

**Laboratorio:** *Laici capaci di vivere una vita spirituale radicata dentro il mondo (Campo Unitario di AC, 2017)*

## **La spiegazione dei termini (vita interiore e vita spirituale)**

Uno degli elementi più distintivi della spiritualità cristiana è sempre stata l'attenzione alla **dimensione dell'interiorità**: la santità non consiste in un insieme di prestazioni, fossero pure buone, sante o eroiche, ma si colloca sul piano dell'essere e tende alla conformazione a Cristo dell'intera persona. Questo significa che la **sequela di Cristo** esige che l'**umano** non venga mai **disgiunto** dallo **spirituale** e che al **movimento di conoscenza del Signore** si **accompagni** sempre il parallelo **movimento di conoscenza di sé**. È questo un tema che traversa tutta la tradizione cristiana la quale non ha esitato a riprendere e riformulare nei termini suoi propri l'iscrizione posta sul frontone del tempio di Apollo a Delfi: «*Conosci te stesso*». Così Origene, Basilio di Cesarea, Gregorio di Nissa, Gregorio Nazianzeno, Ambrogio, Agostino, Gregorio Magno, e Bernardo, i padri Certosini hanno ripreso e approfondito il senso di questo movimento essenziale all'uomo per umanizzarsi e al cristiano per iniziare autenticamente la propria sequela Christi (il rinnegamento di sé chiesto da Cristo deve poter essere attuato in libertà e per amore, e questo comporta la conoscenza di sé). Senza vita interiore, senza sforzo di conoscenza di sé, non sarà possibile una vita spirituale cristiana e neppure la preghiera. **L'interiorità viene intesa come obiettivo e cammino per giungere ad una piena umanità.**

Non si dà vita cristiana senza **vita spirituale**. L'esperienza spirituale è anzitutto esperienza di essere preceduti: è Dio che ci precede, ci cerca, ci chiama, ci previene. Noi non inventiamo il Dio con cui vogliamo entrare in relazione: Egli è già là. E l'esperienza di Dio è necessariamente mediata dal **Cristo**: "*nessuno viene al Padre se non per mezzo di me*" dice Gesù (Giovanni 14,6). Cioè l'esperienza spirituale è anche esperienza filiale. Lo **Spirito santo** è la luce con cui Dio ci previene e orienta il nostro cammino verso la santificazione, cammino che è sequela del Figlio: l'esperienza spirituale diviene così null'altro che la risposta di fede, speranza e carità al Dio Padre che nel battesimo rivolge all'uomo la parola costitutiva: "*Tu sei mio figlio*". Sì, figli nel Figlio Gesù Cristo: questa la promessa e questo il cammino dischiusi dal battesimo. Come diceva Ireneo di Lione, lo Spirito e il Figlio sono come le due mani con cui Dio plasma le nostre esistenze in vite di libertà nell'obbedienza, in eventi di relazione e di comunione con Lui stesso e con gli altri.

La **vita spirituale** si svolge nel "*cuore*", nell'intimo dell'uomo, nella sede del volere e del decidere, nell'interiorità. È lì che va riconosciuta l'autenticità del nostro essere cristiani. Fine della vita spirituale è la nostra partecipazione alla vita divina, è quella che i Padri della chiesa chiamavano "*divinizzazione*". "*Dio, infatti, si è fatto uomo affinché l'uomo diventi Dio*", scrive Gregorio di Nazianzo, e Massimo il Confessore sintetizza in modo sublime: "*Quand'è che tu diventi Dio? Quando sarai capace, come Cristo in croce, di dire: "Padre, perdona loro", anzi: "Padre, per loro io do la vita"*". A questo ci trascina la vita spirituale, cioè la vita radicata nella fede del Dio Padre creatore, mossa e orientata dallo Spirito santificatore, innestata nel Figlio redentore che ci insegna ad amare come lui stesso ha amato noi. Ed è lì che noi misuriamo la nostra crescita alla statura di Cristo.

## **Cominciamo a camminare...**

### **1. Aprirsi alla vita interiore**

Platone scrive: "*Non conduce una vita umana chi non si interroga su di sé*". Chi sono? E' questa domanda fondamentale che ti apre alla vita interiore; cioè al lavoro di chi prende sul serio la propria unicità, di chi assume la propria identità: tu non sei chiamato ad imitare altri, in particolare chi ti

appare più "riuscito", chi "ha successo", chi ha maggiore "visibilità", ma essere te stesso. Non si un replicante, un clone di altri, ma possiedi una unicità che chiede di essere ascoltata e realizzata. La vita interiore esige coraggio. E' come iniziare un viaggio in profondità, non fuori di te ma in te. Coraggio che non è solo quello di interrogarsi, ma anche quello di lasciarti interrogare, di assumere gli eventi della vita come domande che ti sono rivolte: la malattia di una persona cara, la morte di un amico, le nozze di un conoscente, una nascita che ha allietato una coppia amica...

## 2. Camminare verso l'armonia della propria vita

La vita di Gesù è stata una vita estremamente umana, la sua, una vita assunta per amore e nella libertà da chi, essendo Dio, si è fatto uomo, condividendo realmente e quotidianamente la tua vita. Questa vita buona, bella e felice può divenire per te l'esempio grazie al quale puoi riconciliarti con la tua esistenza e imparare a viver giorno per giorno in pienezza.

## 3. La ricerca di Dio

Il desiderio di Dio posto nel cuore dell'uomo, è inestinguibile. Agostino ha saputo dirlo come pochi altri: *"Ci hai fatti per te, signore, e il nostro cuore è inquieto fino a quando non riposa in te"*. La questione di Dio è inscritta nell'uomo, nelle domande che si pone sul senso della sua vita e del mondo. La ricerca di Dio e la ricerca dell'uomo sono intimamente legate. Il clima culturale attuale fa di tutto per svuotare questa ricerca di Dio: l'uomo di oggi è non solo senza Dio, ma anche senza l'uomo.

La ricerca di Dio deve essere anche una ricerca e un approfondimento dell'umano, una capacità di far risorgere l'umanità dell'uomo, perché l'uomo divenga umano. Il Dio rivelato dalle Scritture non ha altro luogo in cui venire cercato se non nell'umanità. Non dimentichiamo che non si possiede mai Dio, anche quando lo si conosce: *"se pensi di averlo compreso, (scrive Agostino), non è Dio"*. La dimensione della ricerca custodisce la distanza tra chi cerca e l'Essere cercato. Il Dio che si cerca infatti non è oggetto, ma un soggetto, perché lui per primo ha cercato, chiamato e amato gli esseri umani, suscitando il nostro desiderio di lui

## 4. Imparare a pregare - Dai del "Tu" a Dio

La preghiera cristiana non è far delle cose, dire delle parole, che producono automaticamente degli effetti sulla mente o sul corpo, ma è accoglienza di un'azione che Dio, attraverso le energie dello Spirito Santo, compie nel credente: è lo Spirito Santo che nella preghiera compie un'opera di trasfigurazione del cristiano. La preghiera cristiana non promette un esito terapeutico, ma tende all'incontro con Dio, a discernere la sua presenza nella vita quotidiana, a contemplare persone ed eventi con il suo sguardo. La preghiera è un cammino di costante purificazione di quelle immagini di Dio che sono *"opera delle mani dell'uomo"* (Sal 115,41); è presa di distanza tra la domanda e il suo esaudimento, tra l'attesa e la realizzazione; è conversione del tuo desiderio che non chiede a Dio: *fà la mia volontà, ma sia fatta la tua volontà*. Pregare comporta anche di donare del tuo tempo a Dio, dedicargli momenti preziosi della tua vita, collegare il tuo *"qui"* ed *"ora"* con l'eternità

## 5. Pratica la Lectio divina

Apprezzare le dimensioni interiori della vita dà pienezza all'esistenza. Al tempo stesso, custodire l'interiorità è esercizio necessario per giungere ad una piena umanità. Solo nel *silenzio* si apre lo spazio dell'*ascolto*: prima di tutto quello della vita, che sembra muta quando è soffocata dalle parole e parla solo quando riusciamo a dare un senso ai fatti di cui essa è piena. L'ascolto che più di altri costruisce la nostra vita è quello della *Parola di Dio*: in questo dialogo il Signore ci si rivela

Padre e Maestro, Amico e Fratello. Qualunque sia il metodo che utilizziamo per vivere questo incontro con il Signore, è importante che ognuno di noi abbia con la Parola il suo appuntamento quotidiano: le letture della Messa domenicale, la liturgia del giorno, la lettura continua di un Vangelo o di un libro della Bibbia. L'ascolto della Parola suscita la preghiera ed educa ad essa. Impariamo a pregare dalla Chiesa e dalla sua liturgia: quella della domenica; quella che scandisce il tempo nell'anno liturgico; quella dei salmi. Alla luce della Parola, alla presenza di Dio, è possibile guardare alla propria vita e alle scelte che essa ci chiede con libertà, con quell'esercizio di *discernimento* che è riconoscere l'azione di Dio nella vita, dare un senso a quanto accade a partire dal suo amore, scegliere nella sua luce.

## 6. Coltivare l'umiltà

L'incontro con Dio avviene solo nell'umiltà. E qui devi intender bene: l'umiltà di Dio, innanzitutto, perchè, come diceva Francesco d'Assisi, Dio è umiltà e sempre si abbassa quando parla con noi, e in secondo luogo l'umiltà dell'uomo che prega. L'umiltà è la coraggiosa conoscenza di te stesso davanti a Dio. L'umiltà è la ferita inferta al proprio narcisismo, che ci riporta a ciò che siamo in realtà, alla nostra creaturelità. L'umiltà è la condizione in cui veramente ci possiamo aprire alla carità.

## 7. Prega per il mondo

La parola *preghiera* deriva da una radice che ha forgiato anche il termine "*precarietà*". Ti rivolgi allora a Dio non per invocare soluzioni magiche nè per sentirti dispensato dall'impegno o sottratto alla responsabilità, ma perché la fede nel Signore della storia ci spinge ad intercedere. Intercedere significa fare un passo tra due parti, collocarsi tra due realtà; introdurre in una situazione negativa degli elementi capaci di trasformarla. L'intercessione indica il prendere sul serio la relazione con Dio e con gli uomini. Questo implica il divenire solidali con coloro che si trovano nel bisogno, recando, da dentro, l'aiuto possibile.

La preghiera è una componente essenziale della storia, perché il grido dei poveri e delle vittime, che sale a Dio, non va perso. Ritenerne la preghiera un'evasione dalla storia è ignorare l'attesa, la speranza. Sì, pur se le apparenze sembrano contraddirlo, la preghiera, dialogo con Dio che salva, salverà il mondo.

## 8. Lascia che la preghiera cambi la tua vita

Dietrich Bonhoeffer, rinchiuso nel carcere berlinese della Gestapo, affermava: "*Il nostro essere cristiani oggi consisterà solo in due cose: nel pregare e nell'operare ciò che è giusto tra gli uomini*" Come si verifica? Quando preghi, ti metti davanti a Dio e stai con lui, per dire te stesso, ma anche per dire gli altri e il mondo. E così "*ti ricevi*" da Dio, come di nuovo, e scopri anche gli altri e il mondo sotto una luce nuova. L'efficacia della preghiera consiste nel trasformare chi prega, nel convertire il suo cuore e affinare l'immagine di Dio che è in lui. Ed esiste un'unica immagine del Dio invisibile che il credente è chiamato a realizzare nella sua esistenza: Gesù Cristo. L'etica a cui la preghiera tende è la conformazione della vita dei cristiani a quella di Cristo.

*Preghiamo insieme:*

Tu sei l'unico fondamento del nostro agire, Gesù Signore, dio nostro; senza di te nulla ci è possibile, soltanto con te potremo affiancarci ad altri con rispetto e discrezione e sperimentare la cura educativa di quanti ci affidi. Aiutaci a costruire un'esistenza buona per noi e per chi incontriamo nelle nostre famiglie, nelle nostre città, nelle nostre scuole e nelle nostre comunità. Non

farcì mancare il confronto quotidiano con la tua Parola anche dentro i nostri ritmi complicati, nella fretta di ogni giorno, nella fatica di vedere quanta distanza esiste tra i nostri desideri e ciò che di bene riusciamo a realizzare. Collaboratori all'opera del tuo Regno ci affidiamo a te, perché quel poco che facciamo sia trasformato dal tuo Spirito nel miracolo di amore che moltiplica il bene per tutti. Amen! Alleluia!

**Antonio**

(Coordinatore Laboratorio della Formazione AC Diocesi di Pozzuoli)

**Izzo**