

Semi di contemplazione

Numero 46 – Febbraio 2004

DALLA LETTURA ALLA CONTEMPLAZIONE

1. La dolcezza della vita beata, la lettura la ricerca, la meditazione la trova, la preghiera la domanda, la contemplazione l'assapora. Ecco perché il Signore stesso dichiara: "Cercate e troverete; bussate e vi sarà aperto". (Mt 7,7) Cercate leggendo, e troverete meditando; bussate pregando, e vi sarà aperto per mezzo della contemplazione. La lettura porta il nutrimento solido alla bocca, la meditazione lo sbriciola e lo mastica, la preghiera ne dà il gusto, e la contemplazione è la dolcezza stessa che rallegra e ristora. La lettura si riferisce alla scorza, la meditazione rimanda alla sostanza, la preghiera allo slancio del desiderio, e la contemplazione alle delizie della soavità ricevuta.

2. Affinché ciò sia più chiaro ecco un esempio scelto tra tanti. Ecco cosa intendo al momento della lettura: "Beati i puri di cuore perché vedranno Dio" (Mt.5, 8). Questa massima è breve, ma colma di soavità e di significati svariati. Essa offre all'anima come un grappolo d'uva per nutrirsi; avendolo guardato attentamente l'anima si dice: "Ciò può giovarmi; mi raccoglierò nel mio cuore e cercherò di comprendere e trovare questa purezza. Essa è preziosa e desiderabile, infatti coloro i quali la possiedono sono detti beati ed è loro promessa la visione di Dio, vale a dire la vita eterna che le Sacre Scritture non cessano di lodare". Così, desiderando meglio cogliere ciò, essa incomincia a tritare e a masticare questo grappolo mistico, come se lo ponesse in un frantoio. Essa eccita poi la ragione a ricercare cos'è questa purezza così preziosa e desiderabile, e come la si può procurare.

3. ...Allora l'anima ha rotto il vaso ed incomincia ad aspirare il profumo del balsamo: non lo gusta ancora, ma vi è come un effluvio che sale alle sue narici. Ed ella si dice che deve essere molto dolce sperimentare questa purezza la cui meditazione le risulta così gradevole! Che farà? Ardendo dal desiderio di possederla, non ne trova in se stessa il mezzo! E più cerca, più ha sete: il pensiero non fa altro che accrescere il suo dolore, perché quello di cui ha sete è la soavità che la meditazione le mostra, risiedere nella purezza del cuore, ma senza che essa ne assapori ancora il gusto.

4. In effetti, non è per chi legge e per chi medita sentire questa soavità: essa deve essere data dall'alto,... dallo Spirito che solo dà la vera sapienza, cioè la scienza saporosa che, rallegra e ristora, con inestimabile sapore, l'anima alla quale si unisce... Ma il Signore, interrompendo il corso dell'orazione dei giusti, entra di corsa, affrettandosi verso l'anima che si strugge; interamente bagnato dalla rugiada della soavità celeste, unto di profumi preziosi, ritempra l'anima affaticata, sazia la sua fame, irriga la sua aridità, le fa dimenticare la terra, la fortifica meravigliosamente con la sua presenza, vivificandola, inebriandola e conferendole la sapienza.

Guigo II (†1193), *La scala del Paradiso*, II, III, V

L'AUTORE Si conosce di lui soltanto la sua elezione a nono priore della Grande Certosa nel 1174, le sue dimissioni nel 1180 e la morte nel 1193. La sua *Scala del Paradiso* (detta anche *Scala dei monaci di clausura*), breve trattato quasi ignorato fino all'invenzione della stampa, con questa è diventato un classico della spiritualità monastica: racchiude, in una decina di pagine, le grandi leggi della preghiera interiore, con una sottile analisi psicologica che anticipa il fiorire dell'orazione metodica cinque secoli dopo.

IL TESTO §1. Tutti gli autori cristiani hanno analizzato la vita interiore in funzione dei vari livelli della nostra coscienza secondo la sua passività crescente; per esempio, Ugo di San Vittore, proprio prima di Guigo: "La lettura fornisce la materia per conoscere la verità; la meditazione l'adatta a noi, l'orazione la solleva..., la contemplazione vi trova la sua gioia." (*Sulla Meditazione*, II, 1). Non si tratta tanto di diverse fasi (anche se tenderanno a diventare così nel Rinascimento), quanto di diverse percezioni sovrapposte della presenza di Dio; secondo i momenti della vita e la vocazione propria di ognuno, l'ordine di questa sovrapposizione varierà: la lettura e la meditazione saranno spesso in primo piano agli inizi, mentre la contemplazione l'occuperà maggiormente in seguito. Ma Guigo ci direbbe anche che l'attività di lettura testimonia, in realtà, la presenza segreta di Dio che ci incita a volgerci verso di Lui, anche se soltanto aprendo un libro che ci parlerà di Lui.

§2. "Ciò che intendo al momento della lettura...". La lettura medievale è, di solito, un ascolto in pubblico, il che permette una penetrazione lenta, ritmata, quasi fisica del testo, "colma di soavità e di significati svariati". Cioché la sua interiorizzazione avviene molto più semplicemente di oggi, in cui la lettura rapida e visiva trattiene quasi solo il contenuto concettuale, comportando spesso un'intellettualizzazione indebita della vita spirituale. Invece, questa non consiste tanto nel pensare quanto nel "triturare, masticare, assaporare" un appetitoso "grappolo mistico" che si offre ai nostri desideri.

§3. Messo in bocca dalla lettura, spezzettato dalla meditazione, il grappolo mistico incomincia dapprima a sprigionare, non tanto il suo gusto, quanto il suo profumo: nella letteratura mistica, questo è il primo annuncio dell'arrivo dello Sposo. In effetti, il profumo si percepisce a distanza, mentre il gusto presuppone un contatto. Inoltre, tutti gli autori si riferiscono qui all'inizio del Cantico dei Cantici in cui l'anima, identificata con la sposa, è attirata dagli effluvi dello Sposo.

§4. E poiché viene ad abitare i nostri sensi, questo grappolo mistico si dà infine come sapore, prima di darsi come conoscenza. O piuttosto, la sua conoscenza nasce dal suo sapore, la parola *sapere* in latino si può tradurre con *assaporare* come con *sapienza*, di ciò si avvalgono tutti gli autori cristiani per parlare di esperienza spirituale come della Sapienza che Dio dà, indissociabilmente amore e conoscenza, felicità e luce. La “rugiada celeste” e la “corsa dello Sposo” sono ulteriori allusioni al Cantico dei Cantici.

L'ORAZIONE dalla A alla Z

M comeMEDITAZIONE

“Beato l'uomo che medita la legge del Signore giorno e notte!” (Sal 1,2) Nella Bibbia, la meditazione, è innanzitutto questa conversazione interiore con Dio in cui parlare a se stessi è un modo per parlare a Lui: “Maria, da parte sua, serbava tutte queste cose meditandole nel suo cuore.” (Lc 2,19) In modo più tecnico, gli spirituali parleranno della meditazione come del primo passo in questa vita interiore (cf pp. 1-2), caratterizzato da un'intensa attività mentale:

La meditazione ricerca con cura ciò che occorre desiderare, scova e porta alla luce un tesoro; ma non potendolo ottenere da se stessa, ci mette in preghiera.

Guigo II (†1193), Scala del Paradiso, X

Ma questo primo passo è già soprannaturale; è il primo frutto della grazia:

L'amore di Dio generato nell'uomo dalla grazia, la lettura l'allatta, la meditazione lo nutre, l'orazione lo fortifica e lo illumina

Guglielmo de Saint-Thierry (1085-1148), Lettera ai Frati di Mont-Dieu, III, II

Non dimentichiamoci mai questa continuità della vita interiore:

Lettura, meditazione, preghiera e contemplazione sono così strettamente concatenate l'una con l'altra e si prestano, reciprocamente, un aiuto così necessario, che le prime non servono quasi a niente senza le ultime, e che non si trova mai, o solo di rado, queste senza quelle.

Guigo II, Scala del Paradiso, XI

Poiché la meditazione è la fase di assimilazione della Parola divina, gli antichi faranno spesso del meditante un ruminante (perché i ruminanti sono degli animali puri nella Bibbia!):

Quando ascolti o leggi, mangi; quando mediti ciò che hai appena ascoltato o letto, rumini al fine di essere un animale puro, e non impuro.

Sant'Agostino (354-430), Sermone III, 5 sul Sal. 36

Su questo cammino,

La meditazione delle parole divine è come una tromba che desta le tue energie per il combattimento.

Origene (185-253), Commento su Giosué, 1,7

In effetti,

Le buone meditazioni servono all'anima per aiutarla a rientrare in se stessa, per perdere tutte le cattive immagini e reminiscenze delle cose del mondo, per vincere e superare le passioni ed altri innumerevoli frutti che essa ne ha tratto.

Costantino di Barbançon (1582-1631), I Sentieri Segreti dell'Amore divino, II, 4

Cosicché

Lo specifico della meditazione è purificare ed abbellire la memoria e l'intelletto.

Pierre de Clorivière (1735-1820), Sull'orazione mentale, 8

Ma quando ciò è compiuto,

Dio volendo portare più avanti questi principianti, ... dopo che si sono esercitati per un poco nella meditazione, ...nel momento migliore, mentre a loro sembra che il sole dei favori divini abbia raggiunto il culmine, Dio chiude loro la porta e li lascia in una tale oscurità, che essi non sanno più fare un passo nella meditazione.

San Giovanni della Croce (1542-1591), Notte Oscura, 1,8

Ed insistere qui non gioverebbe a niente:

Se apro un libro composto da un autore spirituale (anche il più bello, il più toccante), sento immediatamente il mio cuore chiudersi e leggo senza, per così dire, capire; o se capisco, il mio spirito si ferma senza poter meditare...

Santa Teresa del Bambino Gesù (1873-1897), Storia di un'anima, A 83 R°

Perché questa notte (poiché si tratta di questo)? Perché

L'anima non è più per strada, ma alla fine del viaggio. Ella non cerca più, nella meditazione, dei motivi per amare, gode in pace dell'oggetto del suo amore infine trovato, scopo unico delle sue ricerche e del suo desiderio.

Beato Luigi di Granada (1504-1588), Libro dell'Orazione e della Meditazione, II,5,9

Dal peccato originale noi non osiamo più credere in una cosa così semplice. Occorre, però, invertire oramai il corso della nostra orazione, non più fare ma lasciarsi fare:

Quando il vostro cuore sarà toccato e si sentirà portato a parlare a Dio, ad amarLo ed a trattare con Lui, considerate, dolcemente e con rispetto amoroso, ciò che la Sua divina Maestà vorrà da voi; e, invece di meditare, pensate solo ad obbedirgli.

Beata Maria dell'Incarnazione (1599-1672), Lettera 99

Per non perdere tempo su questo cammino, seguiamo il sentiero più diretto:

con la meditazione frequente ed assidua della vita del Signore Gesù, l'anima è portata ad amarLo e ad avere fiducia in Lui, ad essere in intimità con Lui.

Ludolfo il Certosino (1377), Vita di Gesù Cristo, Preambolo

Così che,

Rimanendo vicino al Salvatore con la meditazione ed osservando le sue parole, le sue azioni ed i suoi affetti, noi impareremo, per mezzo della sua grazia, a parlare, fare e volere come lui.

San Francesco di Sales (1567-1622), Introduzione alla Vita devota, II, I

Meditare non è dunque tanto concepire grandi idee quanto entrare bene nella Parola di Dio,

Con un affetto molto semplice, come il fanciullo che ignora o l'umile discepolo, raccolto ed attento, applicato a ricevere dal suo maestro. E ciò non è tanto affare di testa ma di cuore, perché lo scopo del pensiero, è l'amore.

San Giovanni d'Avila (1499-1569), Audi Filia II, cap.75

Abbiate come regola che la grazia della meditazione non si può guadagnare senza alcuno sforzo della mente; ma è necessario che sia una perseveranza soave e ben affezionata, colma di umiltà

San Francesco di Sales, Lettera 241

Tanto più che il temperamento e la vocazione propria entrano qui in gioco:

Non tutti sono capaci di meditare, mentre tutte le anime sono capaci di amare... Il progresso dell'anima non consiste nel pensare tanto, ma nell'amare tanto

Santa Teresa di Avila (1515-1582), Fondazioni, V,2

Allora che essa sia portata o meno per la meditazione,

Una volta che l'anima si sente elevata ed infiammata, è ora che si fermi solo in Dio, fine ultimo dei suoi pensieri e ardori.

François Malaval (1627-1719), Pratica facile della Contemplazione, Colloqui, I

L'obbedienza al momento presente

L'esercizio della speranza spinge a non confidare nell'opera delle nostre mani, ma in Dio, non legandosi ad alcun bene, per non perdere il Bene. È affidata al nostro sforzo la collaborazione con l'opera di Dio, il quale rimane il principale artefice della speranza. La nostra parte nel custodire il cuore libero dai legami consiste nell'astenersi dal peccato e nel servirsi di tutti gli aiuti di grazia che la chiesa ci offre, dalla preghiera ai sacramenti, dall'educazione all'edificazione vicendevole, per rimanere in ascolto della Parola che mostra il disegno divino. Non è poco! Tuttavia l'azione immediata e diretta della nostra volontà non riuscirà a trasformare il nostro essere, strappandolo alla naturale tendenza verso le creature. In modo semplice ma efficace la quotidianità degli eventi ci porta i messaggi del volere divino, come un sacramento, il sacramento del momento presente. Tutto ciò che ci viene da fare o da patire guida la nostra vita, chiedendo di volta in volta di essere accettato nel pieno rispetto della legge divina. E sono le sconfitte, per un verso, e gli inviti ad assumere delle responsabilità, per un altro, a forgiare in noi la speranza, perché obbligano di volta in volta a distruggere o a lasciare le costruzioni mentali, con le quali fuggiamo dall'insopportabile peso della sconfitta o compiaciamo l'egoismo e la sua necessità di essere oggetto di attenzioni o mascheriamo la nostra pusillanimità. La rete di queste costruzioni mentali, illusorie per quanto si voglia, è più solida e resistente di una struttura in cemento armato; è solo l'urto di grandi eventi (ahimè! quasi sempre negativi) che riesce a farla barcollare o crollare: si pensi a gravi perdite finanziarie, affettive, sociali. Disporsi all'accettazione piena degli eventi è una via sicura per evitare queste fughe. Accettare con fiducia le sconfitte e le sfide è inclinare l'orecchio del cuore in umiltà a ciò che non dipende da noi, ma che, come operai di Dio, lavora al servizio della nostra santificazione.