

ARUN GANDHI



IL DONO DELLA RABBIA

E ALTRE LEZIONI DI MIO NONNO
MAHATMA GANDHI

 GIUNTI

M I N D

B O D Y

S P I R I T



ARUN GANDHI

IL DONO DELLA RABBIA

E ALTRE LEZIONI DI MIO NONNO
MAHATMA GANDHI

 GIUNTI

Titolo originale:

The Gift of Anger: And Other Lessons from My Grandfather Mahatma Gandhi

Copyright © 2017 by Arun Gandhi

Tutti i diritti riservati.

Traduzione di Elena Cantoni per Studio Editoriale Littera

Realizzazione editoriale di Studio Editoriale Littera, Rescaldina (MI)

Foto di copertina: cortesia Arun Gandhi

Progetto grafico di collana: Lorenzo Pacini

www.giunti.it

© 2024 Giunti Editore S.p.A.

Via Bolognese 165 – 50139 Firenze – Italia

Via G.B. Pirelli 30 – 20124 Milano – Italia

ISBN: 9788809928749

Ultima edizione digitale: febbraio 2024



PRO.DIGI  GIUNTI

FESTINA LENTE

*Ai miei meravigliosi nipoti
Elizabeth (Ellie), Michael (Micah), Jonathan (Jonu) e Maya.
A tutti i bambini appena nati e a quelli che verranno,
chiamati a realizzare il cambiamento
per salvare il mondo dal disastro.*

PREFAZIONE

GLI INSEGNAMENTI DI MIO NONNO

La mia famiglia aveva in programma una visita al nonno. Ai miei occhi lui non era il Mahatma Gandhi riverito dal mondo intero, ma soltanto «Bapuji», il nonno affettuoso di cui i miei genitori parlavano spesso. Noi abitavamo in Sudafrica, e arrivare in India richiedeva un lungo viaggio: un volo fino a Mumbai e poi sei ore di treno, stipati su un vagone di terza classe che puzzava di fumo, sudore e fuliggine. All'arrivo alla stazione di Wardha eravamo tutti sfiniti e io non vedevo l'ora di scendere, per sfuggire a quell'aria viziata e respirare una boccata d'ossigeno.

Non erano ancora le nove del mattino, ma il sole già bruciava. La stazione consisteva in una semplice piattaforma accanto al binario con una casupola per il capostazione, tuttavia mio padre riuscì a scovare un facchino – riconoscibile per la lunga camicia rossa sopra il perizoma (*dhoti*) – che ci aiutò con i bagagli e ci indicò il parcheggio dei *tonga*, i carretti trainati da un cavallo. Papà caricò mia sorella Ela, di sei anni, su un *tonga* e mi invitò a salire accanto a lei. Lui e la mamma ci avrebbero seguiti a piedi, disse. «Allora camminerò anch'io» risposi.

«La strada è lunga» osservò lui. «Sono quasi tredici chilometri.» «Nessun problema» insistetti io. Avevo dodici anni, e ci tenevo a fare il duro. Non impiegarci molto a pentirmi della mia decisione. Il sole batteva sempre più forte, e dopo i primi due chilometri di asfalto la strada si tramutò in uno sterrato. A quel punto ero già stanco, madido di sudore e coperto di polvere, ma non potevo rimangiarmi la parola. Nella mia famiglia valeva la regola per cui gli impegni presi si rispettano fino in fondo. Non aveva impor-

tanza che il mio ego fosse più forte delle mie gambe: avevo detto che avrei camminato, e adesso dovevo farlo.

Finalmente avvistammo l'*ashram* di Bapuji, chiamato Sevagram. Si trovava in un luogo isolato, nel cuore della regione più povera dell'entroterra indiano. Io avevo tanto sentito parlare della bellezza e dell'amore che il nonno aveva diffuso nel mondo, quindi mi aspettavo una sorta di paradiso terrestre, con giardini fioriti e splendide cascate. Invece mi trovai davanti un paesaggio piatto e spoglio, arido e del tutto privo di attrattive, con un piccolo assembramento di capanne di fango costruite intorno a un ampio slargo. Mi sembrava assurdo aver fatto tanta strada per raggiungere un posto così desolante e vuoto. Speravo almeno in un comitato di accoglienza, invece nessuno prestò attenzione al nostro arrivo. «Dove sono tutti?» domandai alla mamma.

Entrammo in una semplice capanna, dove mi lavai e mi strofinai con cura la faccia. Bapuji l'avevo incontrato una sola volta in passato, avevo appena cinque anni, e di lui non ricordavo niente, perciò provavo un certo nervosismo al pensiero di rivederlo. I nostri genitori avevano intimato a me ed Ela di comportarci bene, perché il nonno era una personalità importante. Persino in Sudafrica la gente ne parlava con rispetto, e per quanto potesse essere povero il suo ashram, ero certo che lui abitasse in una residenza elegante, servito e riverito da stuoli di domestici.

Rimasi scioccato quando ci recammo in un'altra capanna, spoglia quanto la prima. Il cortile di terra battuta conduceva a una stanza di una decina di metri quadrati dove vidi Bapuji, seduto in un angolo a gambe incrociate, su un sottile materassino di cotone sistemato sul pavimento.

In seguito avrei appreso che i capi di Stato in visita si accucciavano sullo stesso materassino per parlare con il grande Gandhi e chiedergli consiglio. Appena ci vide sulla soglia, però, Bapuji ci regalò un bellissimo sorriso sdentato e ci invitò ad avvicinarci. Seguendo l'esempio dei nostri genitori, io e mia sorella ci inchinammo ai suoi piedi, nel gesto indiano tradizionale di sottomis-

sione, ma lui tagliò subito corto coi convenevoli: ci fece alzare, stringendoci in un fortissimo abbraccio. Poi baciò entrambi sulle guance, strappando a Ela un gridolino di sorpresa e contentezza. «Com'è andato il viaggio?» domandò.

Sopraffatto dall'emozione, balbettai: «Ba-bapuji, sono arrivato a piedi dalla stazione».

Lui scoppiò a ridere, e con un lampo gioioso negli occhi disse: «Davvero? Sono proprio orgoglioso di te». Poi mi stampò altri due baci sulle guance.

Il suo amore incondizionato era tangibile, e per me non esisteva benedizione migliore.

Ma ce ne sarebbero state molte altre.

I miei genitori e mia sorella si fermarono soltanto pochi giorni all'ashram, prima di proseguire il viaggio per fare visita ai membri della numerosa famiglia allargata di mia madre, sparpagliati ai quattro angoli dell'India. Io invece restai. Per due anni avrei vissuto con Bapuji, accompagnandolo nei suoi viaggi e trasformandomi da bambino ingenuo a saggio giovane uomo. Gli insegnamenti appresi in quel periodo cambiarono per sempre il corso della mia vita.

Spesso Bapuji sedeva al *charka*, il suo arcoliaio, e a me piace pensare alla sua esistenza come a un filo dorato di esperienze e insegnamenti che continua a legare le generazioni presenti e future, offrendo una trama più salda a tutti noi. Oggi molti conoscono Gandhi soltanto attraverso i film, o al massimo sanno che fu all'origine dei movimenti di protesta nonviolenta poi arrivati anche negli Stati Uniti, dove contribuirono alla conquista dei diritti civili. Io invece lo ricordo come un nonno buono e affettuoso che in me cercava sempre il bene, inducendomi a coltivarlo. Grazie al suo esempio, io e tanti altri siamo diventati uomini di gran lunga migliori di quanto avremmo mai potuto immaginare. Mio nonno non chiedeva giustizia politica in base a chissà quale teoria astratta, ma per reale empatia con le sofferenze di ogni essere umano. Era fermamente convinto che tutti meritassero una vita migliore.

Oggi più che mai abbiamo bisogno del suo insegnamento. Gandhi soffrirebbe molto per l'ondata di aggressività che ha investito il mondo contemporaneo. Ma non perderebbe la speranza.



*L'umanità intera appartiene
a un'unica grande famiglia.*



«L'umanità intera appartiene a un'unica grande famiglia» mi ripeteva spesso. Nella sua vita Gandhi fu vittima di minacce e odio, ma grazie alla filosofia pratica di nonviolenza contribuì alla liberazione dell'India, offrendo un modello per la conquista dei diritti in tutto il mondo.

Oggi come allora dobbiamo smettere di combatterci l'un l'altro per concentrare le forze sui veri pericoli che ci minacciano. Negli Stati Uniti omicidi e attentati sono diventati ordinaria amministrazione: poliziotti e manifestanti pacifici uccisi a sangue freddo, bambini assassinati nelle scuole e per le strade, e i social network sono un ricettacolo di odio e pregiudizi. I politici fomentano la rabbia e le divisioni invece di ricercare un terreno comune.

Nella visione di mio nonno, il pacifismo non era un atteggiamento passivo o remissivo. Al contrario, lui lo considerava un modo per accrescere la forza morale ed etica, per progredire verso il raggiungimento di un'armonia sociale. Quando comincio a organizzare le sue campagne nonviolente, chiese ai compagni di aiutarlo a trovare un nome per il movimento, e un cugino suggerì di chiamarlo *sadagraha*, che in sanscrito significa «fermezza per una buona causa». Bapuji apprezzò la proposta, ma scelse un termine leggermente diverso, *satyagraha*, «fermezza per la verità». In seguito qualcuno lo tradusse come «forza d'a-

nimo», un efficace promemoria per ricordare che la vera forza viene dal rispetto dei valori nel perseguimento di una trasformazione sociale.

Credo che per tutti noi oggi sia vitale tornare alla «forza dell'anima» di mio nonno. Il movimento *satyagraha* determinò un gigantesco capovolgimento politico, restituendo l'indipendenza a milioni di indiani. E soprattutto dimostrò che è possibile conseguire i propri scopi attraverso l'amore e la verità, e che i progressi più grandi si realizzano quando mettiamo da parte la diffidenza reciproca per trovare la forza nella positività e nel coraggio.

Mio nonno non credeva alle etichette e alle distinzioni tra gli esseri umani, e sebbene fosse una persona profondamente spirituale, era contrario all'uso della religione come strumento per dividere anziché unire le persone. Nell'ashram ci svegliavamo ogni mattina alle quattro e mezzo, e alle cinque si recitavano le preghiere. Bapuji aveva studiato i testi sacri di tutte le confessioni, e le sue preghiere erano ecumeniche, tratte da ciascuna fede in parti uguali. Era convinto che ogni religione contenesse una parte di verità e che i problemi sorgono quando ci convinciamo che quella parte sia il tutto e l'unica verità possibile.

Bapuji si oppose al dominio coloniale inglese in difesa dell'autodeterminazione indiana e di tutti i popoli. Per questo principio, un uomo che predicava la pace e la fratellanza universali trascorse quasi sei anni in carcere. I suoi ideali di libertà e unità erano considerati talmente pericolosi che lui, la moglie e il suo miglior amico e confidente, Mahadev Desai, furono arrestati. Desai morì in prigione nel 1942, stroncato da un infarto, e il 22 febbraio di due anni dopo si spense anche Kasturba, la moglie amatissima del nonno, spirando con la testa appoggiata in grembo al marito. Tre mesi dopo Gandhi fu scarcerato. Era l'unico superstite. A distanza di un anno mi accolse nel suo ashram e diventò il mio maestro, avviandomi sulla strada del perfezionamento.

Il periodo vissuto al suo fianco fu importante per entrambi. Durante la mia permanenza, la sua opera per l'indipendenza

dell'India fu coronata dal successo, ma la violenza e la Partizione – la secessione dei territori divenuti lo Stato del Pakistan – che seguirono erano in netto contrasto con il suo sogno. E mentre lui rivoluzionava lo scacchiere mondiale, io trasformavo me stesso, addestrandomi – spesso con fatica – a controllare le mie emozioni, scoprendo come realizzare il mio potenziale e imparando a guardare il mondo con occhi nuovi. Fui testimone dei cambiamenti epocali determinati da mio nonno e, al tempo stesso, un discepolo dei suoi insegnamenti semplici e pratici per il conseguimento dei miei obiettivi personali. Una full immersion nella filosofia di Bapuji: «Sii il cambiamento che desideri vedere nel mondo».



*Sii il cambiamento
che desideri vedere nel mondo.*



Un ideale oggi più impellente che mai, dal momento che siamo circondati da un livello di violenza e odio senza precedenti. Tutti aspirano al cambiamento ma non sanno come realizzarlo. Nell'attuale situazione di disuguaglianza economica, oltre quindici milioni di bambini americani e centinaia di milioni in tutto il mondo non hanno di che sfamarsi, mentre chi vive nell'abbondanza si sente in diritto di sprecare. In tempi recenti, alcuni estremisti di destra hanno sfigurato una statua di mio nonno eretta nella piazza di una città dell'India settentrionale, giurando che quel gesto avrebbe segnato l'inizio di una «scia di terrore». Dobbiamo trasformare le nostre vite se vogliamo mettere fine a simili follie.

Mio nonno l'aveva previsto. Una settimana prima del suo assassinio, un giornalista gli domandò: «Cosa pensa ne sarà della sua

filosofia, dopo la sua morte?». E, con profonda tristezza, lui rispose: «La gente mi seguirà in vita e mi venererà dopo la morte, ma non abbraccerà la mia causa». È arrivato il momento di farlo. La sua saggezza quotidiana può aiutarci a risolvere i problemi di ogni giorno. Mai come oggi abbiamo avuto bisogno di lui.

Bapuji si appellò a Verità trascendenti e a comportamenti pratici per cambiare il corso della storia. Dobbiamo deciderci a seguire questi insegnamenti.

Le sue lezioni di vita mi hanno trasformato per sempre. La mia speranza è che infondano pace anche a voi, aiutandovi a trovare il vero significato dell'esistenza.

LEZIONE 1

USA LA RABBIA
A FIN DI BENE



Mio nonno sbalordì il mondo rispondendo all'odio e alla violenza con l'amore e il perdono. Restò sempre immune dal veleno della rabbia. Io non ero altrettanto bravo. Da piccolo, in Sudafrica, in quanto indiano subivo sia le aggressioni dei bambini afrikaner, che non mi consideravano abbastanza bianco, sia di quelli africani, che non mi consideravano abbastanza nero.

Ricordo un sabato pomeriggio – avevo appena nove anni – in cui, andando a comprare un gelato, mi trovai ad attraversare un quartiere bianco e fui circondato da tre adolescenti. Uno di loro mi prese a schiaffi, e quando caddi a terra gli altri due cominciarono a sferrarmi calci, ridendo come matti. Poi corsero via prima che qualcuno riuscisse ad acchiapparli. Un anno dopo la mia famiglia si recò in città per partecipare alla celebrazione di Diwali, la festa induista delle luci. Eravamo diretti a casa di amici quando, svoltando un angolo, passai davanti a un gruppo di ragazzi africani. Uno di loro mi tirò una bastonata sulla schiena. Non c'era motivo, salvo il fatto che ero indiano. Ribollivo di rabbia e volevo vendicarmi.

Cominciai ad allenarmi con i pesi. Mi ero messo in testa che se fossi diventato abbastanza forte nessuno avrebbe più avuto il coraggio di trattarmi così. Seguirono risse a non finire. I miei genitori, che si consideravano ambasciatori del messaggio di nonviolenza di Bapuji, erano preoccupati. Cercarono di aiutarmi a essere meno aggressivo, ma non poterono fare nulla per placare la mia rabbia.

E nemmeno io ero felice. Coltivare il rancore e tramare vendetta non mi faceva sentire più forte, tutt'altro. Fu uno dei motivi per cui i miei genitori pensarono di affidarmi al nonno. Speravano che nell'ashram avrei imparato a comprendere meglio la mia rabbia, e a contenerla. Lo speravo anch'io.

Fin dai primi incontri, restai molto colpito dall'atteggiamento calmo e misurato di Bapuji, a prescindere dal comportamento e dalle parole altrui. Mi ripromisi di seguire il suo esempio, e per un po' me la cavai abbastanza bene. Dopo la partenza dei miei genitori e di mia sorella, incontrai un gruppo di coetanei che vivevano nel villaggio in fondo alla strada e cominciammo a giocare insieme. Con una pallina da tennis e qualche pietra per indicare le porte, organizzammo un torneo di calcio.

Io adoravo il calcio. Fin dal primo giorno quei ragazzi mi presero in giro per il mio accento sudafricano, ma in patria avevo affrontato di peggio, e pur di giocare tollerai il loro scherno. Ma nel bel mezzo di una partita, mentre correvo dietro al pallone, uno di loro mi fece lo sgambetto. Caddi di schianto sulla terra battuta. Con l'amor proprio e il ginocchio feriti, mi sentii invadere dalla solita rabbia: avevo il cuore in gola e la mente piena di pensieri di vendetta. Rialzandomi afferrai un sasso e tesi il braccio all'indietro, pronto a scagliarlo con tutte le forze contro il ragazzino che mi aveva umiliato.

Ma una voce sottile nella mia testa mi consigliò: «Non farlo».

Lasciai cadere il sasso e tornai di corsa nell'ashram. Piangendo a dirotto trovai mio nonno e gli raccontai l'accaduto.

«Sono sempre arrabbiato, Bapuji. Non so più cosa fare.»

Avevo contravvenuto ai suoi precetti e temevo di averlo deluso.

Lui invece mi accarezzò le spalle, poi, in tono rassicurante disse: «Prendi il tuo arcolaio e sediamo insieme a filare un po'».

Mi aveva insegnato a usare la *charka* fin dal mio arrivo all'ashram.

Mi dedicavo a quell'attività ogni giorno, un'ora al mattino e un'altra alla sera. Era molto rilassante. Bapuji fu un sostenitore ante litteram del multitasking. Ripeteva spesso: «Quando sediamo a

chiacchierare le mani restano inoperose, perciò possiamo usarle per filare». Così presi il mio attrezzo rudimentale e lo sistemai sulla veranda.

Bapuji mi sorrise, e cominciò a filare una lezione insieme al cotone. «Voglio raccontarti una storia» disse quando gli sedetti accanto. «C'era una volta un ragazzino della tua età. Era sempre arrabbiato perché le cose non sembravano mai andare per il verso giusto. Non capiva il valore del punto di vista altrui, perciò, quando qualcuno lo provocava, lui reagiva con accessi di rabbia.»

Sospettando che il discorso mi riguardasse da vicino, continuai a filare, ma drizzai le orecchie.

«Un giorno quel ragazzo restò coinvolto in una lite molto violenta, e senza volerlo commise un omicidio» proseguì il nonno. «In un momento di irrazionalità aveva distrutto la propria vita prendendo quella di un altro.»

«Mi impegnerò a migliorare, Bapuji, te lo prometto.» Non avevo la minima idea di *come* ci sarei riuscito, ma non potevo permettere che la rabbia mi facesse uccidere un uomo.

Bapuji annuì. «So che sei pieno di rancore» continuò. «I tuoi genitori mi hanno parlato di tutte le tue risse, a casa.»

«Mi dispiace tanto» dissi, a un passo dallo scoppiare di nuovo in lacrime.

Ma il nonno aveva in mente una morale diversa da quella che mi aspettavo. Mi rivolse un lungo sguardo da sopra il suo *charka*. «Io sono felice di sapere che sei capace di arrabbiarti. La rabbia è positiva. Io mi arrabbio di continuo» confessò, mentre le sue dita giravano la ruota.

Quell'ammissione mi lasciò esterrefatto. «Io non ti ho mai visto perdere la pazienza» replicai.

«Perché uso la mia rabbia a fin di bene» spiegò lui. «La rabbia sta alle persone come la benzina alle automobili: è il carburante che ci fa muovere per raggiungere un posto migliore. Altrimenti ci mancherebbe la spinta necessaria ad affrontare una sfida. È l'energia che permette di reagire all'ingiustizia.»



La rabbia sta alle persone come la benzina alle automobili: è il carburante che ci fa muovere per raggiungere un posto migliore. Altrimenti ci mancherebbe la spinta necessaria ad affrontare una sfida. È l'energia che permette di reagire all'ingiustizia.



Mi raccontò che da giovane, in Sudafrica, anche lui era stato vittima della violenza nata dal pregiudizio, a cui reagiva con aggressività. Poi però aveva capito che la vendetta non serve a niente, perciò aveva cominciato a combattere il pregiudizio e la discriminazione con la compassione, rispondendo alla rabbia e all'odio con la bontà. Si era convertito al potere della verità e dell'amore. L'idea di cercare vendetta adesso non aveva più alcun senso per lui. L'atteggiamento da occhio per occhio serve solo ad accecare il mondo.

Per me fu una sorpresa scoprire che il temperamento calmo di Bapuji non era innato. Adesso era un uomo riverito da tutti, e addirittura chiamato con il titolo onorifico di Mahatma, ma un tempo anche lui era stato un ragazzino indisciplinato. Quando aveva la mia età, rubava soldi ai genitori per comprarsi le sigarette, e si cacciava sempre nei guai. Lui e la nonna si erano sposati a tredici anni, con un matrimonio combinato dalle famiglie, ed essendo ancora immaturo a volte lui la trattava male: una volta, dopo un litigio, aveva persino cercato di scacciarla. Non gli piaceva affatto la persona che stava diventando, perciò, con l'autocontrollo, si era plasmato un carattere paziente e moderato.

«E credi che potrei riuscirci anch'io?» gli domandai.

«Lo stai già facendo» rispose lui con un sorriso.