

Uno sguardo accartocciato su se stessi impedisce la vita spirituale che è un correre guardando Lui.

**Fil 3** [...] **13-14** dimentico del passato e proteso verso il futuro, corro verso la mèta per arrivare al premio che Dio ci chiama a ricevere lassù, in Cristo Gesù.

**Ct 1,4** Attirami dietro a te, corriamo!

**Sal 118,32** Corro per la via dei tuoi comandamenti, perché hai dilatato il mio cuore.

Vedi la corsa in san Luca: *Maria va in fretta da sua cugina Elisabetta* (1,39), *senza indugio i pastori vanno alla grotta* (2,16), *Zaccheo scende dal sicomoro pieno di gioia* (19,6), *senza indugio i due di Emmaus fecero ritorno a Gerusalemme* (24,33). La corsa è strettamente legata alla gioia, la gioia fa correre, cambia la vita in corsa, dinamismo, fantasia, espansione,

Quando si corre così Lui lo si vede dappertutto in ogni cosa perché tutto perde a poco a poco l'opacità e diventa trasparenza sua. Tre sono gli ambiti in cui questa trasparenza si realizza: la natura, il tempo e le relazioni umane.

#### LA NATURA

«John Henry Newman considera il mondo visibile come un velo: «così che tutto ciò che esiste o avviene in maniera visibile, nasconde e tuttavia lascia intuire, e soprattutto serve, un più vasto sistema di persone, fatti ed eventi al di là di se stesso» Quanto sarebbero diverse le nostre vite se fossimo costantemente consapevoli di questo velo e se percepissimo, in tutto il nostro essere, che la natura desidera che noi ascoltiamo e vediamo la grande storia dell'amore di Dio a cui essa rimanda! Quando ci relazioniamo agli alberi, ai fiumi, alle montagne, ai campi e ai mari come oggetti che possiamo utilizzare a seconda dei nostri bisogni reali o presenti, la natura si fa opaca e non ci rivela il suo vero essere. Quando un albero non è nient'altro che una sedia potenziale, cessa di parlarci della crescita; quando un fiume è soltanto una discarica per rifiuti industriali, non può parlarci del movimento; e quando un fiore è null'altro che un modello per decorazioni artificiali, ha poco da dirci sulla semplice bellezza della vita... [...] **Quando con gratitudine e timore reverenziale, accogliamo nei nostri cuori ciò che Dio ha creato, vediamo la natura così com'è veramente, una realtà trascendente che richiede venerazione e rispetto.** Allora essa diviene trasparente e la vita comincia a parlare un linguaggio nuovo, rivelandoci la bontà e la bellezza di Dio. [...] Il pane è qualcosa di più del pane: esso rimanda a Colui che spezza il pane con i suoi amici. L'acqua è qualcosa di più dell'acqua: essa rimanda alla nostra crescita spirituale. Il vino è qualcosa di più del frutto della vigna, fatto dalle mani dell'uomo: esso diventa per noi il sangue di Cristo, il calice della salvezza. Più in profondità, tutti gli elementi ricordati nel grande rendimento di grazie eucaristico rimandano oltre se stessi, alla grande storia della nostra ricreazione. Cibi e bevande, vestiti e abitazioni, montagne e fiumi, oceani e cieli tutto si fa trasparente quando la natura si rivela a quanti hanno occhi per vedere il volto amorevole di Dio». (HENRI J. M. NOUWEN, *La formazione spirituale*, Queriniana, 53-55).

#### IL TEMPO

«Il tempo minaccia costantemente di trasformarsi in un nostro nemico. Il tempo ci rende schiavi. Spesso diciamo: «Vorrei poter fare tutte le cose che devo, ma non ho proprio tempo. Anche solo pensare a tutte le cose che devo fare oggi – fare la spesa al supermercato, suonare, – finire di scrivere un articolo, presentarmi in classe, fare una dozzina di telefonate, andare a trovare un

amico, fare esercizi e meditare - mi stanca». Al giorno d'oggi, la richiesta più comune è: «**So quanto sei impegnato, ma hai un minuto?**». E spesso le decisioni più importanti vengono prese "mangiando un boccone". **Infatti, sembra che non siamo più noi ad avere il tempo, ma è piuttosto il tempo ad avere noi.** Quando viviamo il tempo come *chronos* (cronologia), gli avvenimenti della nostra vita non sono nient'altro che una serie casuale di incidenti e accidenti collegati tra loro, sui quali non abbiamo alcun controllo. Il tempo si fa opaco, oscuro e impenetrabile. Non riusciamo a *vedere attraverso* la coerenza che sta alla base della nostra storia. Delusioni, disoccupazione, perdite materiali, malattia e morte sono vissute come ostacoli incomprensibili, che per quanto possibile vanno negati ed evitati. Quando il tempo è soltanto *chronos*, non abbiamo il tempo di fare tutte le cose che dobbiamo, e il nostro programma diventa un fardello. Il tempo scorre via e la vita si fa massacrante. Non c'è tempo per l'amicizia, per la felicità, per la celebrazione. Il tempo deve essere convertito da *chronos* a *kairos*, **ossia in un'opportunità per un cambiamento del cuore.** La vita spirituale è un processo di formazione nel quale il tempo perde lentamente la propria opacità e diviene trasparente. È una vera esperienza di conversione iniziare a vedere che i molteplici eventi della nostra giornata, settimana o anno non sono ostacoli a una vita piena e densa di significato, **ma la via che conduce ad essa.** Una volta che abbiamo scoperto che scrivere lettere, frequentare corsi, far visita ad amici, cucinare e persino lavare i piatti non sono una serie di attività casuali, ma contengono dentro di sé il potere trasformante della ri-creazione, passiamo dal tempo vissuto come *chronos* al tempo vissuto come *kairos* (il momento giusto, il tempo reale, l'opportunità per il cambiamento, la *chance* di una vita). Quando il nostro tempo diviene *kairos*, infinite nuove possibilità e opportunità si spalancano ai nostri occhi. **Nella vita e nel ministero di Gesù, ogni avvenimento viene riconosciuto come *kairos*.** Egli inaugura il suo ministero pubblico con queste parole: «Il *tempo* è compiuto... » (*Mc* 1,15) e **vive ogni momento della vita come un'opportunità per fare nuove tutte le cose.** Dopo soli tre anni e mezzo, annuncia che il suo *tempo* è vicino (*Mc* 26,10) ed entra nella sua ultima ora. E alla fine, allorché la morte fisica è trasformata in vita risorta, Gesù converte la storia umana da mera cronologia in *kairos*, **il tempo di Dio, in cui passato, presente e futuro si congiungono nel momento presente.** Quando il tempo è convertito in modo tale che ciò che è opaco diviene trasparente, iniziamo a riconoscere all'opera le mani di Dio, che modellano il mondo e le nostre vite individuali in memorie viventi dell'amore divino. Possiamo così annunciare il vangelo: questo è il mondo di Dio. Il tempo è nelle mani di Dio. Qualcosa di intenso sta avvenendo. La storia ha un fine. **«Noi sappiamo che tutto concorre al bene, per quelli che amano Dio»** (*Rm* 8,28). Quelli che paiono essere soltanto pezzi di marmo scheggiati, in realtà sono tessere nel mosaico dell'opera divina nelle nostre vite. Con gli occhi della fede, possiamo imparare dagli eventi della nostra vita e accogliere qualsiasi cosa accada come proveniente dalla mano di Dio. Per quanto duri e dolorosi, i tempi possono essere convertiti in occasioni per apprendere, in esperienze formative che fanno di noi le persone che siamo e che ci portano alla Sorgente di guarigione e di salvezza. La vita spirituale, dunque, non è una vita che offre pochi momenti buoni tra i molti cattivi, bensì una vita ricca che trasforma tutti i momenti del tempo in finestre attraverso le quali l'invisibile diventa visibile. (HENRI J. M. NOUWEN, *La formazione spirituale*, Queriniana, 55-58).

«Un giorno un anziano professore mi disse con una punta di malinconia nella voce: **«Sai,... per tutta la vita ho protestato perché il mio lavoro veniva interrotto continuamente, finché ho scoperto che quelle interruzioni erano il mio lavoro»**. [...] Se invece le interruzioni fossero in realtà delle opportunità, se ci sfidassero ad una risposta interiore che dà luogo ad una crescita...? [...] Se la nostra storia si rivelasse non come una sequenza cieca e impersonale di eventi che non possiamo controllare, bensì come una mano che ci guida verso un incontro personale in cui tutte le nostre speranze e le nostre aspirazioni saranno soddisfatte?» (HENRI J. M. NOUWEN, *Viaggio spirituale per l'uomo contemporaneo. I tre movimenti della vita spirituale*, Queriniana, 46).

## LE RELAZIONI PERSONALI

– Non sono soltanto la natura e il tempo a perdere la loro opacità, ma, molto più profondamente, anche le *persone* si fanno sempre più trasparenti. Qui, più che nei nostri rapporti con la natura e con il tempo, diviene manifesta l'importanza della contemplazione come *theoria physike*, come visione delle reali connessioni delle cose. Nella nostra società non è facile vedere le persone come trasparenti, poiché siamo condizionati a rapportarci a esse come a personaggi – particolari e più o meno interessanti a nostro uso e consumo a seconda delle nostre necessità o volontà. *«Oh, guarda, lei è brava a far questo, lui è bravo in quello, quindi lasciatemi manipolarli, sfruttarli o usarli in funzione del loro valore»*, spesso pensiamo tra noi e noi. Una delle tentazioni più grandi è quella di essere selettivi rispetto a coloro con i quali vogliamo relazionarci. Quando qualcuno ci colpisce come persona "interessante", vogliamo conoscerlo perché pensiamo che ne "valga la pena" alla luce delle sue qualità speciali. [...] Noi generalizziamo ed etichettiamo le persone come "malate" o "sane", "instabili" o "stabili", "dipendenti" o "codipendenti", e così via. Nei circoli religiosi, spesso dividiamo le persone in due fazioni: credenti e non credenti, di chiesa e non di chiesa, conservatori e progressisti, ortodossi e non ortodossi, santi e peccatori. La caratterizzazione è diffusa ma limitante. **Etichettare significa sempre limitare**. Tutto questo è sintomatico delle nostre stesse insicurezze e ci dà una falsa comprensione della vera natura dei nostri simili. Un insegnante è qualcosa di più di un insegnante, un tecnico informatico e un meccanico sono qualcosa di più delle mansioni che svolgono. Una persona è qualcosa di più del suo personaggio. **Se vi relazionate a me solamente come a qualcuno che può fare qualcosa per voi o che potete usare per i vostri propositi, io non vi mostrerò la parte migliore di me**. Mi metterò sulla difensiva, diventerò sospettoso, piuttosto cauto, e potrei nascondere i miei veri sentimenti e opinioni. Al contrario, se vedete in me qualcosa di più del mio personaggio, **se mi vedete come una persona unica e irripetibile**, posso via via comunicare con voi ad un livello più profondo, e potrei persino condividere i miei segreti. Il termine *persona* deriva dal francese antico *per-sonare*, che significa "risuonare attraverso". Il nostro compito spirituale è quello di resistere alla tentazione di incasellare gli esseri umani in figure e personaggi, e di vederli piuttosto come persone che **"risuonano attraverso"** una realtà più grande rispetto a quella che loro stessi conoscono pienamente. **In quanto persone, risuoniamo attraverso un amore più grande di quello che noi stessi possiamo cogliere, una verità più grande di quella che noi stessi possiamo esprimere, e una bellezza più ricca di quella che noi stessi possiamo contenere**. Quando nella contemplazione giungiamo a vedere la vita come un dono, **riconosciamo le persone che fanno parte della nostra**

**vita come i più grandi doni di Dio.** Non più personaggi, bensì persone con le quali possiamo formare una comunità e attraverso le quali Dio può parlare. Quando diveniamo persone gli uni per gli altri, trascendiamo i limiti dei nostri personaggi individuali e realizziamo un fine più grande come popolo di Dio. In quanto persone create ognuna in maniera unica da Dio, siamo chiamati a essere vicendevolmente trasparenti, a rimandare ben al di là del nostro personaggio, verso l'Uno che ci ha dato vero amore, verità e bellezza. La formazione spirituale richiede una costante disciplina di preghiera per passare dall'opacità alla trasparenza, una disciplina in grado di trasformare un mondo di oscurità in un mondo di luce trascendente. La natura non è più una proprietà da controllare, ma un dono da ricevere e condividere. Il tempo non è più una serie accidentale di eventi, ma una costante opportunità di cambiamento del cuore. Quando il tempo è convertito da *chronos* in *kairos* (e da *storia* a *sua-storia*) possiamo afferrare il momento presente ed essere in pace. E quando le persone non sono più personaggi interessanti da incontrare o da sfruttare per i nostri propositi, ma persone che "risuonano attraverso" più di quanto possano contenere, possono essere amate, protette e comprese. La preghiera contemplativa ci aiuta a rimuovere le bende dai nostri occhi e a vedere il mondo come realmente è – **sacramentale** –, **interconnesso e in grado di rivelarci costantemente il grande amore di Dio.**

#### DALLA TRASPARENZA ALL'INCONTRO

La preghiera contemplativa ci conduce spesso ad un incontro intimo con l'amore di Dio, rivelatoci in Gesù. In questa esperienza giungiamo a conoscere sempre più profondamente che **Dio non è contro di noi, ma per noi; non è lontano da noi, ma con noi; non è fuori di noi, ma profondamente dentro di noi.** Quando ci ritagliamo un momento di *relax* per riflettere in un luogo tranquillo, le nostre menti e i nostri cuori si fanno silenziosi e, in questa quiete, diventano più profondi e si espandono, invitando e dispiegando la qualità eterna della vita in tutta la sua pienezza. È in questa crescente consapevolezza interiore dell'abbraccio eterno di Dio che noi troviamo la nostra vera libertà. Secondo Evagrio, la pratica della *theoria physike* (la contemplazione della vera natura delle cose) trova il proprio culmine nella *theologia* (la conoscenza diretta di Dio). Qui andiamo oltre la visione della natura delle cose e facciamo ingresso in una comunione più intima con Dio come Santa Trinità. Questa *theologia* è il dono più grande, la grazia di un'unità, un riposo e una pace totali. Si tratta del livello più alto della vita spirituale, in cui si trascende il mondo creato e si fa esperienza diretta del nostro essere innalzati nella vita intima di Dio. Tale "esperienza della sommità" è concessa solo raramente, e anche coloro che guardano dall'alto devono ridiscendere a valle, senza riferire a nessuno ciò che hanno visto (Lc 9,36). (HENRI J. M. NOUWEN, *La formazione spirituale...* 58-63).

Quando si giunge a questa trasparenza, dice s. Giovanni della Croce, sembra che Dio si sia finalmente svegliato:

– In numerosi modi Dio fa sentire il suo risveglio nell'anima; se volessimo contarli tutti non finiremmo mai. [...] Nel Verbo sembrano muoversi tutti gli esseri, come quando, muovendosi la terra, tutte le cose materiali che sono in essa si muovono come se fossero un nulla. [...] Questo paragone è molto improprio, perché, nel caso presente, le creature non solo sembrano muoversi, ma scoprono altresì le bellezze del loro essere, le loro virtù, perfezioni e grazie, la fonte della loro durata e della loro vita. L'anima vede, allora, come tutte le

creature celesti e terrene abbiano in Dio la vita, la durata e la forza. [...] Senza dubbio, in questo stato, l'anima vede chiaramente che tutte le creature sono distinte da Dio, in quanto create; le vede in lui con la loro forza, origine e vigore; ciò nonostante, essa comprende molto bene che per il suo essere Dio è eminentemente tutte queste cose, che l'anima conosce meglio nell'essere divino che in se stesse. È qui la gioia ineffabile che proviene dal risveglio: **l'anima conosce le creature attraverso Dio e non Dio attraverso le creature.** Questo significa conoscere gli effetti attraverso la loro causa e non la causa partendo dagli effetti: questa è conoscenza secondaria, quella essenziale. Cosa meravigliosa! Qualunque sia il movimento dell'anima, Dio rimane immobile in essa, perché, anche se in realtà Egli non si muove, l'anima ha l'impressione che lo faccia. Infatti essa è rinnovata e mossa da Dio perché possa raggiungere la visione soprannaturale e scoprire tutta la novità della vita divina, nonché dell'essere e dell'armonia di tutte le creature racchiuse in Dio e come in Lui si muovano. Le sembra dunque che Dio si muova e che la causa prenda il nome dell'effetto che essa produce.

Cosa meravigliosa! Qualunque sia il movimento dell'anima, Dio rimane immobile in essa, perché, anche se in realtà Egli non si muove, l'anima ha l'impressione che lo faccia. Infatti essa è rinnovata e mossa da Dio perché possa raggiungere la visione soprannaturale e scoprire tutta la novità della vita divina, nonché dell'essere e dell'armonia di tutte le creature racchiuse in Dio e come in Lui si muovano. Le sembra dunque che Dio si muova e che la causa prenda il nome dell'effetto che essa produce. [...] Per questo si deve dire che, in tale movimento, l'anima è mossa e risvegliata dal sonno della visione naturale a quella soprannaturale. Ecco perché chiama giustamente questo movimento *risveglio*.

Ma Dio, come può ben constatare l'anima, pur restando sempre immutabile, muove e dirige tutto, donando essere, potenza, grazie e doni a tutte le creature; le ha tutte presenti in sé, in modo virtuale e sostanziale. Con un sol colpo d'occhio l'anima vede Dio com'è in sé e nelle sue creature: similmente a uno che, spalancando la porta di un palazzo, vede d'un colpo l'eminente persona che vi abita e nello stesso tempo ciò che sta facendo. Il modo, poi, come avvengano questo risveglio e questa visione dell'anima, secondo me è il seguente: essendo l'anima sostanzialmente in Dio, come ogni altra creatura, egli le toglie alcuni dei molti veli che ha sugli occhi perché lo possa vedere com'egli è. Solo allora traspare e traluce – ma in modo oscuro, perché non vengono ancora tolti tutti i veli – qualcosa del suo volto, tutto pieno di grazia. L'anima vede come Dio stesso muova tutte le cose con la sua potenza; le sembra, altresì, di vedere cosa stia facendo, come si muova nelle creature e come queste si muovano in lui, ininterrottamente. Per questo l'anima ha l'impressione che sia Dio a muoversi e a risvegliarsi, mentre invece è lei che si muove e si risveglia. (GIOVANNI DELLA CROCE, *Fiamma viva d'amore*, str. 4, 4-8.)