

Spirito del Dio vivente, accresci in noi l'amore,  
pace, gioia, forza nella tua dolce presenza.  
... fonte d'acqua viva purifica i cuori,  
sole della vita, ravviva la tua fiamma.

Spirito del Dio eterno, illumina il cammino,  
Tu sapienza della vita, veglia sui miei passi  
... Guida della storia, fortezza di chi spera,  
dono della Croce, raduna la tua Chiesa.

Spirito di chi si ama, colma le distanze,  
segno vero della pace, sciogli i nostri dubbi.  
... Volto dell'immenso, perdono senza fine,  
voce di chi è muto, insegna la Parola.

“Apri, Padre - con la potenza del Tuo Santo Spirito -  
la nostra mente e il nostro cuore  
affinché possiamo accogliere la Tua Parola,  
non come parola di uomini, ma come è veramente:  
Parola del Figlio Tuo  
che opera in coloro che credono nella tua misericordia”.

### **Vieni Santo Spirito**

Vieni Santo Spirito, / manda a noi dal cielo / un raggio della tua luce.  
Vieni Padre dei poveri, / vieni datore dei doni, / vieni luce dei cuori.  
Consolatore perfetto, / ospite dolce dell'anima, / dolcissimo sollievo.  
Nella fatica riposo, / nella calura riparo, / nel pianto conforto.  
O luce beatissima, / invadi nell'intimo / il cuore dei tuoi fedeli.  
Senza la tua forza / nulla è nell'uomo, / nulla senza colpa.  
Lava ciò che è sordido, / bagna ciò che è arido, / sana ciò che sanguina.  
Piega ciò che è rigido, / scalda ciò che è gelido, / drizza ciò che è sviato.  
Dona ai tuoi fedeli / che solo in te confidano / i tuoi santi doni.  
Dona virtù e premio, / dona morte santa, / dona gioia eterna. Amen.

## PREGHIERA DEL CUORE: *SPAZIO ALLA GIOIA*

### SETTIMO INCONTRO:

## **SILENZIO COME UNIONE CON DIO**

<sup>1</sup>«Io sono la vite vera e il Padre mio è l'agricoltore. <sup>2</sup>Ogni tralcio che in me non porta frutto, lo taglia, e ogni tralcio che porta frutto, lo pota perché porti più frutto. <sup>3</sup>Voi siete già puri, a causa della parola che vi ho annunciato. <sup>4</sup>Rimanete in me e io in voi. Come il tralcio non può portare frutto da se stesso se non rimane nella vite, così neanche voi se non rimanete in me. <sup>5</sup>Io sono la vite, voi i tralci. Chi rimane in me, e io in lui, porta molto frutto, perché senza di me non potete far nulla. <sup>6</sup>Chi non rimane in me viene gettato via come il tralcio e secca; poi lo raccolgono, lo gettano nel fuoco e lo bruciano. <sup>7</sup>Se rimanete in me e le mie parole rimangono in voi, chiedete quello che volete e vi sarà fatto. <sup>8</sup>In questo è glorificato il Padre mio: che portiate molto frutto e diventiate miei discepoli.

<sup>9</sup>Come il Padre ha amato me, anche io ho amato voi. Rimanete nel mio amore. <sup>10</sup>Se osserverete i miei comandamenti, rimarrete nel mio amore, come io ho osservato i comandamenti del Padre mio e rimango nel suo amore. <sup>11</sup>Vi ho detto queste cose perché la mia gioia sia in voi e la vostra gioia sia piena. (Giovanni 15:1-17)

Anche il silenzio, come diventare una sola cosa con Dio, ha due aspetti: da una parte, l'unione con il tu di Dio che mi sta di fronte, e dall'altra l'unione con il Dio dentro me stesso.

Il silenzio è prima di tutto unione con Dio inteso come colui che mi guarda e mi ama. Tutti noi sappiamo per esperienza che le parole possono originare una comunicazione profonda. Le parole possono condurre gli uomini direttamente al mistero di Dio. I famosi dialoghi di Agostino con la madre Monica e di Benedetto con sua sorella Scolastica ci forniscono un esempio di questo fatto. Agostino stesso descrive il dialogo con sua madre. Arriva-

rono al punto in cui il tempo si fermò e il mistero stesso di Dio li illuminò. Ancora una parola e il mistero sarebbe stato distrutto. Quindi il silenzio era la reazione adeguata, la condizione affinché entrambi potessero raggiungere l'unione tra di loro e con Dio. Quando due persone si vogliono bene, dialogando si scambiano idee per raggiungere una maggiore intimità. Ma poi anch'essi giungono al punto in cui una parola di troppo distruggerebbe la comunione. Quindi tacciono reciprocamente, non perché non abbiano più nulla da dirsi, ma perché vorrebbero raggiungere la comunione in maniera più profonda. Infatti le parole prevedono sempre il pericolo dell'incomprensione. Il silenzio rende possibile un'unione senza i limiti della parola, un'unione nel cuore.

Il silenzio come compimento della preghiera è dunque un silenzio molto personale, un silenzio di fronte e insieme a Cristo, di fronte e insieme a Dio che mi ama. Sto semplicemente seduto e lascio che Dio o Gesù Cristo mi guardino con il loro amore. Non devo fare niente. Devo solo godere di stare di fronte a Dio e farmi amare da lui.

Una volta un'anziana signora andò dal metropolita Antonio e si lamentò con lui di non sentire mai la presenza di Dio nonostante lei pregasse spesso. Il metropolita le consigliò di non pregare nelle settimane seguenti, ma doveva invece stare seduta per un quarto d'ora, sentire la pace nella sua stanza e rallegrarsene e poi lavorare la maglia al cospetto di Dio. Dopo un certo tempo la donna ritornò e raccontò quanto segue: «E proprio strano. Quando prego Dio, anzi, quando gli parlo, non sento niente, ma quando sto seduta di fronte a lui mi sento invece avvolta nella sua presenza».

Benedetto interpreta la preghiera quasi come un vivere continuamente davanti agli occhi di Dio. Non dobbiamo fare niente: siamo di fronte a lui e tutto ciò che facciamo lo facciamo davanti ai suoi occhi colmi d'amore.

Questo attribuisce un'altra dimensione alla nostra vita. La vita di fronte agli occhi del Dio che ci ama viene descritta nell'ambito della letteratura monastica soprattutto nella *Lode della cella*. La cella è il luogo in cui il monaco è solo con Dio e dialoga con lui

celebrazione eucaristica in modo peculiare si realizzano le parole del Signore: "Se rimanete in me e le mie parole rimangono in voi, chiedete quel che volete e vi sarà dato".

Nel rito della messa abbiamo testi e azioni, talvolta sottovalutati, come le parole pronunciate mentre si aggiungono poche gocce d'acqua al vino: "L'acqua unita al vino sia segno della nostra unione alla vita divina di colui che ha voluto assumere la natura umana" Esse esprimono con chiarezza la comunione profonda tra la Chiesa-discepoli e Cristo.

Come, anche: "La comunione con il tuo corpo e il tuo sangue Signore Gesù Cristo non diventi per me motivo di condanna, ma sia per tua misericordia rimedio e difesa dell'anima e del corpo" "(...) Fa che sia sempre fedele alla tua legge e non sia mai separato da te". Si tratta, soprattutto, dell'unione di Cristo – Capo al suo Corpo – Chiesa per la gloria del Padre e la santificazione dei credenti. In questo si rivela la assoluta necessità dell'unità sostanziale ed intima con Cristo per portar frutto: senza di me non potete far niente. Ne deduciamo che più la comunione con Cristo è sostanziale, più portiamo frutto: quindi è dall'eucaristia, attuazione della comunione più vera e reale, che nascono e si sviluppano i frutti migliori. ([www.santuariodellegrazie.brescia.it](http://www.santuariodellegrazie.brescia.it))

## Oratio

### Pacificazione:

Chiama per nome tutto ciò che abita la tua mente e il tuo cuore in questo momento: attese, preoccupazioni, gioie e sofferenze, affetti, rancori, progetti e delusioni, timori, desideri, verità ed errori, amore, egoismi, fedeltà e peccato... Parla serenamente di tutto questo con il Padre tuo, non tanto per informarlo, quanto per interrogarti davanti a Lui, interrogarlo e lasciarti da Lui interrogare. Così, scoprirai che lo Spirito Santo e la Parola di Dio attraversano proprio ciò che è più vivo in te e troverai Pace.

(Pausa di silenzio)

"Manda, ora, Padre misericordioso, il Tuo Santo Spirito su di noi affinché la Parola del Figlio Tuo porti a compimento ciò che Tu hai iniziato in noi". Amen

duce al mistero del nostro sé. Siccome non ci definiamo più in rapporto al mondo, bensì in rapporto a Dio, anche il mondo non ha più potere su di noi. Gli uomini, con le loro speranze e i loro desideri, i loro giudizi e le loro condanne, non ci influenzano più. Nel luogo della pura preghiera soltanto Dio ha accesso a noi. Ed egli ci rende liberi anche da ogni potere esterno, anche da quello del nostro super-io e da quello delle nostre speranze e dei nostri desideri. Nella preghiera ci immergiamo nel fondamento della nostra vita, che è pura grazia e non più nostro merito, nel fondamento che è colmato solo da Dio e non più da uomini né dal nostro piccolo io che vuole controllare tutto. Se ci lasciamo cadere in questo luogo, sentiamo che Dio ci dona vera libertà e ci induce in definitiva nel mistero del nostro sé...

Per Bernardo di Chiaravalle la via verso questo luogo è anche la via che conduce nell'abisso del silenzio divino, nel grembo del Padre: «Tutta la forza proviene dal silenzio. Nel silenzio sprofondiamo nel grembo del Padre e allo stesso tempo ne risorgiamo con la sua eterna parola. Riposare negli abissi di Dio rappresenta un rimedio per la confusione del mondo. La pace di Dio pacifica tutto». Bernardo descrive quindi così il fine della preghiera: liberarsi da tutti i pensieri fastidiosi, immergersi nell'abisso dell'amore divino e raggiungerci la calma in silenzio, trovare la salvezza, riconciliati con se stessi, con il proprio Dio e quindi con il mondo intero, diventare veramente presenti, veri, chiari e forti, vivi e liberi. Incontrare Dio significa dunque raggiungere l'unione con lui e assumere una nuova identità, immergersi nel grembo del Padre e, insieme a Cristo, la parola eterna, risorgere come uomo nuovo. Preghiera come incontro significa trasformazione e nuova creazione dell'uomo da parte del Padre eterno. (A. Grün)

### Riflessione al Vangelo

La vite è la Chiesa che celebra l'eucaristia o, per lo meno - in caso che l'*eucarestia*, di cui qui si parla, non fosse ancora una *vera messa* - che rende grazie per il dono del pasto. Vi si deduce che nella celebrazione culturale si attua tra la Chiesa e Cristo quella relazione intima e profonda di cui parla Giovanni. Nella

incessantemente. Perciò i monaci hanno creato questa bella espressione: la cella è il cielo (*cella est coelum*). La cella è il cielo nel quale viviamo assieme a Dio. E un *valetudinarium*, un luogo nel quale troviamo la guarigione e la salute grazie alla sua presenza. Grazie alla sua presenza e alla nostra permanenza silenziosa di fronte a lui cresce il nostro amore nei suoi confronti. E un silenzio assolutamente umano, un silenzio di fronte a Dio e con Cristo. E come in un'amicizia. Si resta di fronte a lui, insieme a lui, siamo lì, senza intenzioni, completamente liberi. È sufficiente la gioia per la presenza dell'altro. Così troviamo la tranquillità in Dio e abbiamo sentore del silenzio dell'eternità...

Guglielmo di Saint-Thierry sviluppa questa lode della cella nella sua *Epistola aurea*: «La cella è la terra santa e il luogo santo nel quale il Signore e il suo servo spesso discorrono, come un uomo fa con un amico, e nel quale l'anima fedele è unita alla parola di Dio, come la sposa si unisce allo sposo, il celestiale al terreno e il divino all'umano».

Lo scopo della cella è quindi di consentire di raggiungere l'unione con il Signore tramite un amore così intimo come è altrimenti possibile solo tra amici o tra sposi. Per Evagrio Pontico il fine del monachesimo e anche la massima dignità dell'uomo consistono in questo: «Cosa può esserci di più grande di parlare personalmente a Dio e di vivere al suo cospetto? Una preghiera che non viene distratta da nulla è la vetta massima che l'uomo può raggiungere».

Per Evagrio la preghiera consiste nel dirigere tutte le forze dell'anima verso Dio, nell'essere presente al cospetto di Dio che è presente. E il dono più bello che Dio possa fare all'uomo. Infatti solleva l'uomo al di sopra della sua natura e lo rende simile agli angeli: «L'uomo che prega veramente è simile agli angeli. Infatti nutre continuamente il desiderio di vedere suo Padre che è in cielo» (Evagrio 113). Per poter pregare veramente l'uomo deve tuttavia abbandonare tutte le distrazioni e rivolgere tutta la sua attenzione alla presenza di Dio: «Beato è quello spirito che, pregando senza distrazioni, sente un desiderio sempre più profondo nei confronti di Dio» (Evagrio 118). «Quando cerchi la preghiera con profonda attenzione, nulla ti ostacola, poiché il

mezzo che meglio prepara la strada alla preghiera è l'attenzione. E dunque a quest'ultima che devi dedicarti» (Evagrio 149)...

Tuttavia non raggiungiamo l'unione solo con il Dio che ci osserva e che ci sta di fronte come un tu, bensì anche con il Dio che è dentro di noi. La mistica e il monachesimo delle origini sostengono questa tesi. Per Evagrio il fine della preghiera consiste nella contemplatio, nel raggiungere l'unione con Dio nel più profondo dell'anima. Evagrio pensa che Dio abiti la parte impassibile dell'anima. Lo scopo della preghiera è quindi rendere liberi da tutte le passioni, presupposto indispensabile per poter pregare senza distrazioni: «Se Mosè non potè avvicinarsi al roveto in fiamme finché non si fu tolto le scarpe, perché tu non dovresti allontanarti da ogni tuo pensiero, causato dalle passioni, prima di poterti avvicinare a ciò che è al di là di ogni pensiero e concetto?» (Evagrio 4).

Il primo presupposto della preghiera pura nella quale raggiungo l'unione con Dio è la libertà dalle passioni. Ma in ultima analisi si tratta della libertà da se stessi. Soltanto se mi abbandono a Dio potrò sentirlo nella mia più profonda interiorità.

«Provi il desiderio di pregare? Allora da' via tutto e tutto ti verrà dato» (Evagrio 36). La vera preghiera è per Evagrio uno stato di calma imperturbabile. Essa conduce l'uomo «alle più alte vette della vera realtà» (Evagrio 52) e gli permette di raggiungere l'unione con Dio. Ma questo Dio non esiste esclusivamente al di fuori di noi: è anche dentro di noi. La contemplatio è la via che conduce nella parte impassibile dell'anima, nella quale l'uomo non è separato da Dio da pensieri, sentimenti, immagini o idee. I mistici hanno raffigurato questa parte impassibile dell'anima attraverso immagini diverse. Taulero parla del fondo dell'anima, Maestro Eckhart della scintilla dell'anima, Caterina da Siena della cella interna, Teresa della stanza più interna della rocca dell'anima. Dio abita lì e nessun altro vi ha accesso: a uomini, problemi, pensieri, sentimenti, preoccupazioni e paure non è consentito d'entrarvi. La preghiera è la via che conduce in questo luogo del silenzio interiore, in questa stanza colmata solo dalla presenza di Dio. Questo luogo del puro silenzio è in ciascu-

no di noi, ma spesso la porta è sbarrata. Pregando riusciamo di nuovo a entrare in questo luogo. Sfondiamo il mondo dei pensieri e dei sentimenti, lo strato di rifiuti dell'anima che si sono ammassati nel nostro cuore e ci spingiamo avanti in questo luogo d'amore e di pace, in questo luogo di Dio dentro di noi.

Esistono due modi di pregare: esporre la mia vita di fronte a Dio, raccontare e sottoporre a Dio tutto ciò che affiora in me. E poi tralasciare la quotidianità, i pensieri e i sentimenti e discendere nella stanza che è abitata solo da Dio. In questo luogo sento che pregare è per me un bene, una liberazione, mi fa trarre un respiro di sollievo. E un luogo vasto nel quale mi addentro tramite la preghiera. Nessuno mi pone dei limiti. Dio lascia che io mi espanda e che diventi libero e autentico. Ed entro in contatto non solo con Dio, ma, attraverso di lui, anche con il mio vero nucleo. In Dio trovo anche una nuova via per giungere a me stesso. Allora posso rispondere in modo diverso alla domanda «Chi sono io in realtà?». Non sono solamente colui che viene determinato dal proprio passato, dai propri rapporti, dal lavoro e dal sentire personale, bensì sono anche toccato da Dio, gli sono immediatamente vicino. Sono colui nel quale Dio stesso abita. Sì, sono colui nel quale Dio dice la sua parola, quella parola unica che dice solo dentro di me.

Addentrarsi nello spazio di Dio significa anche entrare in contatto con il mistero del mio proprio io e trovare la via che conduce a me. In questo spazio nessuno ha alcun potere su di me: qui non mi raggiungono le preoccupazioni della vita quotidiana o gli uomini, sono solo con il mio Dio. E le parole di santa Teresa, cioè che solo Dio basta, diventano un'esperienza che rende felici. Teresa non intende fare un appello morale affinché si abbandoni tutto; vuole invece descrivere la sua esperienza personale. In Dio ha trovato tutto e raggiungere l'unione con Dio basta a soddisfare le sue nostalgie più profonde. In Dio il cuore ritrova la calma, si allarga e può assaggiare la felicità di cui Dio gli fa dono...

In questo luogo, che si trova dentro di noi, ci imbattiamo nella trascendenza, nel Dio che trascende il nostro io e quindi ci con-