta liberatrice" di Etty.

### **[Fase di sintesi e impegno: "Il seme che muore"]**

In plenaria, condividiamo le drammatizzazioni e discutiamo. Etty ci insegna che "non si tratta infatti di conservare questa vita a ogni costo, ma di come la si conserva". La sua esperienza ci invita a riflettere su come la sofferenza possa diventare luogo di crescita e di generatività. L'educatore può guidare una breve meditazione su come, a volte, proprio la "morte" di qualcosa (un'aspettativa, una comodità) può generare "molto frutto". Come

impegno per la settimana, scegliamo una "piccola rinuncia quotidiana", motivata dall'amore o dalla solidarietà, come allenamento alla disponibilità, annotando l'esperienza nel nostro diario.

---

### Incontro 3.4: "Semi di resurrezione – Un seme piantato "

#### [Fase di apertura e risveglio: "Cosa voglio lasciare?"]

Immaginate di guardarvi indietro, alla fine della vostra vita. Cosa vorreste aver lasciato al mondo? Quale "seme" avreste voluto piantare per il futuro, affinché continuasse a germogliare anche dopo di voi? Questo è il cuore dell'eredità: ciò che di noi resta e continua a vivere. Condividiamo liberamente i nostri desideri più profondi.

Etty Hillesum, pur vivendo la realtà più disumana, ha nutrito un desiderio ardente di lasciare un'eredità di senso e di vita, diventando una "cronista" del suo tempo.

#### [Fase di esplorazione e approfondimento: "Etty, testamento di vita"]

Da Westerbork, l'epicentro della sofferenza, Etty continuava a scrivere, con la ferma convinzione che la sua "vita interiore" avrebbe trovato continuità. I suoi diari e le sue lettere sono il suo testamento spirituale, un messaggio di incrollabile fiducia nella vita, anche di fronte all'annientamento. Lei vedeva la vita e la morte, il dolore e la gioia, le "vesciche ai piedi estenuati dal camminare e il gelsomino dietro la casa, le persecuzioni, le innumerevoli atrocità, tutto, tutto è in me come un unico, potente insieme, e come tale lo accetto e comincio a capirlo sempre meglio".

#### Citazione significativa:

"Mi piacerebbe vivere abbastanza a lungo per poterlo fare, e se questo non mi sarà concesso, bene, allora qualcun altro lo farà al posto mio, continuerà la mia vita dov'essa è rimasta interrotta. Ho il dovere di vivere nel modo migliore e con la massima convinzione, sino all'ultimo respiro: allora il mio successore non dovrà più ricominciare tutto daccapo, e con tanta fatica. Non è anche questa un'azione per i posteri?" [Diario, p. 676]

Etty sentiva il bisogno di essere una "piccola cronista" di ciò che stava accadendo, non solo per registrare l'orrore, ma per testimoniare la forza dello spirito umano. La sua "certezza" era che "nonostante tutto" avrebbe continuato a vivere, credendo nella vita e nei suoi significati.

#### L'ultimo viaggio e l'eredità di Etty

Etty Hillesum fu deportata da Westerbork ad Auschwitz il 7 settembre 1943. Sul vagone ferroviario, gettò una cartolina dalla quale si leggeva l'ultima sua frase nota: "Mi aspetterete?" [citato nella Vita da Klaas Smelik]. Morì ad Auschwitz nel novembre 1943. Nonostante la sua fine tragica, la sua "libertà interiore" rimase intatta, "perfino nella camera a gas". I suoi diari e le sue lettere, curati e pubblicati grazie alla "Fondazione

Etty Hillesum", sono la sua straordinaria eredità, un "viaggio spirituale" che continua a ispirare, dimostrando che "non c'è morte per chi crede nella vita eterna".

### **[Fase attiva e laboratoriale: "Il mio progetto di eredità"]**

Prendendo spunto da Etty, riflettiamo: se la nostra vita dovesse concludersi a 29 anni (l'età di Etty), cosa vorremmo aver lasciato in termini relazionali, sociali, spirituali? Scrivete una breve "lettera al futuro" o un piccolo "testamento spirituale" nel vostro diario, esprimendo i valori e le intuizioni che desiderate perpetuare.

### **[Fase di sintesi e impegno: "Semi di resurrezione nel qui e ora"]**

In plenaria, condividiamo una parola chiave dal nostro testamento. L'educatore può concludere sottolineando come, proprio come Etty vedeva il gelsomino dietro la casa anche in mezzo alle persecuzioni, la vita può generare nuova vita anche dalla sofferenza. Distribuiamo un piccolo seme (simbolico) a ciascuno, invitandoli a piantarlo e a curarlo. Questo seme rappresenta il nostro impegno a coltivare un "progetto di resurrezione" nella nostra vita, trasformando "ogni fine in principio, ogni perdita in dono, ogni morte in resurrezione", come insegnato dal suo testamento spirituale e dalla sua vita stessa.

---

## **EPILOGO: Un'anima che non si spezza: Eredità per il futuro**

Cari educatori e giovani, Il cammino che abbiamo percorso insieme, ispirato alla straordinaria esperienza di Etty Hillesum, giunge ora al termine, ma i semi piantati in questi incontri sono destinati a germogliare a lungo nel terreno della vostra vita. Abbiamo intrapreso un viaggio di scoperta profonda, un'esplorazione che ci ha condotti dal riconoscimento della propria identità autentica, attraverso il coraggio di guardarsi dentro e di riconciliare ogni parte di sé, al tessere relazioni autentiche con gli altri, fino a giungere alla scoperta di Dio come dimora interiore e sorgente inesauribile di senso, e infine alla possibilità di trasformare la sofferenza e la morte in atti di amore e di dono. Etty non è stata solo una figura da studiare, ma una compagna di viaggio, una "sorella maggiore che ha percorso prima di voi la strada dell'autenticità". La sua vita, "intensa e passionale", ci ha mostrato come, anche "negli anni più bui del Novecento", sia possibile "trasformare la propria ricerca di identità in un cammino di scoperta dell'autenticità più profonda". Dal suo "laboratorio dell'anima" che è il diario, abbiamo appreso l'arte di abitare la propria interiorità, di riconoscere la saggezza incarnata del corpo, di integrare "l'intelligenza del cuore" che unisce ragione ed emozione. Questo significa "trovare la propria forma", non per chiudersi in un isolamento narcisistico, ma per aprirsi, da un centro solido, all'incontro con l'Altro.

Le relazioni, per Etty, sono state "specchi che riflettono la nostra verità e vie attraverso cui impariamo ad amare". Abbiamo visto come l'incontro con un maestro autentico come Julius Spier possa essere uno "spartiacque esistenziale", capace di risvegliare "potenzialità latenti" e di aprire alla trascendenza. Ma Etty ci ha spinto anche oltre, insegnandoci la "rivoluzione dell'amore": il rifiuto dell'odio anche di fronte alla barbarie nazista, perché "la barbarie nazista fa sorgere in noi un'identica barbarie" e "odiare

renderebbe il mondo ancor più «inospitale». Da qui, la sua scelta di compassione universale, di cura attiva dell'altro, di diventare un "balsamo per molte ferite" anche nel cuore di Westerbork. La sua capacità di amare è stata invincibile, una vera "resistenza spirituale".

Infine, abbiamo affrontato il mistero della sofferenza e della morte, non come una fine, ma come un passaggio generativo. La decisione di Etty di andare volontariamente a Westerbork fu un atto di profonda libertà e solidarietà, un "seme che deve morire per portare frutto". Le sue "Lettere dall'abisso" sono un testamento di speranza, la prova che "la vita non consuma troppo le mie forze più profonde" e che il "nucleo interiore diventa sempre più forte", anche nella totale spoliazione. La sua stessa morte è diventata "seme di vita e ispirazione", un "monumento più duraturo del bronzo", un invito a "bandire da noi stessi, e quindi anche dal mondo, l'odio".

Per voi, giovani, questo percorso è un invito a riscoprire la libertà interiore che nessuna circostanza esterna può spezzare. È un incoraggiamento a "diventare pienamente umani attraverso l'apertura al Mistero che ci abita e ci trascende, costruire ponti là dove altri alzano muri, scegliere l'amore anche quando tutto sembra spingere verso l'odio". Non si tratta di nascondersi, ma di affrontare le "tempeste" della vita con dignità e speranza, di trasformare la fragilità in forza, di coltivare una fede che trasfigura la realtà. Ricordate le sue parole: "Bisogna essere una casa per molti, con porte sempre aperte". Siete chiamati a diventare custodi di quella speranza che "nessuna tempesta della storia può spegnere definitivamente".

Per voi, educatori, Etty offre un metodo pedagogico di straordinaria efficacia: la testimonianza autentica. Non si tratta di fornire risposte preconfezionate, ma di aiutare i giovani a formulare le "domande essenziali che danno forma e direzione all'esistenza". Il vostro compito è accompagnare, con "competenza maieutica", "pazienza fenomenologica", "discrezione interpretativa" e "fiducia antropologica", affinché ogni giovane possa trovare il proprio "pozzo profondo", abitare la propria "casa interiore" e diventare, a sua volta, un "seme di resurrezione" per il mondo. Etty Hillesum continua a ispirarci: la vita vale la pena di essere vissuta fino in fondo, con coraggio, intensità e un amore invincibile, anche e soprattutto quando le circostanze sembrano volerla spezzare.

## LE CITAZIONI

Ricavate da:

- Etty Hillesum, *Diario 1941-1943*. Edizione integrale, Adelphi 2012.
- Etty Hillesum, *Lettere*. Edizione integrale, Adelphi 2013.
- Judith Koelemeijer, *Etty Hillesum. Il racconto della sua vita*, Adelphi 2025.