

## **FINO AL CULMINE DELL'AMORE**

1. Signore mio Dio, mio Diletto! Se malgrado tutto ti ricordi dei miei peccati per non soddisfare quanto sto per domandarti, allora, mio Dio, fai in essi la tua volontà, perché è ciò che io desidero di più; ed esercita la tua bontà e misericordia che ti faranno conoscere in essi. E se tu attendi le mie opere per concedermi tramite loro ciò di cui ti supplico, donamele e compile tu per me, e vengano pure le pene che vorrai accettare da me, così sia! Ma se non sono le mie opere che tu attendi, cosa attendi, mio amabilissimo Signore? Perché tardi? Perché infine, se è la grazia e la misericordia che io ti domando nel tuo Figlio, accetta la mia offerta, perché tu lo vuoi, e dammi questo bene, perché tu vuoi anche ciò.

2. Chi potrà mai liberarsi dai modi e dagli stretti limiti, se tu non lo elevi a te in purezza d'amore, o mio Dio? Come l'uomo si eleverebbe a te, dal momento che fu generato e cresciuto nell'abbassamento, se tu non lo elevi con la mano che l'ha creato?

3. Tu non mi toglierai, o mio Dio, quello che una volta mi hai donato nel tuo unico Figlio Gesù Cristo, nel quale mi hai donato tutto ciò che io voglio, e per questo io sono in pace, perché tu non tarderai se io attendo. – E perché attendere, perché ritardare, dal momento che puoi subito amare Dio nel tuo cuore?

4. Miei sono i cieli, mia la terra, miei i popoli! Miei sono i giusti, miei sono i peccatori, miei gli angeli, e la Madre di Dio e tutte le cose sono mie! Dio stesso è mio e per me, poiché Gesù Cristo è mio e tutto per me. Allora, cosa reclami, cosa cerchi, anima mia? Tutto questo è tuo, e tutto per te. Non cercare meno di tutto questo, non fermarti alle briciole che cadono dalla tavola di tuo Padre. Esci, glorifica te nella tua gloria! Nasconditi in lei e godi, e tu otterrai ciò che il tuo cuore reclama.

*S. Giovanni della Croce (1542-1591), Avviso spirituale 26*

**L'AUTORE** (1542-1591) Poeta di un lirismo ineguagliabile, dottore dalla teologia molto sicura, riformatore, con Teresa d'Avila, della vita carmelitana spagnola. La sua pedagogia spirituale nonché la profondità della sua analisi del processo contemplativo, fondate su esperienza personale tra le più ricche, ne fanno il maestro dei direttori spirituali nella tradizione occidentale moderna.

**IL TESTO** Possiamo supporre che questo breve testo sia stato scritto di un sol getto, e non dall'aver unito parecchi pezzi inizialmente indipendenti, a questa conclusione ci porta la continuità della domanda dell'anima dal primo all'ultimo paragrafo.

§ 4. Cominciamo dall'ultimo paragrafo: Giovanni della Croce vi riprende in alcune righe, tutta la seconda parte del *Cantico spirituale* (strofe da 13 a 39),

canto trionfale dell'anima unita a Dio, entrata in possesso del suo Regno e che vede la creazione tutta intera venire a lei come un regalo del Diletto, perché «si tratta dell'adozione dei figli di Dio, che in verità diranno a Dio ciò che il Figlio stesso dice al Padre eterno in S. Giovanni: "Tutto ciò che è mio è tuo, e tutto ciò che è tuo è mio"». (35,3). Questo permette di chiarire l'inizio del testo.

§ 1. A cosa allude Giovanni dicendo «quanto sto per domandarti»? In questo stato di unione con Dio, la preghiera del giusto è perfettamente accordata alla sua volontà: «Io domando ciò che tu vuoi che io domandi, e ciò che tu non vuoi io non lo voglio, né io stesso lo posso, e non mi passa per la mente domandarlo...» (*Fiamma viva*, I,36). Ora, ciò che Dio attende qui, è che l'anima acconsenta all'avvenimento di cui Giovanni della Croce ci dice ancora in *Fiamma viva* che sarà per lei «più soave e più dolce di quanto non sarà stata tutta la sua vita» (1,30); parla cioè della sua separazione dal corpo alla fine della sua esistenza terrena. È nella preghiera, infatti, che quest'anima se ne va, perché «niente le importa se non qualche slancio e incontro d'amore molto più elevato del passato, più potente e coraggioso, capace di rompere la tela di questa vita e di togliere la gemma dell'anima». (Idem).

E poiché il giusto ha ritrovato l'armonia del paradiso terrestre, se i peccati passati lasciano in lui qualche traccia, non sono più tanto un ostacolo, quanto un trampolino in questo slancio d'amore: «Fa' in essi la tua volontà, perché è ciò che io desidero di più; ed eserciti la tua bontà e misericordia che ti faranno conoscere in essi». E se resta qualche opera da fare prima di lasciare la condizione mortale, «donamele e compile tu per me», in modo tale, aggiungerebbe *Fiamma viva*, «che io possa amarti tutto subito, con la pienezza e la sazietà che la mia anima desidera, senza termine né fine».

§ 2. L'elevazione (il termine ritorna tre volte), simmetrica alla creazione, soprattutto se si considera che questo paragrafo fa seguito al precedente, corrisponderebbe allora a questa vera assunzione descritta in *Fiamma viva*. Tanto più che l'anima si lamenta di questi stessi «stretti limiti» che fanno sì che «l'amore che traspare resta alla porta senza entrare, a causa della strettezza della dimora terrena» (I,28). Quanto ai "modi" di cui l'anima vorrebbe liberarsi, indicano quasi la stessa cosa da s. Bernardo in poi: l'amore "senza modo" è in lui un amore illimitato e universale. Certo, un tale amore è possibile in questo mondo, ma nel contesto di questo paragrafo, sembra piuttosto riferito all'amore dei beati nell'aldilà.

§ 3. Questa anima è pienamente felice, dopo che si è pienamente abbandonata all'amore di Dio: «In Gesù Cristo, tu mi hai donato tutto ciò che io voglio»; e pertanto «vivendo ancora nella speranza, è impossibile non sentire un certo vuoto» (*Fiamma viva*), così che essa oscilla in questa felicità già qui («tu puoi interamente amare Dio nel tuo cuore»), e l'attesa di una nuova dilatazione legata a questa dipartita dalla vita terrena: «tu non tarderai se io attendo».

Tutti i santi testimoniano questa oscillazione: «Non so davvero cosa scegliere: da una parte il desiderio di essere sciolto dal corpo per essere con Cristo, il che

sarebbe molto meglio, dall'altra è più necessario per voi che io rimanga nella carne» (*Fil* 1,22ss). Anche in ciò, i santi sottolineano la profonda continuità della vita cristiana tra quaggiù e lassù, poiché, ci dice Gesù, «chi che crede a colui che mi ha mandato ha la vita eterna: è passato dalla morte alla vita». (*Gv* 5,24).

## **L'ORAZIONE in domande**

***Nonostante le buone risoluzioni che prendo, il mio tempo di orazione trascorre a fantasticare. In fondo, io mi domando se ciò sia grave...***

Supponiamo che oltre ai vostri buoni propositi, cerchiate sinceramente di essere attenti a Dio presente nella vostra orazione, e che per questo scegliate un momento, un luogo, una posizione che favoriscano questa attenzione; supponiamo ancora che abbiate scelto un testo per nutrire la vostra meditazione, ma che malgrado alcuni piccoli sforzi, questo testo vi disturbi più di quanto vi aiuti ad essere attenti a Dio. In questo caso, scommetto che le vostre «fantasticherie» portano su questo Dio che non sentite, certamente, ma che desiderate, così che vi riconoscerete nel segno che Giovanni della Croce ci dà per verificare l'autenticità della contemplazione:

*Il segno più certo è se l'anima gusta di essere sola in un'amorosa attenzione a Dio, senza considerazione particolare, in pace interiore, quieta e rilassata, senza atto né esercizi delle potenze (memoria, intelletto e volontà) per lo meno senza quello discorsivo, il che consiste nel non passare da una cosa all'altra, ma nel rimanere solamente nell'attenzione e conoscenza generale amorosa di cui ho parlato, senza intelligenza particolare e senza comprendere ciò su cui porta.*

*Giovanni della Croce (1542-1591), La Salita del Carmelo, II,13*

Ciò può sembrare vago, soprattutto al di fuori dei momenti dedicati all'orazione vera e propria, perché:

*È vero, in questo stato Dio non sempre è l'oggetto distinto dei nostri pensieri, ma è il principio di vita che regola le nostre occupazioni. È una certa astrazione durante la quale si è tentati di credere che non si pensa a niente; perché da una parte, non si è occupati dalle cose visibili, e dall'altra, si ha di Dio solo un'idea così generale, una nozione così semplice e oscura che si perde nello spirito, o piuttosto che lo spirito vi si perde e sembra svanire e sfuggire a se stesso. In questo stato, si fa in pace, senza premura e senza inquietudine, tutto ciò che si deve fare, perché lo Spirito di Dio lo suggerisce dolcemente.*

*Jean Pierre de Caussade (1675-1751), Lettera 88*

Questa dolcezza è così impalpabile che ci si potrebbe domandare se si è allora realmente uniti a Dio. Come verificarlo? Colui che, in questo stato, comincerebbe ad allontanarsi da lui, sarebbe richiamato subito all'ordine! Perché:

*Questo divino Spirito, geloso di essere l'unica guida dell'anima che ha condotto a questo stato, ferma e sospende la nostra azione, appena l'attività dell'amor proprio comincia a mischiarsi; e allora non c'è che lasciare cadere questa attività, per rimettersi e rientrare nel raccoglimento passivo. Questo raccoglimento, lo vedete, non è altro che il frutto e l'estensione dell'orazione di quiete e di silenzio, che consiste nel tacere interiormente, nel lasciar cadere ogni pensiero, piuttosto che combattere quelli che vengono o cercare quelli che non vengono.*

*Idem*

Infine, per non scivolare verso la pura e semplice siesta nel tempo di orazione quando questa tende a un semplice riposo dell'anima in Dio, vigiliamo un minimo sulla disciplina in questo campo: teniamo sempre pronto un testo da meditare, anche se non ci servirà; prevediamo degli orari e dei luoghi per la preghiera, insomma, non favoriamo la pigrizia sotto il pretesto che assomiglia alla quiete spirituale. Al tramonto di una vita, oh quanto contemplativa, una Maria dell'Incarnazione (1599-1672) restava fedele a queste buone abitudini come al primo giorno del suo noviziato, anche se apparentemente questo non le serviva più a niente:

*Quanto a quello che voi mi domandate riguardo al mio stato presente, io vi dirò che per quanto io possa prendere qualche tema di orazione, sebbene lo avessi letto o inteso leggere con tutta l'attenzione possibile, io lo dimentico. Non è che all'inizio della mia orazione, io non consideri il mistero, perché sono nell'impossibilità di meditare, ma mi trovo in un momento e senza farvi riflessione nel profondo del mio essere dove la mia anima contempla Dio.*

*A suo figlio, 25 settembre 1670*

Facciamo, allora, come lei, per il resto non preoccupiamoci più delle nostre "fantasticherie".

***Quando voglio fare orazione, le sollecitazioni più ridicole (rimettere altra legna nel fuoco, chiudere una finestra...) mi assalgono, invece mi raccolgo spontaneamente davanti a un bel paesaggio, come se il solo fatto di cercare di pregare mi impedisse di pregare!***

Per quelli la cui orazione è chiaramente contemplativa, questo fenomeno ha una spiegazione psicologica molto semplice:

*Queste anime sono così capaci di riflettere su un soggetto, di elaborare un'omelia, ma sentono che queste considerazioni non sono la preghiera. Vogliono unirsi a Dio, non ragionare su quello che egli ha fatto per loro o di ciò che esse devono fare per lui. Questo possono farlo in qualsiasi momento nell'arco della giornata. Possono esaminarsi e prendere delle buone risoluzioni, possono pensare ai misteri della vita e della morte di Cristo, alle parole della Santa Scrittura, al cielo o all'inferno, ma quando vogliono pregare, tutto questo svanisce: esse sentono che se pensano, si mettono esse stesse fuori della preghiera; non desiderano dei pensieri su Dio, ma Dio stesso.*

*John Chapman (1865-1933), La Preghiera contemplativa*

Quale sarà il rimedio?

*Lasciate venire gli atti. Non forzateli. Essi non devono essere ferventi, eccitati, ansiosi, ma calmi, semplici, senza significato, insensibili. Altrimenti, ci sarà il pericolo che la nostra natura sensibile e la nostra emozione si mescolino alla preghiera. Non deve esserci alcun sentimento. Non dobbiamo sapere quel che vogliamo dire... «Siamo riconoscenti se non restiamo più di venti anni così» (Teresa d'Avila)*

*Idem, 4*

## **DIGIUNO E ASTINENZA**

Il digiuno e l'astinenza — insieme alla preghiera, all'elemosina e alle altre opere di carità — appartengono, da sempre, alla vita e alla prassi penitenziale della Chiesa: rispondono, infatti, al bisogno permanente del cristiano di conversione al regno di Dio, di richiesta di perdono per i peccati, di implorazione dell'aiuto divino, di rendimento di grazie e di lode al Padre. Nella penitenza è coinvolto l'uomo nella sua totalità di corpo e di spirito: l'uomo che ha un corpo bisognoso di cibo e di riposo e l'uomo che pensa, progetta e prega; l'uomo che si appropria e si nutre delle cose e l'uomo che fa dono di esse; l'uomo che tende al possesso e al godimento dei beni e l'uomo che avverte l'esigenza di solidarietà che lo lega a tutti gli altri uomini. Digiuno e astinenza non sono forme di disprezzo del corpo, ma strumenti per rinvigorire lo spirito, rendendolo capace di esaltare, nel sincero dono di sé, la stessa corporeità della persona. Nelle mutate condizioni sociali e culturali del nostro tempo il digiuno si pratica da più parti per ragioni molto diverse, come quando diventa segno di protesta o di partecipazione alle aspirazioni e alle lotte degli uomini ingiustamente trattati. I cristiani sanno dal Maestro che tutti i cibi sono in sé buoni e non sono sottoposti ad alcuna proibizione religiosa. In tal senso, qualsiasi pratica di rinuncia trova il suo pieno valore solo se compiuta in comunione viva con Cristo, e quindi se è animata dalla preghiera ed è orientata alla crescita della libertà cristiana, mediante il dono di sé nell'esercizio concreto della carità fraterna. Il Maestro ricorda la necessità del digiuno per lottare contro il maligno e durante tutta la sua vita ne mette in luce l'importanza e ne indica lo spirito e lo stile secondo cui viverlo. Per il cristiano la mortificazione non è mai fine a se stessa né si configura come semplice strumento di controllo di sé, ma rappresenta la via necessaria per partecipare alla morte gloriosa di Cristo e con lui vivere la libertà dei risorti. (ispirato a *Il senso cristiano del digiuno e dell'astinenza*, nota dei Vescovi italiani)