

Giuseppe Forlai

COME UNA PICCOLA CREATURA

Solitudine, silenzio, ascolto
e vita cristiana

Postfazione di
FABIO ROSINI



Contento della grazia

Non serve percorrere la via dello svuotamento se lo si fa nel rancore, nel vittimismo, nella tristezza, come se bisognasse sacrificare al cielo la voglia di vivere. Dio non è un idolo assetato di sacrifici umani! La nudità cristiana è gioia perché produce libertà, vita in abbondanza. San

⁸ Mohamed Hasan Alwan, *Una piccola morte*, Edizioni e/o, Roma 2019, p. 133.

Romualdo conosceva bene l'interdipendenza assoluta tra il rinnegarsi evangelico, la pace del cuore e la gioia. Alla scuola del patriarca san Benedetto egli sapeva che il legame tra queste esperienze era garantito dall'atteggiamento più importante della legislazione monastica di ogni tempo, ossia dall'umiltà. L'umile – e solo lui – è radicale senza diventare cinico.

Pertanto non possiamo dispensarci dal ripercorrere almeno brevemente il magistero del Santo Patriarca Benedetto offertoci nel capitolo VII della sua *Regola*: i gradi dell'umiltà⁹. Siamo davanti a un indubbio capolavoro della spiritualità occidentale. Il lettore si accorgerà che quanto andremo rilevando contiene tutte le accentuazioni e le sfumature fin ad ora indagate circa la spogliazione dell'io. Che san Benedetto perdoni dal cielo la parafrasi che tento di compiere a beneficio del lettore!

I gradino. *Umiltà davanti a Dio*¹⁰. Vivi sempre alla presenza del Signore, e temi di perdere la sua dolcezza. Custodisci con premura la fiammella dello Spirito deposta nel tuo cuore. Il Signore è nei cieli e negli inferi (cfr. Sal

⁹ Per un commento rimandiamo alle belle pagine scritte da Dom Guillaume, *Un cammino di libertà. Commento alla Regola di San Benedetto*, Lindau, Torino, pp. 131-191. Utilissimo anche J. Chittister, *Fermarsi e ascolta il tuo cuore. Vivere oggi la Regola di San Benedetto*, Effatà, Cantalupa (TO) 2018⁴, pp. 54-68.

¹⁰ Per la suddivisione tematica dei gradini mi rifaccio a Jean De Monléon, *I dodici gradi dell'umiltà. Commento ascetico al capo VII della Regola di San Benedetto*, s.e., s.l., s.d., p. 23. Si noti come Benedetto si muova progressivamente da Dio (primo gradino) – fonte dell'umiltà – alla volontà (secondo, terzo, quarto gradino), alla retta conoscenza di sé (gradini cinque, sei e sette) per arrivare al modo di vivere in mezzo agli altri (ottavo), per dedicare ampio spazio alle parole (nono, decimo, undicesimo). L'apice è l'umiltà che diviene carità e dolcezza verso tutti (dodicesimo gradino). Così nel primo gradino si guarda a Dio e nell'ultimo si è quasi trasformati nel Figlio, mite e umile di cuore.

139,7-8), in qualsiasi situazione ti trovi ricordati di Lui come l'amico più caro. Non tentarlo rimandando la tua conversione e non procrastinare al domani il piccolo passo che puoi fare oggi.

II gradino. *Umiltà nelle decisioni (I)*. Non assecondare sempre e per forza la tua volontà, valuta sui tempi lunghi l'utilità e la bontà dei tuoi desideri di oggi. Capricci e fantasie spirituali soddisfano sul momento ma poi lasciano vuoti. Confida a Dio la tua svogliatezza per rammaricarvene e fare la sua volontà, come il figlio che disse "no" al padre ma poi lo accontentò andando a lavorare nel campo (cfr. Mt 21,28-32). Pian piano ti accorgerai di come alcuni desideri che ti sembravano irrinunciabili passeranno in secondo piano, e troverai gusto anche in cose che non avresti mai scelto da solo.

III gradino. *Umiltà nelle decisioni (II)*. Ascolta il tuo superiore in tutta obbedienza, chiunque sia: marito, moglie, genitore, vescovo, datore di lavoro. Fidati e assecondalo fino a quando non ti comanda qualcosa di chiaramente contrario al Vangelo. Collabora con lui senza entrare in competizione. Ogni autorità viene da Dio anche se a volte non ne capiamo il perché (cfr. Rm 13,1). Se ti viene chiesta qualcosa che ti ripugna ricordati del Maestro che si è consegnato nelle mani ingrato di noi uomini (cfr. Fil 2,8).

IV gradino. *Umiltà nelle decisioni (III)*. Abbraccia con animo lieto le umiliazioni e le contrarietà, perseverando con fedeltà nella tua scelta di vita. Chi vuol perseverare

deve mettere in conto la tribolazione. Nella prova Dio non dorme e tu cresci veramente. Il dolore o forma o deforma. Accogli non solo il valore dell'umiltà ma anche l'umiliatore che – forse facendoti torto – inconsapevolmente ti fortifica nella pazienza di Cristo. Il frutto arriverà di certo (cfr. Eb 12,11) e sarai come una casa con le fondamenta solide.

V gradino. *Umiltà nella considerazione di sé (I).* Manifesta i cattivi pensieri al tuo padre spirituale o al tuo confessore. Tacere fa logorare le ossa (cfr. Sal 32,3). Se non hai questi punti di riferimento, consegna tutto a un amico nella fede. Il “fai da te” nel cammino spirituale non esiste, poiché nessuno è così distaccato dall'ego da poter far da maestro a se stesso. Fatti conoscere per quel che sei e non per quel che sogni. È facile fare gli umili quando agli altri si mostra solo il lato virtuoso! Ci sia qualcuno sulla tua strada che sappia davvero quali ombre ti porti dentro.

VI gradino. *Umiltà nella considerazione di sé (II).* Sii contento di qualunque cosa e vivi come un graziato dalla misericordia di Dio, senza fare l'eroe. Goditi la libertà di esser nessuno. Ringrazialo anche per i doni che non conosci. Ama il poco di oggi e impara a desiderarlo; accetta la visita del dolore e rimani capace – cosa ancor più difficile – di far spazio alla gioia. Soprattutto non crederti capace di grandi imprese. Giudicati un servo cattivo e indegno non tanto (o solo) per quello che hai commesso, ma per l'amore rachitico che porti al Signore. Come il centurione ripeti al Maestro che non sei degno che lui entri sotto il tuo tetto (cfr. Lc 7,7-10).

VII gradino. *Umiltà nella considerazione di sé (III).* Cre-di veramente di essere l'ultimo: non serve a nulla umiliarsi davanti agli altri mentre li si giudica segretamente con disprezzo. Fare l'umile – gioco diffuso negli ambienti religiosi – non significa esserlo. Porta alla luce i doni nascosti di chi vive e lavora con te, e intanto occupati della tua conversione. Considera gli altri superiori a te stesso (cfr. Fil 2,3)... a patto di credere fermamente che Dio è superiore a tutti e nessuno si può paragonare a lui. Belli, brutti, bravi e cattivi, siamo tutti nulla davanti alla sua maestà. Impegna-ti a crederlo sempre di più.

VIII gradino. *Umiltà nella vita di comunità.* Evita la singularità e le stranezze. Godi di passare inosservato in mezzo a un mondo di istrioni tristi e di vip intermittenti. Il culto dell'originalità a tutti i costi disabilita al discernimento della volontà di Dio. Ama le “solite cose”, senza agitarti sognando paradisi spirituali (cfr. 2Ts 3,11-13). Nasconditi dietro la normalità e compi il tuo lavoro senza pubblicizzarne i successi. Aspettati la ricompensa da Dio e non dagli uomini, i quali sovente distribuiscono medaglie o punizioni esclusivamente per i loro interessi privati.

IX gradino. *Umiltà nelle parole (I).* Rimani abitualmente in silenzio. Elimina le parole che non puoi permetterti, del tipo: “sempre”, “sicuramente”, “non ci sono dubbi”, “ti voglio un bene dell'anima”, “il Signore è tutta la mia vita”! Ama ascoltare e parla solo se interpellato; non occuparti di cose che non ti riguardano e non voler sapere a tutti i costi quello che fanno o non fanno i tuoi fratelli. Lo spirito di

dominio si serve soprattutto delle parole e la lingua è un piccolo fuoco che può incendiare una foresta (cfr. Gc 3,6). I miracoli di Dio avvengono sempre nel silenzio. Ricordalo.

X gradino. *Umiltà nelle parole (II).* Non essere sguaiato. Non ridere di nulla e nessuno se non di te stesso. Con un volto pensieroso il cuore diventa migliore (cfr. Qo 7,3) e un aspetto lieto è frutto di un dialogo profondo con la precarietà della vita terrena. Non essere facile al riso non vuol dire essere triste, ma più semplicemente non superficiale. Qui è da evitare l'ironia cinica di chi prende alla leggera la vita altrui ridicolizzandola, o minimizzando le proprie responsabilità.

XI gradino. *Umiltà nelle parole (III).* Parla con dolcezza, umiltà e compostezza. A chi ti incontra venga voglia di amare la Verità. Rifletti molto e parla poco, scegliendo con meticolosità le parole da non dire. Se ascolti qualcuno fallo senza fretta e senza atteggiarti a maestro. Cerca maggiormente di capire che di consigliare. Non millantare una sapienza che non possiedi, specialmente nelle cose spirituali. A stento conosciamo le cose della terra, figuriamoci quelle del cielo (cfr. Sap 9,16).

XII gradino. *Umiltà diffusiva.* Ispira umiltà a chi ti sta intorno, ricordando che essa è una virtù irresistibile, che tutti gli uomini nel fondo del cuore apprezzano, credenti e non. Non mettere a disagio gli altri con atteggiamenti scostanti o supponenti. Rinuncia ad essere una minaccia: la tua preparazione e competenza non divenga mai uno stru-

mento per dominare. Sii semplice e libero, godi del fatto di essere una persona che non fa paura a nessuno. Vedendoti ci si innamori del Signore Gesù, l'unico e il più grande mite e umile di cuore (cfr. Mt 11,28-30).

L'umiltà declinata da san Benedetto è veramente la nostra "amica geniale" che risolve ogni problema: l'umile non è offeso da nulla e non si esalta per nulla. Si emoziona per la Verità, passando leggero sia tra gli schiaffi, sia tra gli applausi. Sa che la grazia di Dio – e solo lei – lo nutre ogni giorno come si nutre un pulcino; senza di essa non potrebbe fare nulla (cfr. Gv 15,5). Per questo l'umile è sempre contento: dopo aver attraversato con Cristo la *notte della spogliazione* possiede la gioia che nessuno può togliergli (cfr. Gv 16,23).

Così l'umiltà, incoronata dalla beatitudine, diviene amore soave e spontaneo, come insegna san Benedetto chiudendo il capitolo VII della *Regola*: «Saliti dunque questi vari gradini dell'umiltà il monaco arriva senz'altro a quel perfetto amor di Dio che scaccia il timore, e per virtù del quale tutto ciò che non osservava fino allora senza sgomento, ora comincia a praticare senza alcuno sforzo»¹¹.

¹¹ Gregorio Magno, *Vita di San Benedetto e la Regola*, cit., 143. Nel *Libro della regola eremitica* di Camaldoli (n. 39) troviamo una bellissima sintesi del magistero benedettino: «Di questa virtù il beato Benedetto ha distinto dodici gradi, che noi possiamo ricondurre al numero di sei virtù, le quali possono essere riassunte in un solo esametro, perché si imprimano più saldamente nella memoria: Una mente che medita nel silenzio obbedisce con pazienza, con passione, con sobrietà» (I Padri Camaldolesi, *Privilegio d'amore. Fonti camaldolesi*, Qiqajon, Magnano 2007, p. 297). Si noti qui come il meditare nel silenzio e in solitudine è posto come radice e causa dell'umiltà.