

# KAIRÒS

## ALZO GLI OCCHI VERSO I MONTI

108

Anno XIX, (1) Avvento 2016

---

### INDICE

#### **Il gigli del campo**

*Il tempo è di Dio*

*Don Severino Pagani*

#### **Il volto di Gesù**

*Uscire dalla paura*

*(Marco 4, 35-41)*

#### **La preghiera del Salmo**

*Alzo gli occhi verso i monti:*

*da dove mi verrà l'aiuto?*

*Salmi 119 (120)*

#### **La piccola catechesi**

*Papa Francesco*

Amoris Laetitia:

L'Amore nella vita quotidiana

nn. 90-98

#### **La lettura spirituale**

La vigilanza

*Carlo Maria Martini*



## I GIGLI DEL CAMPO

---

*don Severino Pagani*

*Il vigilare diviene particolarmente attuale  
in tempi di crisi o di smarrimento,  
quando cioè la mancanza di prospettive storiche  
unita a una certa abbondanza di beni materiali  
rischia di addormentare la coscienza  
nel godimento egoistico  
di quanto si possiede,  
dimenticando la gravità dell'ora  
e il bisogno di scelte coraggiose e austere*

Carlo Maria Martini

Ai discepoli del Signore,

Carissimi,

Il tempo è di Dio. in questo grande dono si stende la nostra biografia. Dentro il tempo ci sono gli assopimenti dell'anima e i suoi rinnovati risvegli. Questo è il momento di un nuovo slancio della nostra libertà, per non lasciar cadere ciò che ci viene dato dalla mano di Dio. L'Avvento c'è apposta per cancellare le pigrizie, per riscuotersi dal sonno, per tornare a Gesù, per pregarlo con il cuore, per lasciarsi scuotere dolcemente dalla sua Parola. Se non ravvivate i tempi della preghiera, l'ansia della vita quotidiana vi sommergerà. Se non si prega di più si invecchia male. La grazia del tempo conosce tre scansioni: il tempo che Dio ha perso per me, il tempo che io restituisco a Dio e il tempo che ancora mi rimane da vivere.

***Il tempo che Dio ha speso per me.*** Lo trasformo in memoria di riconoscenza. Così scriveva papa Benedetto: “Nessuno ha mai visto Dio così come Egli è in se stesso. E tuttavia Dio non è per noi totalmente invisibile, non è rimasto per noi semplicemente inaccessibile. Dio ci ha amati per primo, dice la Lettera di Giovanni (cfr 4, 10) e questo amore di Dio è apparso in mezzo a noi, si è fatto visibile in quanto Egli «ha mandato il suo Figlio unigenito nel mondo, perché noi avessimo la vita per lui» (1Gv 4, 9).

Nella storia d'amore che la Bibbia ci racconta, Egli ci viene incontro, cerca di conquistarci fino all'Ultima Cena, fino al Cuore trafitto sulla croce, fino alle apparizioni del Risorto e alle grandi opere mediante le quali Egli, attraverso l'azione degli Apostoli, ha guidato il cammino della Chiesa nascente.

Anche nella successiva storia della Chiesa il Signore non è rimasto assente: sempre di nuovo ci viene incontro attraverso uomini nei quali Egli traspare; attraverso la sua Parola, nei Sacramenti, specialmente nell'Eucaristia. Nella liturgia della Chiesa, nella sua preghiera, nella comunità viva dei credenti, noi sperimentiamo l'amore di Dio, percepiamo la sua presenza e impariamo in questo modo anche a riconoscerla nel nostro quotidiano. Egli per primo ci ha amati e continua ad amarci per primo; per questo anche noi possiamo rispondere con l'amore. Dio non ci ordina un sentimento che non possiamo suscitare in noi stessi”.

Così il Signore ha costruito la nostra biografia: ci ha fatto nascere dall'amore dei nostri genitori, ci ha fatto crescere nella Chiesa, si è fatto conoscere e ci ha insegnato a pregare. Ci ha fatto passare attraverso la gioia e il dolore, l'amore e l'incomprensione. Gesù ci ha condotto fin qui. Adesso bisogna vincere la pigrizia e non dimenticare tutto questo. La fede e la pratica della fede è una grazia, se la si perde ci si condanna ad una infinita tristezza. All'inizio non ci si accorge, ma poi si vive come coloro che non hanno speranza.

***Il tempo che restituisco a Dio.*** Il tempo che dobbiamo riconsegnare a Dio va raccolto innanzitutto in un nuovo slancio di preghiera. Il primo modo di riconsegnare il tempo a Dio è quello di rinnovare i tempi e gli affetti della nostra preghiera. Pregare è un sacrificio di tempo e di vita per il Signore. Se è vero che Cristo è il tempo che Dio ha perso per l'umanità, allora noi siamo chiamati a rispondervi *perdendo* tempo e vita per il Signore con la preghiera.

Riconsegniamo il tempo a Dio con la pazienza e la perseveranza. La pazienza è l'arte di vivere l'incompiutezza, di attendere i tempi dell'altro e discernere i tempi di Dio. Vorremmo fare, vorremmo cambiare, vorremmo migliorare e non possiamo. La pazienza è vicinissima all'amore, una prerogativa dell'amore. La pazienza va di pari passo con la perseveranza, virtù essenziale alla fede.

Possiamo dire che la fede che rimane nel tempo diventa perseveranza. Ora nella vita cristiana si tratta di rimanere nella Parola di Dio, nel suo amore, in Lui. La sua presenza in noi ci renderà capaci di restare fedeli agli impegni assunti, alle persone con cui siamo legati in alleanza. Nella preghiera, la persona, portando tutta se stessa, vi porta anche le sue relazioni, le condizioni storiche in cui vive, vi porta il suo mondo. E al mondo e alla vita la preghiera rimanda il credente con il compito di illuminarli con la luce della volontà di Dio.

***Il tempo che ho ancora da vivere.*** Il tempo che abbiamo ancora da vivere sulla terra, innanzitutto non è infinito, e poi lo dovremo vivere senza poterlo misurare, consumandolo in un amore che sarà diventato magnanimità e servizio. Molto spesso la speranza si manifesta proprio così: continui ad amare e continui a servire. Servi una moglie, un marito, un figlio, un collega, una comunità.

Meno sentimento e più servizio: è così che l'amore va avanti fino alla fine. Un servizio fatto volentieri, dimenticando te stesso e i tuoi gusti. Solo così ti troverai più purificato, più resistente alla fatica. Meno preoccupato dei tuoi progetti e più affezionato al progetto di Dio. Si ritrova la pace, si ritrova la gioia, senza più nessun turbamento.

Cari discepoli del Signore, mi piacerebbe che sentissimo tutti questo desiderio di riconsegnare il tempo a Dio: offriamo il lavoro e le fatiche della vita; offriamo qualche pena segreta, qualche lunghissima pazienza, qualche preghiera sofferta, qualche consolazione di grazia.

Sentiamoci uniti nella perseveranza, ma non lasciamoci andare a nessuna forma di scoraggiamento. Forse ti attendevi di più dalla vita, dall'amore, da un figlio, da un amico, da te stesso: non temere, il Signore si manifesta così, egli ti aspetta così, per avvolgerti nel suo largo abbraccio.

D'altro lato: sappi gustare la gioia, quella perfetta letizia che ti fa sentire aderente a qualche pagina di vangelo, adempiente quasi senza volerlo di fronte a qualche insegnamento del Signore. Continua a chiedere la grazia che desideri nel cuore; continua a dire quella preghiera di tutti i giorni, quella preghiera che ti fa soffrire.

Se ami il Signore qualcuno certamente si accorge e ne riceve del bene: nella tua casa, nel luogo del tuo lavoro. Gesù parla, Gesù ti vuole bene, Gesù viene ancora per te e per me. Così viviamo, in umiltà e fiducia, il tempo che abbiamo da vivere. È il nostro avvento. Con affetto, don Severino.

## USCIRE DALLA PAURA

Marco 4,35-41

*"In quel medesimo giorno, verso sera, disse loro: «Passiamo all'altra riva». E lasciata la folla, lo presero con sé, così com'era, nella barca. C'erano anche altre barche con lui. Nel frattempo si sollevò una gran tempesta di vento e gettava le onde nella barca, tanto che ormai era piena. Egli se ne stava a poppa, sul cuscino, e dormiva. Allora lo svegliarono e gli dissero: «Maestro non t'importa che moriamo?». Destatosi, sgridò il vento e disse al mare: «Taci, calmati!». Il vento cessò e vi fu grande bonaccia. Poi disse loro: «Perché siete così paurosi? Non avete ancora fede?». E furono presi da grande timore e si dicevano l'un l'altro: «Chi è dunque costui, al quale anche il vento e il mare obbediscono?».*

### La Parola

1. Il brano che abbiamo letto fa parte del resoconto di una giornata del Signore, trascorsa presso il lago di Genezaret. Marco presenta Gesù che annuncia il mistero del Regno di Dio, paragonandolo a quel seme che, nascosto nella terra, cresce e porta, in modo misterioso, frutto sovrabbondante (Mc 4,1-34). Il suo insegnamento è confermato e prolungato dai suoi gesti potenti, che rivelano che il Regno "viene" nella parola e nell'opera di Gesù ed ha come effetto quello di realizzare la salvezza dell'uomo, cioè la liberazione dal male, dalla malattia e dalla stessa morte (Mc 5,1-43).

2. In questo brano vediamo anzitutto i discepoli che prendono con sé il Signore nella barca. Ormai la loro esistenza è caratterizzata dalla risposta al suo invito a stare con lui (Mc 3,14).

3. Con lui, i discepoli affrontano il mare. Il mare è nella bibbia un simbolo che riferendosi ad una forza caotica, riassume tutte quelle realtà che non sono sottoposte al dominio dell'uomo e che rendono sempre incerta, insicura e minacciata la sua esistenza. E' qualcosa che solo Dio sa dominare; solo il Signore può controllarlo, rinchiuderlo entro confini, e solo Jahvè è

riuscito ad aprirlo per far passare salvo il suo popolo in mezzo ad esso. Il brano ci ricorda quindi che lo stare con Gesù non sottrae il discepolo dall'"esperienza del mare", dalla percezione di quanto è minaccioso ed inquietante per la vita.

4. Marco mette a confronto gli atteggiamenti dei discepoli e di Gesù di fronte alla tempesta: i primi sono presi dall'affanno e dalla paura, e reagiscono scompostamente; Gesù invece dorme e affronta con padronanza lo scatenarsi degli elementi naturali.

5. L'invocazione dei discepoli impauriti mette in azione Gesù, che si rivela Signore del mare, cioè di tutto ciò che minaccia l'esistenza dell'uomo. Inoltre la sua parola si dirige ad interpellare anche i discepoli: li invita a prendere coscienza della loro paura e contemporaneamente a rendersi conto della poca consistenza della loro fede, cioè del rapporto che li lega a lui.

6. Lo sguardo dei discepoli si concentra su Gesù. Nei suoi confronti si originano un senso di timore e un desiderio profondo di poter percepire la sua identità: non è più la paura per il mistero del mare, ma il senso di timore di chi avverte lo svelarsi della presenza potente di Dio - solo Dio sa dominare il mare - e che considera pertanto attentamente il significato della persona di Gesù. I discepoli sul mare conoscono se stessi e conoscono Gesù. Dove sembrava che ogni loro risorsa umana venisse meno, lì si è fatta più visibile la realtà di Gesù, colui che sa mettere il cuore dell'uomo nella pace.

### **Noi e la Parola**

1. Il vangelo ci parla di un'esperienza fatta dai discepoli che dobbiamo condividere se vogliamo entrare in questa parola. Si tratta dell'"esperienza del mare", cioè di un momento in cui si percepisce lucidamente e in modo autentico la vita: nel suo valore, nella pochezza e nei limiti che la caratterizzano, nei problemi, nei rischi, nelle difficoltà che l'accompagnano. Ad essa si oppone quello sguardo diverso che - vittima della superficialità - ne scorda ed elimina tutti gli aspetti "problematici". Dall' "esperienza del mare" nasce quel sentimento complesso che si chiama paura.

2. Di fronte alla paura possono nascere reazioni diverse. C'è chi rimane paralizzato e bloccato nella vita e nel cammino di ricerca. C'è chi reagisce con un atteggiamento di orgogliosa autosufficienza, mettendo in atto un progetto



di auto-difesa, una vita piena di egoismo, di prepotenza, di volontà di sopraffazione...

3. I discepoli invece reagiscono con un'invocazione, quasi una preghiera, che scaturisce non dalla fede, ma dalla paura. Si rivolgono a Gesù, ma senza coscienza matura della sua identità.

4. Gesù conosce l'esperienza del mare e sa che essa è importante perché mette l'uomo di fronte alla verità della sua vita. Egli non sottrae il discepolo a questa esperienza, ma vuole dividerla con lui in modo da fargli vedere la sua vittoria su tutto ciò che minaccia l'esistenza umana. Mentre si rivela potente in parole ed opere, lo invita a convertire la paura in fede.

### **Per la preghiera**

1. Mettiti con fede di fronte al Signore che si rivela nella sua potenza di dominatore della tue paure. Come reagisci di fronte alle tue paure? Che tipo di fede si manifesta nel momento della crisi?

2. Contempla il Signore e la sua azione, ascolta la sua parola che dona la pace. Lascia che la sua presenza sciolga ogni paura e faccia sorgere la forza della fede.

3. Rivolgiti al Signore così come sei: esprimi in preghiera la tua situazione autentica e il tuo desiderio di essere guarito, da ogni superficialità e da ogni paura, dallo sguardo di Gesù.

## LA PREGHIERA DEL SALMO

---

### **ALZO GLI OCCHI VERSO I MONTI**

#### **Salmo 120 (121)**

Alzo gli occhi verso i monti:  
da dove mi verrà l'aiuto?

Il mio aiuto viene dal Signore,  
che ha fatto cielo e terra.

Non lascerà vacillare il tuo piede,  
non si addormenterà il tuo custode.

Non si addormenterà, non prenderà sonno;  
il custode d'Israele.

Il Signore è il tuo custode,  
il Signore è come ombra che ti copre,  
e sta alla tua destra.

Di giorno non ti colpirà il sole,  
né la luna di notte.

Il Signore ti proteggerà da ogni male,  
egli proteggerà la tua vita.

Il Signore veglierà su di te, quando esci e quando entri,  
da ora e per sempre.

Questo salmo appartiene ai cosiddetti salmi delle Ascensioni: erano i canti che facevan i pellegrini mentre andavano a Gerusalemme, oppure prima di salire i gradini del tempio.

Al centro del salmo si trova la sintesi di tutta la preghiera: «Il Signore è il tuo custode» (v. 5). Il cuore della preghiera è, dunque, la contemplazione del Signore come "il tuo custode": non genericamente "custode", ma il "tuo", colui che custodisce proprio "te". L'insistenza su questa idea è evidente, perché per sei volte ritorna lo stesso verbo "custodire" (in ebraico: *šamar*): tre volte (vv. 3.4.5) si usa il participio di questo verbo (*somer*), che è reso con il sostantivo custode; poi altre tre volte (nei vv. 7-8) ritorna coniugato come garanzia per il presente e il futuro. In italiano è stato tradotto con altre radici (proteggerà e veglierà): invece è meglio mantenere sempre lo stesso verbo, per evidenziare l'insistenza.

### **«Alzo i miei occhi verso i monti»**

Anzitutto questo salmo ci propone uno sguardo spirituale, essendo la preghiera di uno che non guarda per terra, ma alza lo sguardo. Veramente, quando il piede vacilla e il sentiero è difficile, bisogna guardare per terra e stare bene attenti a dove si mettono i piedi! E invece questa preghiera ci invita a guardare in alto, ad alzare gli occhi, a sollevare lo sguardo verso l'alto: questo è l'atteggiamento del pellegrino, che parte dalla valle di lacrime e sale verso il monte del Signore, lascia la selva oscura e tende a salire "il diletto colle". Proprio perché è in basso, alza gli occhi verso la cima, cioè verso la meta; proprio perché è nella notte, volge lo sguardo verso la luce.

Il pellegrino nel fondo della valle alza gli occhi verso la cima della montagna e si domanda: "Ce la farò? Il cammino è lungo, la strada faticosa: riuscirò ad arrivare alla vetta?". Alzare gli occhi, dunque, è anzitutto indizio di piccolezza e coscienza di debolezza; eppure esprime anche un forte desiderio di salire e di arrivare. Chi ha esperienza di passeggiate in montagna, sa che guardare la cima spaventa ed entusiasma: fa percepire che è ancora lontana, ma fa crescere la voglia di andare avanti.

Lo sguardo del pellegrino si rivolge ai "monti": si tratta realisticamente della zona montuosa su cui è costruita Gerusalemme, giacché la città santa coincide

con il santo monte di Dio. Gerusalemme è in alto e ad essa si sale sempre, da qualunque parti inizi il cammino.

### **L'aiuto viene dal Signore**

Il salmo precedente ci ha detto che l'orante si trova in una situazione di angoscia e alza gli occhi in cerca di aiuto, perché ne ha bisogno. Il passo che dà inizio al cammino è proprio la ricerca di aiuto, nella consapevolezza di non essere auto-sufficiente. È come dire: "Da solo non ce la faccio, ho bisogno di un aiuto esterno". Dunque, quando pensa così, l'esule non è più ripiegato su di sé, ma alza lo sguardo e tende verso l'alto. Cerca l'aiuto e non lo trova in sé; e neppure in proposte idolatriche; e in nessun'altra forza. Quindi si risponde da solo: «Il mio aiuto viene dal Signore».

In tutto questo salmo assistiamo a un dialogo interiore, una specie di sdoppiamento della persona, come uno che parla da solo con se stesso: si è fatto la domanda e si dà la risposta. Non è un altro che glielo dice, altrimenti gli direbbe: "il tuo aiuto...". La risposta gli nasce da dentro e, mentre ricerca, scopre che la verità è già presente, riscopre qualcosa che già conosce. Il pellegrino ha già fatto l'esperienza di essere aiutato e nel momento del bisogno si domanda: "Chi potrà aiutarmi?". La risposta gli viene spontanea: "Soltanto il Signore".

Egli può offrire aiuto, perché ha fatto il cielo e la terra. Così il Signore viene riconosciuto come Creatore nel momento in cui si sperimenta la sua potenza salvifica. Egli mi può salvare, perché è il Creatore; dal momento che ha fatto cielo e terra e governa l'universo, è in grado di venire in mio aiuto. Solo lui può aiutarmi, perché è lui che regge e guida tutto.

A questo punto, però, sembra intervenire un'altra voce: «Non lascerà vacillare il tuo piede...». Infatti da questo momento tutto il testo sarà caratterizzato dalla seconda persona: il tuo piede, il tuo custode, ombra che ti copre, ti proteggerà, veglierà su di te. All'inizio l'orante aveva detto: «alzo i miei occhi»; e poi aveva scoperto: «il Signore è il mio aiuto»; adesso un'altra voce conferma ciò che lui stesso ha pensato. Può essere la sua stessa coscienza che glielo ribadisce: la voce interiore, in questo dialogo spirituale, ratifica una verità di fondo. Ma si può anche immaginare che sia la Parola di Dio, ovvero il suo santo Spirito, che, dal di dentro, conferma e consola: in tal modo l'orante ha cominciato a parlare e poi finisce per ascoltare.

Non lascerà vacillare il tuo piede, non si addormenterà il tuo custode. Proprio da questo ascolto profondo nasce la forza per intraprendere il difficile cammino e, grazie all'ascolto, la preghiera svolge il suo compito grandioso di trasformazione. Se il piede che vacilla è segno della instabilità umana, il Signore è la garanzia di stabilità.

### **Sentinella e pastore**

Il Signore viene paragonato a un custode. In ebraico, dicevamo, si adopera il participio del verbo "custodire", che richiama il ruolo della sentinella (cf. Is 21,11-12). La sentinella è posta a fare la guardia e ha uno scopo di difesa. Si pone una sentinella quando c'è un pericolo o si teme un pericolo; essa è necessaria in presenza di nemici ed è soprattutto di notte che viene chiamata a vigilare. La funzione della sentinella permette alle altre persone di dormire tranquillamente; se c'è uno che veglia, tenendo d'occhio l'accampamento, qualora sorga un pericolo, è in grado di dare l'allarme e richiamare tutti. La sentinella custodisce le altre persone. Ma il rischio di una sentinella è quello di dormire. Infatti, se si addormenta chi deve vegliare, tutti sono in pericolo; se, invece, resta sveglio, tutti sono al sicuro.

Il Signore è la sentinella di Israele e di lui ci si può fidare. Colui che ha creato il cielo e la terra non dorme e non sonnecchia: cioè non è indifferente, ma prende a cuore la situazione; non cede a distrazioni, ma vigila in modo costante e continuo. Tre volte viene ripetuta questa idea, per ribadire con insistenza che il Signore è degno di fiducia e il suo aiuto non è vacillante, come il piede dell'uomo. Ma l'immagine del custode richiama anche il simbolo del pastore: il Signore veglia su di te come un buon pastore e custodisce le sue pecore perché non siano danneggiate (cf. Sa122). È il tuo sostegno nel cammino e, proprio se il terreno si fa accidentato, ti aiuta a camminare e sostiene il tuo passo, orientando la tua direzione.

Il Signore non lascerà vacillare il tuo piede se tu ti accompagnerai a lui, se accetterai che sia lui la tua via: egli ti custodisce nel senso che ti offre il modello e la strada, ti rivela dove andare ed è la meta a cui tendere (cf. Gv 14,6). Il Cristo risorto è il buon pastore, è lui il tuo custode: è venuto a cercare proprio te e ti ha preso sulle sue spalle, per riportarti alla santità della prima origine. Così per te prega: «Padre santo, custodisci nel tuo nome coloro che mi hai dato, perché siano una cosa sola, come noi. Quand'ero con loro, io conservavo

nel tuo nome coloro che mi hai dato e li ho custoditi» (Gv 17,11-12). Ecco il tuo custode: il Cristo, che offre se stesso per te.

### **Una presenza sempre vigile**

L'insistenza nel dire che il Signore non dorme può richiamare l'episodio di Elia sul monte Carmelo, quando il profeta deride i sacerdoti di Baal dicendo loro: «Gridate con voce più alta, perché egli è un dio! Forse è soprappensiero oppure indaffarato o in viaggio; caso mai fosse addormentato, si sveglierà!» (1Re 18,27). Baal forse dorme e ha bisogno di essere svegliato; ma YHWH no! Il Signore non dorme mai; semmai è il popolo che deve svegliarsi.

Eppure ci sono dei momenti in cui sembra che il Signore dorma. Così il profeta Isaia ripete con insistenza questo invito al Signore: «Svegliati, svegliati, rivestiti di forza, o braccio del Signore. Svegliati come nei giorni antichi, come tra le generazioni passate» (Is 51,9). In esilio il popolo si sente abbandonato e ha l'impressione che Dio si sia addormentato. E invece è proprio Gerusalemme che deve risvegliarsi dal torpore del suo peccato: «Svegliati, svegliati, alzati, Gerusalemme!» (Is 51,17); «Svegliati, svegliati, rivestiti della tua magnificenza, Sion; indossa le vesti più belle, Gerusalemme, città santa» (Is 52,1).

Nel Nuovo Testamento troviamo un bellissimo episodio narrato da Marco, in cui si dice che Gesù dormiva sulla barca in mezzo alla tempesta, mentre gli apostoli si davano un gran daffare per combattere la tempesta. Pietro lo sveglia, probabilmente anche in malo modo: «Ma Signore, non ti importa che periamo?» (Mc 4,38). Talvolta sembra proprio che Dio dorma nella nostra vita! In certi momenti dolorosi si può avere l'impressione che Dio sia assente o dorma: sembra che non si occupi di me!

Ma è una tentazione pensare che Dio stia dormendo: è invece la mia testardaggine a causare questo; sono io che dormo; io devo risvegliarmi, per riconoscere la presenza del Signore. Certe volte ti sembra di avere nella barca un Cristo che dorme e fa poco o niente, mentre tu devi fare tutto...

E invece il Signore è la tua ombra: ti segue come la tua ombra, senza mai allontanarsi da te; soprattutto ti offre un'ombra di riparo nella calura del cammino in mezzo al deserto. All'ombra delle sue ali trovi rifugio (cf. Sal 90,4). Egli è alla tua destra, è il tuo braccio destro, cioè il tuo forte sostegno nel combattimento. Ancora san Bernardo ci dice che questo salmo parla del

combattimento spirituale contro il male: il Signore stesso, però, è il prode valoroso che sta alla tua destra e combatte per te. Colui che ti vuole male non dorme e continuamente ti assedia: ma il custode di Israele ugualmente veglia e ti protegge, in ogni situazione. E il più forte è lui!

Non c'è, dunque, nulla da temere, né di giorno né di notte: nella buona e nella cattiva sorte, nella salute e nella malattia il Signore è alla tua destra (cf. Ap 7,16). Il richiamo al sole e alla luna, come cause di possibili danni, vuole racchiudere tutta l'esperienza umana. Infatti, se è facile collegare la notte al male, il salmo ricorda che anche il giorno può causare il male. Come dire: ci sono delle situazioni dolorose nella nostra vita che sono pericolose, ma ci sono delle situazioni di benessere altrettanto pericolose. La malattia fa male; ma talvolta fa male anche la salute. Perciò il Signore veglia sempre su di te, perché non è detto che quando le cose vanno come vuoi tu, tu sia al sicuro; forse il successo ti rovina di più del fallimento, forse la salute ti porta al peccato più che la malattia. In ogni caso, di giorno e di notte, il Signore ti custodisce da ogni male, dai veri mali. Non ti garantisce l'esonero dalle malattie, dalle sofferenze, dai fallimenti umani, ma ti aiuta ad attraversare ogni sofferenza.

### **Quando esci e quando entri**

Il Signore ti custodirà da ogni male,  
egli custodirà la tua vita.

Il Signore custodirà il tuo "uscire" e il tuo "entrare"

Dall'inizio alla fine il Signore è il tuo custode: da quando sei venuto fuori dal seno a quando entrerai nella tomba, dal momento in cui esci da te stesso fino a quando entrerai nella piena comunione con Dio. Il Signore è alla tua destra quando esci per il combattimento spirituale, finché tu non rientri vittorioso.

I verbi "uscire" ed "entrare" richiamano l'immagine dell'esodo. Allude all'esodo storico di Israele: Dio ha fatto uscire il popolo dall'Egitto e lo ha fatto entrare nella terra promessa. Ma si riferisce anche all'esodo pasquale del suo Cristo (Lc 91,31): il Figlio è uscito dal Padre ed è entrato nel mondo (Gv 16,28), è uscito dal mondo con la sua morte ed è entrato con la risurrezione nella gloria eterna. "Una volta sola si è addormentato a favore di tutti - afferma Agostino commentando questo salmo - e si è risvegliato per non dormire mai più".

Il Signore risorto veglia su di te, proprio durante il tuo esodo: il pellegrinaggio che hai intrapreso, infatti, è il tuo cammino di liberazione, l'uscita dalla lontananza per entrare nella comunione intima, l'uscita da te per entrare in lui. Lungo tutto il cammino il Signore garantisce la sua custodia: da ora e per sempre.

All'instabilità umana si contrappone la stabilità divina; è caratteristica nostra l'essere variabili e avere il piede vacillante; invece è caratteristica di Dio essere costante. Perciò il pellegrino non conta su di sé, ma si appoggia al Signore, al Cristo risorto, che l'Apostolo definisce «pastore e custode (epískopos) delle nostre anime» (1Pt 2,25). Così il secondo passo dall'incertezza umana si orienta alla certezza divina, mentre la preghiera di meditazione e contemplazione gode di sentire tale appoggio.

### ***Orazioni sul salmo***

- 1. Custodisci, o Signore, il nostro entrare e il nostro uscire: con misericordia concedi tutti i doni di grazia che tu sai possano servire ai tuoi figli per raggiungere la salvezza.*
- 2. Proteggi il tuo popolo, senza dormire e sonnecchiare, Signore Dio che proteggi Israele, e, perché non restiamo bruciati durante il giorno, difendici tu dagli scandali di questo mondo.*
- 3. Il nostro aiuto venga da te, Signore creatore del cielo e della terra, perché nessun infido piacere distraiga i nostri occhi dalla contemplazione dei tuoi monti e nessuna infausta passione faccia deviare i nostri passi dal cammino della fede; ma ti preghiamo: tu che non abbandoni per sonno la protezione, non essere lento a concedere la grazia.*



## L'AMORE NELLA VITA QUOTIDIANA

*Papa Francesco*

Amoris Laetitia Numeri 90-98

### **Il nostro amore quotidiano**

Nel cosiddetto inno alla carità scritto da San Paolo, riscontriamo alcune caratteristiche del vero amore:

«La carità è paziente, benevola è la carità;  
non è invidiosa, non si vanta,  
non si gonfia d'orgoglio, non manca di rispetto,  
non cerca il proprio interesse, non si adira,  
non tiene conto del male ricevuto,  
non gode dell'ingiustizia ma si rallegra della verità.  
Tutto scusa, tutto crede, tutto spera,  
tutto sopporta» (1 Cor 13,4-7).

Questo si vive e si coltiva nella vita che condividono tutti i giorni gli sposi, tra di loro e con i loro figli. Perciò è prezioso soffermarsi a precisare il senso delle espressioni di questo testo, per tentarne un'applicazione all'esistenza concreta di ogni famiglia.

### **Pazienza**

La prima espressione utilizzata è *macrothymei*. La traduzione non è semplicemente "che sopporta ogni cosa", perché questa idea viene espressa alla fine del v. 7. Il senso si coglie dalla traduzione greca

dell'Antico Testamento, dove si afferma che Dio è «lento all'ira» (Es 34,6; Nm 14,18). Si mostra quando la persona non si lascia guidare dagli impulsi e evita di aggredire. È una caratteristica del Dio dell'Alleanza che chiama ad imitarlo anche all'interno della vita familiare. I testi in cui Paolo fa uso di questo termine si devono leggere sullo sfondo del libro della Sapienza (cfr 11,23; 12,2.15-18): nello stesso tempo in cui si loda la moderazione di Dio al fine di dare spazio al pentimento, si insiste sul suo potere che si manifesta quando agisce con misericordia. La pazienza di Dio è esercizio di misericordia verso il peccatore e manifesta l'autentico potere.

Essere pazienti non significa lasciare che ci maltrattino continuamente, o tollerare aggressioni fisiche, o permettere che ci trattino come oggetti. Il problema si pone quando pretendiamo che le relazioni siano idilliache o che le persone siano perfette, o quando ci collochiamo al centro e aspettiamo unicamente che si faccia la nostra volontà. Allora tutto ci spazientisce, tutto ci porta a reagire con aggressività. Se non coltiviamo la pazienza, avremo sempre delle scuse per rispondere con ira, e alla fine diventeremo persone che non sanno convivere, antisociali incapaci di dominare gli impulsi, e la famiglia si trasformerà in un campo di battaglia. Per questo la Parola di Dio ci esorta: «Scompaiano da voi ogni asprezza, sdegno, ira, grida e maldicenze con ogni sorta di malignità» (Ef 4,31). Questa pazienza si rafforza quando riconosco che anche l'altro possiede il diritto a vivere su questa terra insieme a me, così com'è. Non importa se è un fastidio per me, se altera i miei piani, se mi molesta con il suo modo di essere o con le sue idee, se non è in tutto come mi aspettavo. L'amore comporta sempre un senso di profonda compassione, che porta ad accettare l'altro come parte di questo mondo, anche quando agisce in un modo diverso da quello che io avrei desiderato.

### **Atteggiamento di benevolenza**

Segue la parola *chresteuetai*, che è unica in tutta la Bibbia, derivata da *chrestos* (persona buona, che mostra la sua bontà nelle azioni).

Però, considerata la posizione in cui si trova, in stretto parallelismo con il verbo precedente, ne diventa un complemento. In tal modo Paolo vuole mettere in chiaro che la “pazienza” nominata al primo posto non è un atteggiamento totalmente passivo, bensì è accompagnata da un’attività, da una reazione dinamica e creativa nei confronti degli altri. Indica che l’amore fa del bene agli altri e li promuove. Perciò si traduce come “benevola”.

Nell’insieme del testo si vede che Paolo vuole insistere sul fatto che l’amore non è solo un sentimento, ma che si deve intendere nel senso che il verbo “amare” ha in ebraico, vale a dire: “fare il bene”. Come diceva sant’Ignazio di Loyola, «l’amore si deve porre più nelle opere che nelle parole».[106] In questo modo può mostrare tutta la sua fecondità, e ci permette di sperimentare la felicità di dare, la nobiltà e la grandezza di donarsi in modo sovrabbondante, senza misurare, senza esigere ricompense, per il solo gusto di dare e di servire.

Guarendo l’invidia

Quindi si rifiuta come contrario all’amore un atteggiamento espresso con il termine *zelos* (gelosia o invidia). Significa che nell’amore non c’è posto per il provare dispiacere a causa del bene dell’altro (cfr At 7,9; 17,5). L’invidia è una tristezza per il bene altrui che dimostra che non ci interessa la felicità degli altri, poiché siamo esclusivamente concentrati sul nostro benessere. Mentre l’amore ci fa uscire da noi stessi, l’invidia ci porta a centrarci sul nostro io. Il vero amore apprezza i successi degli altri, non li sente come una minaccia, e si libera del sapore amaro dell’invidia. Accetta il fatto che ognuno ha doni differenti e strade diverse nella vita. Dunque fa in modo di scoprire la propria strada per essere felice, lasciando che gli altri trovino la loro.

In definitiva si tratta di adempiere quello che richiedevano gli ultimi due comandamenti della Legge di Dio: «Non desidererai la casa del tuo prossimo. Non desidererai la moglie del tuo prossimo, né il suo

schiavo né la sua schiava, né il suo bue né il suo asino, né alcuna cosa che appartenga al tuo prossimo» (Es 20,17). L'amore ci porta a un sincero apprezzamento di ciascun essere umano, riconoscendo il suo diritto alla felicità. Amo quella persona, la guardo con lo sguardo di Dio Padre, che ci dona tutto «perché possiamo goderne» (1 Tm 6,17), e dunque accetto dentro di me che possa godere di un buon momento. Questa stessa radice dell'amore, in ogni caso, è quella che mi porta a rifiutare l'ingiustizia per il fatto che alcuni hanno troppo e altri non hanno nulla, o quella che mi spinge a far sì che anche quanti sono scartati dalla società possano vivere un po' di gioia. Questo però non è invidia, ma desiderio di equità.

### **Senza vantarsi o gonfiarsi**

Segue l'espressione *perpereuetai*, che indica la vanagloria, l'ansia di mostrarsi superiori per impressionare gli altri con un atteggiamento pedante e piuttosto aggressivo. Chi ama, non solo evita di parlare troppo di sé stesso, ma inoltre, poiché è centrato negli altri, sa mettersi al suo posto, senza pretendere di stare al centro. La parola seguente – *physioutai* – è molto simile, perché indica che l'amore non è arrogante. Letteralmente esprime il fatto che non si “ingrandisce” di fronte agli altri, e indica qualcosa di più sottile. Non è solo un'ossessione per mostrare le proprie qualità, ma fa anche perdere il senso della realtà. Ci si considera più grandi di quello che si è perché ci si crede più “spirituali” o “saggi”. Paolo usa questo verbo altre volte, per esempio per dire che «la conoscenza riempie di orgoglio, mentre l'amore edifica» (1 Cor 8,1). Vale a dire, alcuni si credono grandi perché sanno più degli altri, e si dedicano a pretendere da loro e a controllarli, quando in realtà quello che ci rende grandi è l'amore che comprende, cura, sostiene il debole. In un altro versetto lo utilizza per criticare quelli che si “gonfiano d'orgoglio” (cfr 1 Cor 4,18), ma in realtà hanno più verbosità che vero “potere” dello Spirito (cfr 1 Cor 4,19).

E' importante che i cristiani vivano questo atteggiamento nel loro modo di trattare i familiari poco formati nella fede, fragili o meno sicuri nelle loro convinzioni. A volte accade il contrario: quelli che, nell'ambito della loro famiglia, si suppone siano cresciuti maggiormente, diventano arroganti e insopportabili. L'atteggiamento dell'umiltà appare qui come qualcosa che è parte dell'amore, perché per poter comprendere, scusare e servire gli altri di cuore, è indispensabile guarire l'orgoglio e coltivare l'umiltà. Gesù ricordava ai suoi discepoli che nel mondo del potere ciascuno cerca di dominare l'altro, e per questo dice loro: «tra voi non sarà così» (Mt 20,26). La logica dell'amore cristiano non è quella di chi si sente superiore agli altri e ha bisogno di far loro sentire il suo potere, ma quella per cui «chi vuole diventare grande tra voi, sarà vostro servitore» (Mt 20,27). Nella vita familiare non può regnare la logica del dominio degli uni sugli altri, o la competizione per vedere chi è più intelligente o potente, perché tale logica fa venir meno l'amore. Vale anche per la famiglia questo consiglio: «Rivestitevi tutti di umiltà gli uni verso gli altri, perché Dio resiste ai superbi, ma dà grazia agli umili» (1 Pt 5,5).

## LA VIGILANZA

Carlo Maria Martini, *Sto alla Porta e busso*, n.7-9

Vigilare significa anzitutto vegliare, stare desti, rimanere all'erta. L'immagine più immediata è quella di chi non si lascia sorprendere dal sonno quando il pericolo incombe o un fatto straordinario ed emozionante sta per accadere. Vigilare significa badare con amore a qualcuno, custodire con ogni cura qualche cosa di molto prezioso, farsi presidio di valori importanti che sono delicati e fragili. Vigilare impegna comunque a fare attenzione, a diventare perspicaci, a essere svegli nel capire ciò che accade, acuti nell'intuire la direzione degli eventi preparati a fronteggiare l'emergenza.

Rimanere svegli, essere attenti avere cura, vegliare dunque: veglia la sposa che attende lo sposo, la madre che attende il figlio lontano, la sentinella che scruta nel cuore della notte; veglia l'infermiere accanto al malato, il monaco nella preghiera notturna; vegliano gli uomini e le donne che sono pronti a raccogliere i segnali di aiuto dei loro amici nel pericolo, dei loro fratelli nel dolore, del loro prossimo nella difficoltà; veglia la comunità dei credenti che è rapida nel reagire alla tiepidezza e alla stanchezza che l'allontanano dall'amore degli inizi. Veglia una società civile che coglie prontamente i segni del proprio degrado, che si erge contro la corruzione dilagante, che contrasta la disaffezione nei confronti del bene comune, che non si rassegna alla deriva delle sue istituzioni pubbliche e alla casualità dei suoi ritmi vitali, che poi significano sempre il trionfo dei prepotenti e dei furbi.

Vigilare è la capacità di ritornare a prendersi il tempo necessario per aver cura della qualità non puramente clinica e commerciale della vita. Il tempo per imparare a riconoscere il significato delle nostre emozioni impulsivi, tensioni per non rimuoverle troppo in fretta anestetizzando l'eventuale disagio che ci procurano, e rendendo così sterile la profondità dell'esperienza nella quale esse potrebbero introdurci. L'abitudine al consumo superficiale dei sentimenti ci rende fragili; assegnare all'occasionale immediatezza delle emozioni un ruolo decisivo per la nostra identificazione e la nostra condotta ("io adesso mi sento così, faccio così

decido così") ci espone al grave rischio di conferire alla pressione delle circostanze un potere assoluto sul nostro destino. Se non siamo vigili, saranno i nostri riflessi condizionati, e non il nostro io, a decidere per noi. Compito incongruo con la dignità dell'uomo e curiosamente contraddittorio nei confronti della gelosa difesa della libertà individuale, che segna irrevocabilmente la nostra cultura.

Dalla sterilità delle emozioni e dall'illusione alla quale si espone una vita sentimentale priva di discernimento, ci protegge la vigile cura del tempo vissuto. Si può tuttavia dire che tutti i modi di vegliare, che esemplificano le qualità essenziali del vigilare, sono come momenti particolari di quella grande veglia che è l'esistenza umana di fronte al tempo definitivo che viene: il tempo della vita eterna con Dio, che è come la "grande festa" della vita, alla quale ogni uomo che viene nel mondo è destinato, in attesa di esservi formalmente invitato non appena è in grado di prendere da solo la propria decisione.

Espressione della dimensione vegliare del tempo vissuto è l'attesa cristiana del Signore che viene: nel fluire del tempo, per riscattare il desiderio dell'uomo e restituirlo alla propria libertà; alla fine del tempo, per sigillare il tempo dell'attesa e la reciproca speranza di una comunione irrevocabile.

Vigilare è perciò disponibilità a coltivare, senza censurarne l'emozione che prima o poi sfiora ogni uomo, il presentimento di una profondità della vita e del tempo, dei gesti e delle cose, del corpo e dell'anima, che risuona alla nostra coscienza come una promessa. Una verità del tempo vissuto, che non ci proietta semplicemente "al di là", oltre le opere e i giorni che scandiscono i ritmi della nostra vita quotidiana, bensì percorre la loro trama con il filo prezioso di delicati trasalimenti e di folgoranti intuizioni

Molti eventi, certo, battono alla mia porta: per tante cose mi è chiesto di avere tempo e in tanti modi mi viene offerto di dividerlo e di cederlo. Nel tempo della nostra esistenza qualcuno bussa sempre alla nostra porta e questo bussare, nei momenti decisivi, ci appare enigmatico e anonimo. Gli uomini parlano della "fortuna" che bussa alla porta, più spesso del "destino"; in ogni caso, e per tutti, si tratta della fine del tempo e della morte, che accetta talvolta un'ultima sfida a scacchi - come nel noto film di Bergman -, ma che infine non aspetta affatto di essere invitata per entrare nella nostra casa.

Se però rimango vigile, e cerco di tenere desti i sensi e lo spirito di fronte a tutto ciò che il tempo conduce in prossimità della mia casa, nei colpi che risuonano alla porta potrò riconoscere la voce del Signore, e distinguerne il tono amico che chiede a ogni istante di poter entrare. L'angoscia del futuro e della morte allenterà così la sua stretta mortale, e l'ansia del presente si scioglierà nell'emozionante tensione dell'attesa.

La solitudine nella quale finiamo per trovarci può essere vinta se noi veniamo a sapere che qualcuno sta alla porta del nostro tempo con intenzione amica; se impariamo ad ascoltare, la sua voce vince la paura e rompe l'isolamento. Allora io non sono più prigioniero del tempo, ostaggio di un destino anonimo che avvolge le cose in effimero transito attraverso la caducità. Qualcuno bussa alla mia porta per dividere il suo tempo con me e dare al mio tempo una dignità e una prospettiva che mai avrei osato sperare. Se imparo a coltivare l'attesa, a vivere il tempo sostando nella affettuosa contemplazione del Signore, come fa la Sposa, e nell'operoso ascolto dello Spirito, che risveglia le membra intorpidite dall'ombra della morte, posso fare ben più che sopravvivere alla paura e fronteggiare l'angoscia. Posso vegliare su ciò che ho di più prezioso, custodendo i valori che ho già imparato ad apprezzare, arricchendo i talenti che mi sono stati affidati.

Nella prospettiva del Signore che viene, il tempo si dilata, Si ricompone nella pace, assume qualità e prospettive che riconciliano gli affetti del cuore con la sapienza delle cose. L'esperienza del tempo non scorre più alla superficie dei sensi fino a declinare nella malinconia dello spirito, perché diventa esperienza sapida e profonda della vita presente, che è certamente una vita mortale, ma non destinata alla morte. E' una vita che proprio il tempo conduce verso la vita di Dio, la stessa di cui vive il Figlio che è diventato un uomo per sempre; verso la vita dello Spirito che custodisce gelosamente per noi tutti gli affetti e gli effetti dell'amore, in vista della risurrezione della carne. Ne parleremo più specificamente nel prossimo