

# KAIRÒS

## LO SPIRITO SANTO VI ACCOMPAGNERÀ

110

Anno XIX, (3) Pasqua – Maggio 2017

---

### INDICE

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

*Ho ancora molte cose da dirvi  
Le parole non dette  
Don Severino Pagani*

#### **La Lectio divina**

*Viaggiare di giorno e di notte  
Il camino di una vita  
(Giosuè)*

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

*Il Signore protegge quanti lo amano  
Salmo 145 (144)*

#### **La lettura spirituale**

*Vivere nello Spirito  
Henri J. M. Nouwen*



## I GIGLI DEL CAMPO

---

*don Severino Pagani*

*Ha mandato lo Spirito Santo,  
primo dono ai credenti,  
a perfezionare la sua opera nel mondo.*

*Il Signore camminava davanti a loro  
di giorno con una colonna di nube  
per guidarli sulla via da percorrere,  
e di notte con una colonna di fuoco per far loro luce,  
così che potessero viaggiare giorno e notte.  
(Es 13,21)*

*"Ho ancora molte cose da dirvi.  
Quando verrà lo Spirito di verità  
egli vi guiderà alla verità tutta intera"  
(Gv 16,12s)*

Ai discepoli del Signore,

Carissimi,

mi piacerebbe, in questo tempo di Pasqua, scrutare con voi *il dono dello Spirito*: lo spirito santo, lo spirito del Cristo risorto, colui che con il passare degli anni ci guiderà alla *verità tutta intera*. Infatti *ha ancora molte cose da dirci*, perché ci sono delle cose che non abbiamo ancora capito (Gv 16,12).

*Il senso del cammino: sentirsi guidati*. Lo Spirito di Cristo risorto, ci conduce. La vita è veramente un cammino. Non siamo fermi, di continuo ci vengono aperti spazi nuovi, nuove sensazioni interiori, stati d'animo diversi. A volte sono benefici, altre volte disorientano e fanno anche male. In tutto questo è importante percepire che siamo guidati. Qualcuno sempre ci introduce e ci accompagna, anche nei passaggi difficili. Lo Spirito ci modella attraverso le cose, le esperienze

che ci capitano e le persone che incontriamo. Lo Spirito scrive lentamente dentro di noi una legge interiore, ci dà la carità, la pazienza, la forza di vivere. Lo Spirito difende Cristo in noi, sempre da capo ci persuade ancora di fronte ai nostri dubbi e alla nostra infermità; ci fa vedere e così dà il timore, la fortezza, la pietà; infonde la pace.

*La lotta e il cammino.* L'uomo è in cammino in passaggi pieni di insidie, di smarrimenti, di apatie, di stanchezza dell'anima. L'idea della lotta e del cammino non si giustappongono. E' un cammino tra nemici, tra pericoli, tra difficoltà da evitare o da superare. La vita è una lotta sottile, continua, talvolta estenuante. Carissimi forse pensiamo troppo poco al dono della Spirito santo, forse lo preghiamo poco perché ci faccia superare tutto quello che ci è nocivo. Cantiamo nel Veni Creator: *ductore sic te prævio, vitemus omne noxium; che significa: tu ci precedi nel cammino, perché possiamo evitare ciò che ci fa male.* Lo Spirito ci guida per una strada giusta e sicura; ci aiuta a discernere il sentiero che conduce alla meta. Egli cammina davanti a noi, come la colonna di fuoco davanti al popolo ebreo quando usciva dall'Egitto. Carissimi, dobbiamo tenere vivo, nella quotidianità e nella apparente monotonia dei giorni il senso audace di questo cammino.

*La coscienza della nostra fragilità.* A volte le situazioni in cui ci troviamo sono difficili e noi dobbiamo renderci conto delle nostre fragilità. Scoprire quanto si è fragili, senza per questo sentirsi smarriti, è un segno di grande maturità. È veramente un miracolo la fede: questo essere di continua nel *mondo* con lo sguardo di Dio, questo portare nella carne la *debolezza della morte*, questo reggere continuo in una cultura dominante che non aiuta la fede e il continuo combattere con la parte più *carnale* di noi, che si esalta e subito appassisce. Lo Spirito ci aiuta a scegliere quali sono i passi giusti e i passi falsi, ci aiuta a decifrare la direzione del cammino, e poi a tenerla questa direzione, perché sia «secondo Dio». Si invoca così la «visita» dello Spirito su di noi: perché sia per noi la guida del figlio di Dio «in questo mondo». Questa «visita», o questo aspetto della

«visita» dello Spirito è ciò che la teologia dei doni considerava come «consiglio». La visita, che dà «consiglio» - *mentes tuorum visita* -. è invocata per discernere i passi da fare, nei tempi e tra i tempi, nelle situazioni concrete di difficoltà, durante il pellegrinare della vita.

*La retta interpretazione degli avvenimenti.* Lo Spirito ci aiuta ad operare una lettura concreta della realtà, che sia secondo il Vangelo. E' invocata di fronte al senso della fragilità a cui è esposta ogni nostra decisione. E questa decisione deve avvenire seconda il dono della *prudenza*, cioè la capacità di discernere in concreto la volontà di Dio: applicando il senso generale del Vangelo in ogni nostra particolare situazione; domandandosi che cosa significa operare secondo il senso di Dio. Allora, dire «secondo il consiglio dello Spirito» è lo stesso che dire «secondo il pensiero di Gesù Cristo». Lo Spirito del consiglio è quello che dà il coraggio e la capacità di interpretare realisticamente la situazione, secondo Dio. Quando non sappiamo come interpretare le situazioni e che cosa fare, lo Spirito ci darà la luce per scegliere e la forza per agire.

*La dolcezza spirituale.* Carissimi, con il dono dello Spirito scopriamo infine il senso della «dolcezza». La *dolcezza spirituale* nasce dalla questa forza interiore e produce in noi il senso vero della pietà; quella *pietas* che nasce dal poter contare su Dio, e che dona alla nostra libertà un grande senso di affidamento e di abbandono. Questa dolcezza spirituale ci affina nella vita con il passare degli anni; ci rende avveduti e forti, ma una forza piena dolcezza. Diventiamo desiderati dai nostri fratelli, la nostra dolcezza è n balsamo anche per la loro vita. Con affetto, don Severino.

## VIAGGIARE DI GIORNO E DI NOTTE

### 1. OBBEDIREMO ALLA SUA VOCE

#### *Dal libro di Giosué*

*Giosuè disse a tutto il popolo: «Dice il Signore, Dio d'Israele: I vostri padri come Terach padre di Abramo e padre di Nacor abitarono dai tempi antichi oltre il fiume e servirono altri dei. Io presi il padre vostro Abramo da oltre il fiume e gli feci percorrere tutto il paese di Canaan; moltiplicai la sua discendenza e gli diedi Isacco. Ad Isacco diedi Giacobbe ed Esaù e assegnai ad Esaù il possesso delle montagne di Seir; Giacobbe e i suoi figli scesero in Egitto. Poi mandai Mosè ed Aronne e colpì l'Egitto con i prodigi che feci in mezzo ad esso; dopo vi feci uscire. Feci dunque uscire dall'Egitto i vostri padri e voi arrivaste al mare. Gli Egiziani inseguirono i vostri padri con carri e cavalieri fino al Mar Rosso. Quelli gridarono al Signore ed egli pose fitte tenebre tra voi e gli Egiziani, poi spinsi sopra loro il mare, che li sommerse; i vostri occhi videro ciò che io avevo fatto agli Egiziani. Dimoraste lungo tempo nel deserto.*

*Io vi condussi poi nel paese degli Amorrei che abitavano oltre il Giordano; essi combatterono contro di voi e io li misi in vostro potere... Temete dunque il Signore e servitelo in integrità e fedeltà; eliminate gli dei che i vostri padri servirono oltre il fiume e in Egitto e servite il Signore. Se vi dispiace di servire il Signore, scegliete oggi chi volete servire: se gli dei che i vostri padri servirono oltre il fiume oppure gli dei degli Amorrei, nel paese dei quali abitate. Quanto a me e alla mia casa, vogliamo servire il Signore». (cfr. Gs 24,2-24)*

Ripercorri davanti al Signore le tappe più significative della tua vita. La nostra storia è un bel libro di preghiera. La contemplazione e la lode, per tutto quello che ha fatto il Signore nella tua vita, animeranno in te momenti intensi di preghiera. Ringrazierai per aver accolto la fede e la vocazione e disporrai il tuo cuore verso nuove promesse.

### **1. L'iniziativa**

Il Signore ha avuto l'iniziativa e ti è venuto incontro: ti ha preso, ti ha fatto percorrere, ha moltiplicato in te la forza, ti ha dato un futuro. *Ti adoro, mio Dio.* Prego così: Signore, inizio assoluto e sovrano della mia vita, Autore della mia libertà, mi sei venuto incontro e mi hai raccolto dalla mia povertà e dalla mia miseria. Mi hai voluto, mi hai chiamato prima ancora che io ti conoscessi, perchè volevi che fossi tuo. Poni su me la tua mano, metti la tua parola sulle mie labbra. Riempi del tuo amore il mio cuore. Che io non abbia altri che Te. Tu sei la gloria. Tu sei la pace. Tu sei la libertà. Ti adoro, mio Dio.

### **2. La difficoltà**

Il Signore ti ha accompagnato attraverso le difficoltà: non ti ha lasciato solo, ha mandato per te chi ti aiutasse, ti ha fatto uscire dalle disagi che hai incontrato, ti ha fatto arrivare fin qui, e i tuoi occhi vedono la sua grandezza. Hai dimorato a lungo nella vita ordinata e sobria di questi anni, giorni raccolti e fecondi. *Ti amo con tutto il cuore.* Prego così: Signore, mi hai accompagnato giorno per giorno, mi sei venuto incontro quando ero ancora lontano, mi hai sottratto infinite volte alla mia povertà e ai miei peccati. Mi hai sostenuto nelle difficoltà, mi hai umiliato nel mio orgoglio, hai suscitato in me il desiderio del perdono. Hai fatto festa ai miei numerosi ritorni. Che io non abbia altri che Te. Tu sei la roccia. Tu sei il sostegno. Tu sei la misericordia. Ti amo con tutto il cuore.

### 3. L'eredità

Il Signore ti ha guidato verso una eredità da ricevere: nella paziente ricerca sulla tua vocazione sei stato condotto per mano, ha combattuto le tue battaglie, hai preso possesso di nuovi traguardi, hai creduto alla promessa della tua vocazione, hai ricevuto una terra dove abitare nella vita, hai ricevuto il luogo della tua fecondità. *Ti ringrazio di avermi creato.* Prego così: Signore mi hai introdotto alla tua santa eredità. Non sono più uno straniero. Non sono più un ospite. In Gesù Cristo, mi hai reso tuo figlio. Questa è la mia gloria, più grande di ogni fama. Ti ringrazio, o Signore, per questa nuova creazione: sostieni in me in cuore puro e uno spirito forte. Che io non abbia altri che Te. Tu sei la vita. Tu sei la perseveranza. Tu sei l'attesa. Ti ringrazio di avermi creato.

### 4. La proposta

Il Signore rinnova la sua proposta con te, ti chiede un ulteriore coraggio. Quattro passaggi ti stanno sempre davanti: temere il Signore, eliminare gli dei, servirlo in integrità, seguirlo in fedeltà. *Fatto cristiano.* Prego così: Signore, riprendimi alla tua sequela. Ripetimi la parola con la quale hai suscitato in me la speranza. Proclama ancora per me le tue beatitudini. Insegnami a lasciare il padre e la madre, la donna e la terra. Insegnami ad amare la croce per entrare nel Regno. Dona integrità alla mia vita e fedeltà ai miei giorni. Voglio vederti, Gesù. Che io non abbia altri che te. Tu sei il mio Dio. Tu sei il mio fratello. Tu sei il mio Signore. Ti ringrazio perchè mi hai fatto cristiano.

### 5. La risposta

Il Signore ti domanda una risposta precisa: il rinnovamento del tuo atto di fede. Dirai, nella fede corale della Chiesa: " Noi vogliamo servire il Signore, perchè Egli è il nostro Dio. Noi siamo testimoni che ci siamo scelti il Signore. Serviremo il Signore e obbediremo alla sua

voce". *Conservato fino a questo giorno.* Prego così: Signore, mi domandi nuove risposte e un nuovo affidamento. Io mi abbandono a te. Fa di me ciò che ti piace. Oggi, domani e sempre voglio ubbidire alla tua voce: vocazione per me e dono per la Chiesa. So che non mi abbandonerai. So che la mia ferita verrà risanata dalla tua grazia. So che sei fedele. Che cosa ti renderò, per quello che mi hai dato? Se Tu vorrai, prenderò il calice della salvezza, e invocherò per sempre il tuo nome. Signore, che io non abbia altri che Te. Tu sei la luce. Tu sei la forza. Tu sei la fedeltà. Ti preoccuperai di me fino all'ultimo giorno.

## 2. ANIMATI DA UNO SPIRITO DI FEDE

### ***Dalla seconda lettera di S. Paolo ai Corinzi***

*Per la misericordia che ci è stata usata, non ci perdiamo d'animo; al contrario, rifiutando le dissimulazioni vergognose, senza comportarci con astuzia né falsificando la Parola di Dio, ma annunciando apertamente la verità, ci presentiamo davanti a ogni coscienza, al cospetto di Dio... Noi infatti non predichiamo noi stessi, ma Cristo Gesù Signore; quanto a noi, siamo i vostri servitori per amore di Gesù. E Dio che disse: Rifulga la luce dalle tenebre, rifulse nei nostri cuori, per far risplendere la conoscenza della gloria divina che rifulge sul volto di Cristo.*

*Però noi abbiamo questo tesoro in vasi di creta, perchè appaia che questa potenza straordinaria viene da Dio e non da noi. Siamo infatti tribolati da ogni parte, ma non schiacciati; siamo sconvolti, ma non disperati; perseguitati, ma non abbandonati; colpiti, ma non uccisi, portano sempre e dovunque nel nostro corpo la morte di Gesù, perché anche la vita di Gesù si manifesti nel nostro corpo. Sempre infatti, noi che siamo vivi, veniamo esposti alla morte a causa di Gesù, perché anche la vita di Gesù sia manifesta nella nostra carne mortale. Di modo che in noi opera la morte, in voi la vita.*

*Animati tuttavia da quello stesso spirito di fede di cui sta scritto: Ho creduto, perciò ho parlato, anche noi crediamo e perciò parliamo, convinti che colui che ha resuscitato il Signore Gesù, risusciterà anche noi con Gesù e ci porrà accanto a lui insieme con voi.... Per questo non ci scoraggiamo, ma se anche il nostro uomo esteriore si va disfaccendo, quello interiore si rinnova di giorno in giorno. Infatti il momentaneo, leggero peso della nostra tribolazione, ci procura una quantità smisurata ed eterna di gloria, perché noi non fissiamo lo sguardo sulle cose visibili, ma su quelle invisibili. Le cose visibili sono di un momento, quelle invisibili sono eterne. (2 Cor 4,1-18)*

### **1. La misericordia che ci è stata usata.**

Soltanto nella pienezza della sua maturità di uomo una persona può rendersi veramente conto di quanto ha ricevuto dal Signore. In questa tua stagione della vita puoi già intuire però, che non sei mai stato da solo, ma Dio, da sempre ti ha usato misericordia. Dovrai passare ancora attraverso successive evoluzioni della tua personalità per arrivare ad un assetto più definitivo. Il Signore ti usa sempre misericordia. Sia lontana da te ogni arroganza e ogni presunzione, ti accompagni la discrezione delle parole e l'umiltà del cuore, perché attraverso di te possa trasparire lo Spirito del Signore. Prega lo Spirito Santo perché ti mantenga discreto e umile, attento ad ascoltare e a condividere

### **2. Noi infatti non predichiamo noi stessi.**

Essere cristiani significa far avanzare un Altro. L'apostolo non è un uomo geniale, ma un messaggero vincolato al suo incarico. "La vocazione di un apostolo è un fatto paradossale, che nel primo e nell'ultimo istante della sua vita sta al di fuori della sua identità personale con se stesso" (Kierkegaard). È un'impresa difficile spendere continuamente se stessi per annunciare un altro. Parteciperai alla vita del mondo. Infatti per l'apostolo "l'esserci del

mondo diventa un problema con il quale deve cimentarsi; e l'esserci di Dio diventa una speranza, per la quale deve lottare. Non si tratta di far trionfare e di diffondere la sua convinzione, ma di rendere testimonianza alla fedeltà di Dio, che egli ha incontrato in Cristo, e verso la quale non appena l'ha conosciuta, è diventato debitore di una fedeltà corrispondente" (K.Barth, L'Epistola ai Romani, Feltrinelli, Milano 1974,p.7).

I cristiani "sono chiamati alla santità, non appartengono più a se stessi, né al vecchio mondo che passa, ma a colui che li ha chiamati. Anche per essi il Figlio dell'uomo è insediato come figlio di Dio, mediante la potenza della Risurrezione. Anch'essi sono, qui e ora, prigionieri della conoscenza della grande miseria e della grande speranza, anch'essi sono a modo loro, prescelti e isolati per Dio. Anch'essi partono dalla nuova premessa: «grazia e pace da Dio nostro Padre e dal Signore Gesù Cristo». Possa questa premessa «accadere» sempre di nuovo! Possa la loro pace essere il loro turbamento, e il loro turbamento essere la loro pace!" (Id. pp 7-8).

### **3. Abbiamo questo tesoro in vasi di creta.**

Ricordarsi veramente della fragilità della tua persona nell'accogliere la grazia di Dio: sarà la una tua costante attenzione, perché il dono non venga sciupato. Senza umiltà le ipocrisia crescono, senza umiltà le presunzioni si moltiplicano, senza umiltà le pretese aumentano e il sacerdozio non rimane più un dono dal quale la nostra oblazione incondizionata viene continuamente ispirata e la nostra bramosia di successo viene continuamente dilatata. Nell'umiltà si cresce, nell'umiltà ci si approfondisce, nell'umiltà si acquistano le trasparenze interiori per comprendere noi stessi. La via maestra per diventare umili è l'accoglienza delle umiliazioni: come reagisci di fronte ad esse? Sei disposto ad ascoltare veramente?

#### **4. Ho creduto, perciò ho parlato.**

Esiste un parlare difficile, dal quale si vorrebbe sempre fuggire; un parlare che sta o cade soltanto nella misura della fede. Tu sei chiamato a parlare perché sei stato chiamato a credere. Ti disponi ad una scelta che a poco a poco affida la tua vita alla causa dell'Evangelo di Dio. Non sciupare le parole, non renderle vuote, possa il Signore custodire le tue labbra, perché sei chiamato a consegnare agli uomini la buona e gioiosa verità di Dio.

#### **5. Noi non fissiamo lo sguardo sulle cose visibili.**

Guardiamo alle cose invisibili perché ci sentiamo protesi verso l'ultima speranza per l'uomo e per il mondo: la vita eterna. Ci sentiamo figli della risurrezione. Infatti non la morte dell'uomo, ma la risurrezione di Cristo è il criterio fondamentale della nostra maniera di vivere e di morire. Ciò che è già dato e ciò che non è ancora compiuto diventa la nostra preoccupazione e l'istanza della nostra missione. Le cose che passano, perché sono di «un momento», non riusciranno a sviare l'attenzione o a distrarre l'impegno dal morire quotidiano per essere con Cristo, nonostante «il leggero peso» della tribolazione, che inevitabilmente l'apostolo incontra nel suo cammino.

## LA PREGHIERA DEL SALMO

## IL SIGNORE PROTEGGE QUANTI LO AMANO

## Salmo 145 (144)

*Vi ho chiamati amici,  
perché tutto quello che chiederete al Padre  
nel mio nome ve lo conceda  
(Gv 15,15)*

<sup>1</sup> *Lode. Di Davide.*

*Alef* O Dio, mio re, voglio esaltarti  
e benedire il tuo nome in eterno e per sempre.

*Bet* <sup>2</sup> *Ti voglio benedire ogni giorno,  
lodare il tuo nome in eterno e per sempre.*

*Ghimel* <sup>3</sup> Grande è il Signore e degno di ogni lode;  
senza fine è la sua grandezza.

*Dalet* <sup>4</sup> **Una generazione narra all'altra le tue opere,  
annuncia le tue imprese.**

*He* <sup>5</sup> Il glorioso splendore della tua maestà  
e le tue meraviglie voglio meditare.

*Vau* <sup>6</sup> Parlino della tua terribile potenza:  
anch'io voglio raccontare la tua grandezza.

*Zain* <sup>7</sup> Diffondano il ricordo della tua bontà immensa,  
acclamino la tua giustizia.

- Het*<sup>8</sup> Misericordioso e pietoso è il Signore,  
lento all'ira e grande nell'amore.
- Tet*<sup>9</sup> Buono è il Signore verso tutti,  
la sua tenerezza si espande su tutte le creature.
- Iod*<sup>10</sup> Ti lodino, Signore, tutte le tue opere  
e ti benedicano i tuoi fedeli.
- Caf*<sup>11</sup> Dicano la gloria del tuo regno  
e parlino della tua potenza,
- Lamed*<sup>12</sup> per far conoscere agli uomini le tue imprese  
e la splendida gloria del tuo regno.
- Mem*<sup>13</sup> Il tuo regno è un regno eterno,  
il tuo dominio si estende per tutte le generazioni.
- Nun* Fedele è il Signore in tutte le sue parole  
e buono in tutte le sue opere.
- Samec*<sup>14</sup> Il Signore sostiene quelli che vacillano  
e rialza chiunque è caduto.
- Ain*<sup>15</sup> Gli occhi di tutti a te sono rivolti in attesa  
e tu dai loro il cibo a tempo opportuno.
- Pe*<sup>16</sup> Tu apri la tua mano  
e sazi il desiderio di ogni vivente.
- Sade*<sup>17</sup> Giusto è il Signore in tutte le sue vie  
e buono in tutte le sue opere.
- Kof*<sup>18</sup> Il Signore è vicino a chiunque lo invoca,  
a quanti lo invocano con sincerità.

- Res* <sup>19</sup> Appaga il desiderio di quelli che lo temono,  
ascolta il loro grido e li salva.
- Sin* <sup>20</sup> Il Signore custodisce tutti quelli che lo amano,  
ma distrugge tutti i malvagi.
- Tau* <sup>21</sup> Canti la mia bocca la lode del Signore  
e benedica ogni vivente il suo santo nome,  
in eterno e per sempre.

### ***Lectio sul salmo***

#### **Prima lettura: la vicenda di Israele**

È un *salmo alfabetico*: ogni versetto inizia con una lettera dell'alfabeto ebraico: è il segno che si vuole raccontare e celebrare l'alleanza in maniera completa, senza dimenticare nessuna parola. I giudei leggono questo salmo tutti i giorni nell'ufficio del mattino, per rispondere all'invito che si dice all'inizio del salmo. *“Ogni giorno ti benedirò”*

Il vocabolario della lode di questo “inno” è di grande densità: esaltare, benedire, lode, narrare, dire, proclamare. Il salmista non può trattenersi dal rendere gloria, al suo re che è Dio.

Ne vanta la *gloria* e la *maestà*, la *grandezza* e la *potenza*, lo *splendore* e tutte le *qualità regali*. Ma insieme ne canta anche la *bontà*, la *giustizia*, la *tenerezza*, la *pietà*, l'*amore*, la *fedeltà*, la *vicinanza*, tutte le *qualità* che si addicono ad *un padre*

Dio è re, ma è un re che manifesta le caratteristiche di un padre, che pone la sua potenza al servizio del suo amore, e diffonde la sua benedizione su tutta l'umanità. Non è un potente dominatore, ma è un creatore della vita. L'alleanza narra la vicenda di questa storia di amore, di generazione in generazione: è la storia della gloria-manifestazione di Dio.

## **Seconda lettura: il mistero di Cristo**

Gesù deve averlo recitato migliaia di volte questo salmo. Il vangelo ci mostra che Gesù è per eccellenza l'uomo rivolto verso Dio. E questo salmo descrive il ritratto di Gesù, *il volto della misericordia di Dio*. E' il segno e la presenza della *sua fedeltà*

*Gesù è fedele a Dio in tutte le sue parole e buono in tutte le sue opere. Gesù è buono, è il Signore verso tutti, la sua tenerezza si espande su tutte le creature.* Il vangelo ricorda come la folla ascoltava volentieri Gesù che parlava e, come dice il salmo: *gli occhi di tutti a te sono rivolti in attesa.*

Gesù è colui che dà *il cibo al tempo opportuno*: il pensiero va immediatamente al pane quotidiano richiesto nel Padre nostro, e più ancora al pane dell'eucaristia.

Gesù è l'inviato dal padre, senza voleri personali, ma con il desiderio di fare la sua volontà è colui che *Il Signore è vicino a chiunque lo invoca, a quanti lo invocano con sincerità.* È colui che appaga il desiderio di quelli che lo temono, *ascolta il loro grido e li salva.*

Gesù è Il Signore che *custodisce tutti quelli che lo amano.* La tenerezza di Dio di cui parla il salmo trova in Gesù la sua incarnazione vivificante e misericordiosa. *Gesù sostiene quelli che vacillano, e rialza chiunque è caduto.* In questo salmo si parla del Re: Gesù parlava spesso del Regno di Dio, in maniera misteriosa e affascinante e il salmo 144 ne esalta la grandezza, la verità e la bontà.

## **Terza lettura: la nostra condizione umana**

Il mondo moderno, segnato da un predominante pensiero ateo e indifferente, è tentato di escludere ogni lode. Noi viviamo nel contesto della crisi e della critica, più che non nel contesto della lode e della riconoscenza. Da più parti si incomincia a cogliere questa esperienza di assoluta autonomia come qualcosa di tragico.

Questo salmo aiuta a riscoprire nuovamente la *trascendenza*: l'altro da noi, per non vivere ripiegati su noi stessi e sui nostri immediati bisogni, senza allargare lo sguardo delle interpretazioni e delle azioni oltre noi stessi.

La familiarità con questo salmo può aprirci nuovamente la strada verso un Dio totalmente altro e totalmente vicino, non disponibile solo a nostri bisogni immediati, ma capace di sostenere il senso e la fatica della vita, alimentandoci delle sue promesse. Ci introduce alla necessità di *orientarci nuovamente verso Dio*, coltivare il desiderio e la ricerca della preghiera, dedicare tempo alla lode e alla riconoscenza.

Significa che dobbiamo recuperare ancora da capo *il senso vero della rivelazione*, la quale si esprime nella fedeltà di Dio verso la nostra storia, la nostra vita e il nostro destino: *il Signore custodisce quelli che lo amano*.

Ora il credente sa che *buono è il Signore verso tutti, la sua tenerezza si espande su tutte le creature*. Noi sappiamo che *tutte le sue opere lodano il Signore e che i suoi fedeli lo benedicono*. *Tutti dicano la gloria del suo regno e parlino della sua potenza*.

*Preghiamo.*

Tutte le tue opere, o Dio, proclamano le splendide opere del tuo regno. Appaga il desiderio di quelli che ti temono, ascolta il loro grido e salvali; Tu che sei buono verso tutti e la tua tenerezza si espande su tutte le tue creature.

]

# Vivere nello Spirito

Henri J. M. Nouwen

## 1. Vivere nel presente - Senza rimpianti e senza ansie

È difficile vivere nel presente. Il passato e il futuro continuano a tormentarci. Il passato con la colpa, il futuro con le ansie. Tante cose sono accadute nella nostra vita per le quali ci sentiamo a disagio, pieni di rimpianti, di rabbia, di confusione o, per lo meno, ambivalenti. E tutti questi sentimenti sono spesso colorati di colpa. La colpa che dice: "Dovevi fare qualcosa di diverso da quello che hai fatto; dovevi dire qualcosa di diverso da quello che hai detto". Questi "dovevi" continuano a farci sentire in colpa rispetto al passato e ci impediscono di essere pienamente presenti nel momento attuale.

Peggiori della colpa sono però le nostre ansie. Le nostre ansie riempiono la nostra vita di "se": "se perdo il lavoro, se mio padre muore, se non ci sarà abbastanza denaro, se l'economia va male, se scoppia una guerra?". Tutti questi "se" possono talmente riempire la nostra mente che diventiamo ciechi ai fiori nel giardino e ai bambini nelle strade, o sordi alla voce grata di un amico.

I veri nemici della nostra vita sono questi "dovevi" e questi "se". Ci spingono indietro nell'inalterabile passato e in avanti verso un imprevedibile futuro. Ma la vera vita ha luogo qui ed ora. Dio è un Dio del

presente. Dio è sempre nel momento presente, che quel momento sia facile o difficile, gioioso o doloroso. Quando Gesù parlava di Dio ne parlava sempre come di un Dio che è quando e dove noi siamo. "Chi ha visto me ha visto il Padre. Chi ascolta me ascolta il Padre." Dio non è qualcuno che era o che sarà, ma Colui che è, e che è per me in questo momento. Perciò Gesù è venuto a spazzar via il peso del passato e le ansie del futuro. Egli vuole che noi scopriamo Dio proprio là dove siamo, qui e ora.

## **2. La gioia - Il frutto della speranza**

Vi è una relazione intima tra gioia e speranza. Mentre l'ottimismo ci fa vivere come se presto un giorno le cose dovessero andare meglio per noi, la speranza ci libera dalla necessità di prevedere il futuro e ci consente di vivere nel presente, con la profonda fiducia che Dio non ci lascerà mai soli, ma adempirà i desideri più profondi del nostro cuore.

In questa prospettiva, la gioia è il frutto della speranza. Quando ho la profonda fiducia che Dio è veramente con me e mi tiene al sicuro in un abbraccio divino, guidando ognuno dei miei passi, posso liberarmi dall'ansioso bisogno di sapere come sarà domani, o quel che accadrà il prossimo mese, o l'anno prossimo. Posso essere pienamente dove sono e prestare attenzione ai tanti segni dell'amore di Dio in me e intorno a me.

Spesso parliamo del "buon tempo andato", ma quando vi riflettiamo criticamente e lasciamo perdere i nostri ricordi pieni di romanticismo, scopriremo presto che proprio a quell'epoca eravamo in grandi ansie circa il nostro futuro. Quando confidiamo profondamente che l'oggi è il giorno del Signore e che il domani è saldamente nascosto nell'amore di Dio, i nostri volti possono distendersi e possiamo sorridere a Colui che ci sorride.

Ricordo che una volta camminavo lungo la spiaggia con un amico. Parlavamo intensamente del nostro rapporto, sforzandoci di spiegare l'un all'altro e di comprendere i nostri sentimenti reciproci. Eravamo così preoccupati delle nostre difficoltà che non notammo il magnifico

tramonto da cui si sprigionava un ricco spettro di colori, sopra le onde incappucciate di schiuma che si rompevano sulla vasta, silenziosa spiaggia.

### **3. La sofferenza - Una comunione dei deboli**

Un modo molto importante per farci amico il dolore è farlo uscire dall'isolamento e condividerlo con qualcuno che può accoglierlo. Tanta parte del nostro dolore rimane nascosto, anche ai nostri amici più intimi. Quando ci sentiamo soli, andiamo da qualcuno in cui abbiamo fiducia e gli diciamo: "Mi sento solo. Ho bisogno del tuo sostegno e della tua compagnia"? Quando ci sentiamo ansiosi, sessualmente inquieti o inaspriti, osiamo chiedere a un amico di essere con noi e di accogliere la nostra pena?

Troppo spesso pensiamo o diciamo: "Non voglio disturbare gli amici con i miei problemi; ne hanno abbastanza dei loro". Ma la verità è che invece onoriamo i nostri amici confidando loro le nostre lotte. Non diciamo forse anche noi ai nostri amici che ci hanno nascosto i loro sentimenti di paura e di vergogna: "Perché non me l'hai detto, perché l'hai tenuto segreto per tanto tempo?". Certo, non tutti possono accogliere le nostre pene nascoste; ma io credo che se desideriamo veramente crescere acquistando maturità spirituale, Dio ci manderà gli amici di cui abbiamo bisogno.

Tanta parte della nostra sofferenza deriva non soltanto dalla nostra situazione dolorosa, ma dal nostro sentimento di essere isolati nel nostro dolore. Molta gente che soffre profondamente per una cattiva abitudine - all'alcool, alla droga, al sesso o al cibo - trova il suo primo vero sollievo quando può condividere la propria pena con altri e scoprire di essere veramente ascoltata.

I tanti servizi di consulenza sono una incisiva testimonianza della verità che condividere il nostro dolore è l'inizio della guarigione. Quando scopro di non essere più solo nella mia lotta e quando comincio a sperimentare una nuova "fraternità nella debolezza", allora può prorompere la vera gioia, proprio in mezzo al dolore.

Non è facile tuttavia uscire dal nostro isolamento. In qualche modo, vogliamo sempre risolvere da soli i nostri problemi. Ma Dio ci ha dato gli uni agli altri per costruire una comunità di amore reciproco, dove possiamo scoprire insieme che la gioia non è soltanto per altri ma per tutti noi.

#### **4. La conversione - Lo spirito di amore**

Pur rendendomi conto che dieci anni fa non avevo la minima idea che sarei andato a finire dove sono ora, mi piace tuttavia conservare l'illusione che la mia vita è sotto controllo. Mi piace decidere di che cosa ho più bisogno, che farò tra poco, che cosa voglio raggiungere e che cosa gli altri penseranno di me. Mentre sono così occupato a condurre la mia esistenza, mi scopro dimentico dei lievi movimenti dello Spirito di Dio in direzioni completamente diverse dalle mie.

Ci vuole molta solitudine interiore e molto silenzio per diventare coscienti di questi movimenti divini. Dio non grida, non urla e non spinge. Lo Spirito di Dio è dolce e gentile come una voce sommessa o una leggera brezza. È lo spirito dell'amore. Forse non crediamo ancora del tutto che lo Spirito di Dio sia davvero uno Spirito di amore, che ci conduce sempre più nelle profondità dell'amore. Forse non abbiamo fiducia in questo Spirito, per paura di essere condotti in luoghi nei quali perderemmo la nostra libertà. Forse pensiamo ancora allo Spirito di Dio come a un nemico che vuole da noi qualcosa che non è bene per noi.

Ma Dio è amore, soltanto amore, e lo Spirito di Dio è lo Spirito di amore che vuole guidarci al luogo dove possano essere adempiuti i desideri più profondi del nostro cuore. Spesso noi stessi non sappiamo neppure quale sia il nostro desiderio più profondo. Restiamo così facilmente prigionieri della nostra avidità e della nostra rabbia, nel presupposto sbagliato che esse ci dicano ciò che realmente vogliamo.

Lo Spirito dell'amore dice: "Non aver paura di abbandonare il bisogno di dominare la tua esistenza. Lascia che io adempia il vero desiderio del tuo cuore."

## **5. Una vita di disciplina - Una meta precisa**

Abbiamo uno scopo chiaro nella vita? Gli atleti che hanno come scopo quello di guadagnarsi la medaglia olimpica sono disposti a lasciare che tutto il resto diventi secondario. Il modo in cui mangiano, dormono, studiano e si allenano, tutto è determinato da quello scopo preciso.

Questo è vero sia nella vita spirituale che nella vita delle competizioni sportive. A Nicodemo Gesù ha detto: "Dio infatti ha tanto amato il mondo, da dare il suo Figlio unigenito, perché chiunque crede in lui non muoia, ma abbia la vita eterna". (Gv 3,16). Non è facile mantenere lo sguardo fisso sulla vita eterna, specialmente in un mondo che continua a dirci che ci sono cose più immediate e urgenti alle quali prestare attenzione.

È raro che vi sia un giorno che non svii la nostra attenzione dalla nostra meta, rendendola vaga e nebulosa. Pure, sappiamo per esperienza che senza un chiaro scopo la nostra vita si spezzetta in tanti compiti e obblighi che ci trascinano lasciandoci un senso di stanchezza e di inutilità. In che modo allora conserviamo una visione chiara del nostro scopo, come fissiamo lo sguardo sul premio? Con la disciplina della preghiera: la disciplina che ci aiuta a riportare sempre di nuovo Dio al centro della nostra vita.

Continueremo sempre a essere distratti, costantemente occupati da tante esigenze impellenti, ma quando vi sono un tempo e un luogo messi da parte per tornare al nostro Dio, che ci offre la vita eterna, allora gradualmente diventeremo consapevoli che le tante cose che dobbiamo fare, dire o pensare non ci distraggono più, ma ci portano invece tutte più vicino al nostro scopo. È tuttavia importante che il nostro scopo rimanga chiaro. La preghiera mantiene chiaro il nostro scopo, e quando il nostro scopo diventa vago, la preghiera lo rende chiaro di nuovo.

## **6. La vita spirituale - Una vita riconoscente**

Come possiamo vivere una vita davvero riconoscente? Quando guardiamo a tutto quello che ci è accaduto, facilmente dividiamo la

nostra vita tra cose buone e cose cattive da dimenticare. Ma con un passato così diviso non possiamo andare liberamente verso l'avvenire. Con tante cose da dimenticare, possiamo soltanto andare zoppicando verso il futuro.

La vera gratitudine spirituale abbraccia tutto il nostro passato, gli eventi buoni come quelli cattivi, i momenti gioiosi come quelli tristi. Dal punto in cui stiamo ogni cosa che è avvenuta ci ha portato a questo momento, e vogliamo ricordarlo tutto come una parte della guida di Dio. Questo non significa che tutto quello che è accaduto in passato sia buono, ma significa che anche il male non è avvenuto al di fuori dell'amorevole presenza di Dio.

La sofferenza di Gesù stesso gli fu imposta dalle forze delle tenebre, eppure egli parla della sua sofferenza e della sua morte come del suo cammino verso la gloria.

È molto difficile riuscire a portare tutto il nostro passato sotto la luce della gratitudine. Vi sono tante cose di cui ci sentiamo colpevoli e proviamo vergogna, tante cose che semplicemente vorremmo che non fossero accadute. Ma ogni volta che abbiamo il coraggio di guardare "tutto" e di guardarlo come Dio lo vede, la nostra colpa diventa una felice colpa e la nostra vergogna una felice vergogna, perché ci hanno portato a un riconoscimento più profondo della misericordia di Dio, a una convinzione più forte della guida di Dio, a un impegno più radicale per una vita al servizio di Dio.

Quando tutto il nostro passato viene ricordato con gratitudine, siamo liberi di essere mandati nel mondo a proclamare la buona notizia agli altri. Come il rinnegamento di Pietro, una volta perdonato, non lo ha paralizzato, ma è diventato per lui una nuova fonte di fedeltà, così tutti i nostri fallimenti e tradimenti possono essere trasformati in gratitudine e renderci capaci di diventare messaggeri di speranza.

## **7. La preghiera - Dall'ansia alla preghiera**

Uno dei modi meno idonei per smetterla di angosciarci è cercare di non pensare alle cose che ci procurano quest'ansia. Non possiamo scacciare le

nostre ansie con la mente. Quando giaccio nel mio letto e mi preoccupo per il prossimo incontro, non posso far cessare le mie ansie dicendomi: "Non pensare a queste cose; addormentati. Le cose si metteranno a posto domani." La mia mente risponde semplicemente: "Come lo sai?", e ricomincia ad angosciarsi.

L'invito di Gesù ad applicarci col cuore al suo Regno in un certo senso è paradossale. Si potrebbe interpretarlo così: "Se vuoi angosciarti, fallo per qualcosa per cui valga la pena. Preoccupati di cose più grandi della tua famiglia, dei tuoi amici, o dell'incontro di domani. Preoccupati delle cose di Dio: la verità, la vita, la luce!".

Appena applichiamo il nostro cuore a queste cose la nostra mente smette di agitarsi, perché entriamo in comunione con Colui che è presente con noi qui e ora, ed è qui per darci quello di cui abbiamo più bisogno. L'ansia diventa allora preghiera, e i nostri sentimenti di impotenza si trasformano nella coscienza di essere fortificati dallo Spirito di Dio.

In verità, con l'ansia non possiamo prolungare la nostra vita, ma possiamo andare molto al di là dei confini della nostra breve esistenza e reclamare la vita eterna quali dilette figli di Dio.

Con questo le nostre ansie finiranno? Probabilmente no. Finché siamo in questo mondo, pieno di tensioni e di pressioni, la nostra mente non sarà mai libera dall'ansia, ma se siamo costanti nel tornare col cuore e con la mente all'amore di Dio che ci avvolge, allora possiamo continuare a sorridere del nostro io ansioso e a tenere occhi ed orecchi aperti alle visioni e ai suoni del Regno.

## **8. Compassione - Soffrire con gli altri**

La compassione è cosa diversa dalla pietà. La pietà suggerisce distanza, persino una certa condiscendenza. Io spesso agisco con pietà: do del denaro a un mendicante nelle strade di Toronto o di New York, ma non lo guardo negli occhi, non mi siedo con lui, non gli parlo. Sono troppo occupato per fare veramente attenzione all'uomo che mi si rivolge. Il mio

denaro sostituisce la mia personale attenzione e mi dà una scusa per proseguire il mio cammino.

Compassione significa stare vicino a chi soffre. Ma possiamo stare vicino a un'altra persona soltanto se siamo disposti a diventare vulnerabili noi stessi. Una persona compassionevole dice: "Sono tuo fratello; sono tua sorella; sono umano, fragile e mortale, proprio come te. Non mi scandalizzo per le tue lacrime e non ho paura del tuo dolore. Anch'io ho pianto. Anch'io ho sofferto". Possiamo essere con l'altro soltanto quando l'altro cessa di essere "altro" e diventa come noi.

È forse questa la ragione principale per cui talvolta troviamo più facile mostrare pietà che non compassione. La persona che soffre ci invita a diventare consapevoli della nostra propria sofferenza. Come posso dare risposta alla solitudine di qualcuno se non ho contatto con la mia stessa esperienza della solitudine? Come posso essere vicino a un handicappato, se rifiuto di riconoscere i miei handicap? Come posso essere col povero quando non sono disposto a confessare la mia propria povertà?

Quando rifletto sulla mia vita, mi rendo conto che i momenti di maggiore conforto e consolazione sono stati momenti in cui qualcuno mi ha detto: "Non posso toglierti il tuo dolore, non posso offrire una soluzione al tuo problema, ma posso prometterti che non ti lascerò solo e starò con te finché potrò e nel modo migliore di cui sarò capace". Vi è molta sofferenza e molto dolore nella nostra vita, ma quale benedizione quando non dobbiamo vivere da soli il nostro dolore e la nostra sofferenza. Questo è il dono della compassione.