

Semi di contemplazione

Numero 70 – Aprile 2006

UN BUON USO DELLE DISTRAZIONI NELL'ORAZIONE

1. Perché l'orazione sia buona, occorre sentire profondamente la presenza di Dio e credere con fede ferma che noi non ci stiamo intrattenendo con una persona comune e lontana, ma con Dio... Non si deve andare più lontano, se prima non si è ben saldi in questo pensiero che serve più d'ogni altra cosa a tenere la nostra anima nello stato adatto alla preghiera. Occorre continuare quest' esercizio della presenza di Dio in tutte le parti dell'orazione, affinché esse siano tutte penetrate di questo pensiero per essere piene di attenzione e di rispetto...

2. Del resto, quando diciamo che occorre avere grande cura di essere attenti alla preghiera, vogliamo dire tuttavia, che questa cura deve essere discreta e moderata. Non occorre fasciarsi la testa, forzare la propria immaginazione. Porta nell'orazione la più grande tranquillità di cuore possibile; stabilisciti costantemente nel ricordo della presenza di Dio, poi sta' in guardia per non lasciar entrare nessuna distrazione volontaria.

3. Se malgrado ciò provi pura debolezza, non perdere coraggio. Le distrazioni involontarie, che ci danno dolore e alle quali cerchiamo di porre ordine secondo le nostre possibilità, non sono peccati; di conseguenza esse non dispiacciono a Dio. Esse eccitano, al contrario, la sua pietà: un padre non odia il figlio a cui l'ardore della febbre ha confuso il cervello e fa dire delle sciocchezze; anzi egli è toccato dalla compassione. Così, Dio non ci vuole male, quando ci vede farneticare e pensare ad altro nelle nostre orazioni, se ciò accade contro il nostro volere; piuttosto egli è toccato dalla commiserazione. Allora, quando le tue distrazioni verranno da questa fonte non scoraggiarti e non lasciare mai l'orazione; sopporta le scorribande della tua immaginazione, allontanale dall'intelletto con pazienza, rassegnati alla volontà di Dio per sottometterti a questa prova, tanto quanto lui vorrà, considerati indegno del dono del raccoglimento.

4. Queste miserie servono, non a scoraggiarti, ma piuttosto a renderti umile. Non dimenticare mai questo grande principio di perfezione: le nostre infermità non devono mai gettarci nello scoraggiamento, esse devono servire ad umiliarci, a concepire una bassa stima di noi stessi per indurci a ricorrere a Dio che solo può portarvi rimedio. Poi consolati: la tua orazione non è interamente perduta, vi sarà sempre qualche parte che non sarà stata guastata dalla distrazione; peraltro la pena di restare in ginocchio, di chiudere i propri sensi agli oggetti sensibili, non sarà senza ricompensa.

Giambattista Saint-Jure (1558-1657) Sulla conoscenza del Figlio di Dio, III, cap. 6

L'AUTORE Nato a Metz, Gianbattista Saint-Jure entra nella Compagnia di Gesù nel 1604. La sua carriera sarà quella di un professore di lettere e filosofia, in molteplici posti del nord e nell'ovest della Francia. Gli ultimi anni della sua vita sono parigini, consacrati alla scrittura e alla direzione spirituale. Della stessa generazione di Lallemant, di Surin, (cf. Semi n. 14) raramente geniale ma sempre sicuro, più teologo che mistico; tuttavia ugualmente riconosciuto come maestro di vita spirituale.

IL TESTO Inizio di un'opera considerevole, il grosso trattato *Sulla Conoscenza e l'Amore del Figlio di Dio* s'ispira chiaramente ad un'opera analoga di P. Le Gaudier († 1622). Lungo una presentazione completa della vita cristiana, il pensiero dell'autore è di sostenere con un pullulare di ragionamenti e citazioni i grandi principi spirituali. Certe sue pagine, come quella citata qui, hanno un'eccellente pedagogia, poiché riflettono un'evidente esperienza personale della vita interiore.

§ 1. In fondo, l'orazione consiste solo nel rimanere alla presenza di Dio e dunque fintantoché noi possiamo meditare, vale a dire fino a che Dio ci stabilisce lui stesso nella contemplazione, stare alla sua presenza consiste nel pensare a lui, a tutto ciò che egli è, e a tutto ciò che fa per noi. Questa applicazione è la nostra parte nell'orazione, quale che sia il modo esatto.

§ 2. Questa applicazione però non è concentrazione mentale ("non occorre fasciarsi il capo, forzare la propria immaginazione..."): è attenzione a colui che sappiamo, essere là e che ci sta amando; cosicché il motore dell'orazione è l'amore e non il pensiero, anche se quest' amore ci fa pensare a lui.

§ 3-4 Le distrazioni interrompono l'orazione solo se si vuole fare attenzione ad altro che a Dio. Ma quando esse sopravvengono malgrado noi, il fatto che esse ci contrariano mostra che in realtà la nostra attenzione profonda porta su Dio, proprio come il rumore della strada ci contraria quando stiamo ascoltando una musica melodiosa, ma quello che ascoltiamo è la dolce musica. Così queste distrazioni devono prendersi come una prova fra le altre e invece di combatterle (questo ci svia dall'attenzione a Dio), è meglio offrire questa miseria a Dio che la permette, cosa eccellente per la nostra umiltà.

"La tua orazione non è interamente perduta": essa non è perduta del tutto, perché il valore dell'orazione non è nelle sensazioni di raccoglimento o di distrazione che l'accompagnano, ma nella volontà di essere attento a Dio. Infatti, qualsiasi atto è misurato esattamente dall'amore che mette in gioco.

L'ORAZIONE dalla A alla Z

P come ... PROVVIDENZA

“Dio vide quanto aveva fatto ed, ecco, era cosa molto buona...” (Gen. 1, 31); ecco la sua Provvidenza:

Egli regge gli astri e presiede alle rivoluzioni della terra, egli concorre al lavoro della formica, al minimo movimento degli insetti che pullulano nell'aria, dei milioni di atomi che vivono in una goccia d'acqua. Senza di lui nemmeno una foglia si agita, né un filo d'erba muore, né un granello di sabbia è trasportato dal vento. Egli veglia con sollecitudine sugli uccelli del cielo, sui gigli dei campi; e siccome noi valiamo più di molti passerii, non potrebbe dimenticare i suoi figli della terra.

Don Vital Lehodey (1857-1948), Il sant'Abbandono, II, 2.

Questa creazione ammirabile e tutta armoniosa, egli non l'ha fatta per nessun altro che te; se l'ha fatta così bella, grande, varia, ricca, utile, benefica, nutrice del corpo e capace di condurre l'anima a Dio, è per causa tua.

San Giovanni Crisostomo (verso 350) Sulla Provvidenza di Dio.

Insomma i benefici che l'uomo riceve da Nostro Signore sono in sì gran numero che da qualsiasi parte egli si volti, che guardi in alto, in basso, a destra, a sinistra, il suo corpo, la sua anima, le sue ricchezze, la sua scienza, la sua virtù, il cielo e la terra e tutti i beni che vi sono, vedrà che sono tanti doni che gli fa, tanti favori e testimonianze del suo amore verso di lui. Così, volendo definire l'uomo, egli non è altro che un composto tutto puro dei benefici di Dio Nostro Signore.

Giambattista Saint-Jure (1588-1657), Sulla Conoscenza... I, 7

Perciò,

Occorre lasciar fare Dio, perché egli è nostro Padre. Così se noi avremo fiducia in Dio, egli avrà cura di noi. Ma se vogliamo ritirarci dalle braccia della sua Provvidenza per prendere la guida di noi stessi, è un cattivo consiglio, poiché non possiamo avere un buon pensiero se Dio non ce lo dà. Noi non possiamo fare nulla, né dire nulla, neanche pronunciare solo, queste parole: «Abba Padre», dice san Paolo, senza la grazia di Dio.

San Vincenzo de Paoli (1581-1660), Conferenza alle Figlie della Carità, X

Coloro che vivono ciò,

Nessuna cosa al mondo li fa vacillare né li stupisce; nulla sembra loro difficile, perché il beneplacito di Dio che essi cercano unicamente e che trovano dappertutto, è capace di addolcire tutto. Non c'è nulla di piccolo per loro, perché la volontà divina che è il loro unico motivo rialza e nobilita le minime cose.

Jean-Joseph Surin (1600-1665) Catechismo spirituale I, 4 parte, cap.VIII.

A che serve fare riflessioni su ciò che mi accadrà? Seguiamo semplicemente i disegni di Dio, amiamo unicamente il suo beneplacito e pensiamo solo a Dio che avrà cura di noi nella maniera migliore per la sua gloria.

Giovanni de Bernières-Louvigny (1602-1659), Il Cristiano interiore, Libro III, cap. 10

In fondo,

Cercare Dio, è volere soltanto, desiderare soltanto quello che lui vuole e che ordina con la sua provvidenza.

Luigi Lallemand (1588-1635), Dottrina Spirituale, I, 2, 1

Ma, quando le cose vanno male non occorre piuttosto parlare di fatalità?

Fatalità, sì, per l'uomo che non ha visto tutte le combinazioni; ma per Dio che ha provocato giustappunto le circostanze, tutto è stato provvidenziale.

Achille Desurmont (1828-1898), Il Credo e la Provvidenza, I, 2

E in una visione di fede, scopriremo che

Il male d'ogni giorno diviene un bene, quando si lascia fare a Dio.

Fénelon (1651-1715), Lettera del 25 maggio 1695

Perché

La sua volontà è buona, buona in se stessa, benefica per noi, buona come il buon Dio, direi, forzatamente benefica.

Charles Gay (1815-1892), La Vita e Virtù...dell'Abbandono, I

Infatti,

C'è un'altra sorgente da cui ci viene l'esistenza e la vita? Tu, Signore, tu non cambi: gli anni per te non passano, ma sono un continuo "oggi"; quanti nostri giorni già sono passati e passeranno ancora, per questo "oggi" che dà loro misura e li fa esistere... Ma tu, tu sei sempre lo stesso e tutto ciò che tu hai fatto ieri e prima, tutto ciò che farai domani e dopo, è oggi che tu lo fai!

Sant'Agostino (354-430), Confessioni, I, 10

Allora,

Abbandoniamo tutto il passato alla sua infinita misericordia, tutto l'avvenire alla sua divina Provvidenza e pensiamo solo a profittare del presente, attraverso il solo *fiat* in tutto, per tutto e dappertutto.

Jean Pierre de Caussade (1675-1751), Lettera 112

Perché

È una delle più grandi regole della vita spirituale rinchiudersi nel momento presente.

Fénelon, Lettera del 6 giugno 1689

Per questo

Vorrei potervi strappare tutta questa tenerezza alle contraddizioni, tentazioni, privazioni di ciò che si desidera e che con cuore generoso, voi galleggiaste. Lassù, dire parole di fermezza, di sprezzo, di coraggio e di forza

con la parte superiore e non fermarsi mai a guardare nulla di tutto ciò, ma passare oltre nel vostro cammino, senza preoccuparvi del domani; ma in buona fede, sotto la provvidenza di Dio, curandovi solo del giorno presente, lasciando il vostro cuore a Nostro Signore, dato che glielo avete donato, senza mai volerlo riprendere per niente.

San Francesco di Sales (1567-1622), Lettera a Giovanna di Chantal, verso 1614

Al punto di poter dire:

Non ho altra cura che quella di non averne.

Jean Crasset (1608-1692), Nuova forma di Meditazione, ed. 1931, pag.191

Il Risorto è Spirito vivificante

Con la risurrezione di Gesù si apre l'era definitiva del compimento del mistero divino, perché l'eternità irrompe nel tempo e, di fatto, chiude il tempo, fa finire il mondo. Dio glorifica il mondo consumandolo nella sua gloria. La forza della divinità penetra e riempie ogni cosa. Non ci sono più due mondi, quello divino e quello umano, come ancora si vede nel Gesù terreno, il quale conosce la stanchezza, la fragilità, la sofferenza, cioè la nostra condizione. Questa condizione umana, nella sua morte è consumata, diventando vita e sorgente di vita, lo Spirito che il Risorto alita sui discepoli. La potenza della risurrezione di Cristo adesso è operante nella morte dei credenti, perché per i sacramenti essi sono incorporati al mistero pasquale e così anche loro sono non più in loro e nel loro mondo, ma nella vita duratura nella quale vivono la propria morte e la condizione terrena. Essi possono vivere questa loro morte non come divisione da Dio e come precipizio sul baratro del nulla, bensì come consumazione in Lui. Così d. Barsotti: «Cristo è risorto: ma la gloria della Risurrezione è presente in un mistero di morte, che non è tanto la morte di Cristo quanto piuttosto la nostra». Questa morte non è subita come un inevitabile destino, ma una scelta nella quale soltanto il credente sa che la vita divina può comunicarsi a lui. «È per la morte che l'anima risuscita dalla morte – dice Gregorio di Nissa – fintanto che ella non muore, rimane morta del tutto e incapace di ricevere la vita, ma per la morte entra nella vita dopo aver depresso ogni mortalità». La vera ed eterna vita è il venir meno nella presenza di fuoco di Dio. La pienezza di questa gloria è abbracciata dal nostro silenzio. Nella morte dell'uomo opera la gloria di Dio, come è avvenuto nella passione di Gesù. La morte alla carne nella nostra povertà, nella sobrietà, nella purezza; la morte all'orgoglio dell'intelligenza nella fede; la morte all'egoismo della creatura, che si afferma chiudendosi gelosamente in se stessa, nella carità divina, in una divina dolcezza, in una divina umiltà. La gloria di Cristo, per gli uomini che vivono ancora nel tempo è la Croce. (cf. D. Barsotti, *Il mistero cristiano nell'anno liturgico*).