Newsletter SeiTreSeiUno

giovedì 10 marzo 2011

Ciao a tutti!

Ieri è cominciata la quaresima in tutto il mondo, Domenica inizierà presso le chiese di rito ambrosiano. Nel frattempo sono giorni di feste e di drammi, come sempre, come ogni settimana, in questo Paese di Bengodi e in questo mondo.

Invece di proporvi qualche simpatico testo carnascialesco, preferiamo suggerirvi qualche riga che possa stimolare la stesura di una Regola di Vita per la quaresima, a livello personale, familiare, parrocchiale.

Seguendo l'invito di Enzo Bianchi a dedicare del tempo ad alcune letture edificanti, cercheremo di proporvi nelle prossime settimane dei testi di carattere prettamente spirituale, sperando di fare cosa a voi gradita e utile.

Buon cammino verso la Pasqua!

don Chisciotte

Questa Newsletter ti raggiunge perché ti sei registrato sul sito.
Se preferisci non riceverla più, basta inviare una mail a info@seitreseiuno.net

Quaresima: un tempo per leggere e leggersi

tratto da ENZO BIANCHI, *Dare senso al tempo*, Qiqajon

Quando la quaresima era sentita e osservata (magari con spirito legalistico, ma osservata) dai cristiani come un tempo contrassegnato da rinunce e pratiche penitenziali, vi era un'espressione gergale per indicare qualcosa di difficile e noioso: "lungo come la quaresima!".

Oggi più nessuno ricorre a questa esclamazione, semplicemente perché **la quaresima non è più vissuta "a caro prezzo" come richiederebbe un tempo che vuole essere un tempo "forte", un tempo "altro" rispetto al quotidiano, un tempo vissuto simultaneamente e insieme dai cristiani come tensione, sforzo, anelito di conversione e ritorno a Dio**. Oggi abbiamo consapevolezza che un tempo analogo lo vivono i musulmani nel digiuno dall'alba al tramonto per tutto il mese di *ramadan,* lo vivono gli ebrei in occasione dello *Yom Kippur,* continuano a viverlo i cristiani di tradizione ortodossa e orientale, ma **noi cristiani d'occidente non comprendiamo la specificità cristiana di questo tempo**. Eppure **nella liturgia della chiesa si continua ad accennare** "al digiuno, alle pratiche penitenziali, all'astinenza", manifestando così una **schizofrenia tra ciò che si prega e ciò che si vive**.

In verità è tempo che i cristiani, se veramente vogliono essere credenti maturi, riprendano **anche una *pratica profetica* della quaresima, perché anche in questo sta la "differenza cristiana" che attraverso il comportamento appare visibile, capace di narrare la speranza che abita il cuore dei credenti**.

Non si tratta di tornare a vivere in modo legalistico e meritorio delle "osservanze", ma di praticare, di mettere in atto alcune opzioni che, proprio in quanto sono d'aiuto alla vita cristiana, **sono anche una prassi in vista di una maggior qualità di vita umana e di convivenza sociale**.

Vorrei allora proporre un itinerario per la quaresima, cercando di meditare su **alcuni atteggiamenti indicati dalla grande tradizione ecclesiale come distintivi di questo tempo forte**: il leggere, il silenzio, il digiuno, l'astinenza, la lotta spirituale, la condivisione.

Iniziamo con il leggere

Nella sua Regola, san Benedetto prevede che ogni monaco all'inizio del tempo di quaresima riceva un libro dalla biblioteca e lo "legga di seguito e interamente", ogni giorno, al mattino presto (*RB* 48,14-15). Disposizione fissata in un'epoca — il v secolo — in cui i libri erano rari eppure...

Recentemente anche i vescovi francesi hanno indirizzato ai cristiani una sapiente lettera proprio sull'*atto del leggere:* si tratta infatti di **una pratica importante nella vita cristiana**, non tanto di un'operazione intellettuale, ma piuttosto di **uno strumento per approfondire la fede, per accogliere i doni di una tradizione ricca di conoscenza, per vincere la paura di pensare, per aprire il cuore alla novità e a ciò che è stato cercato dall'altro**. Per un cristiano — consapevole che la parola di Dio è contenuta nei libri per eccellenza, la *bibbia* — l'operazione del leggere diventa necessaria quasi quanto l'ascoltare: la bibbia è sacramento della Parola.

Sì, proprio perché **oggi si legge poco**, perché anche i cristiani leggono poco, il tempo quaresimale può essere l'occasione per dedicarsi a questo esercizio. Sono molti i libri che forniscono **cibo solido per la vita cristiana**, libri che sanno dare la gioia, il piacere di scoprire aspetti inesplorati dei tesori del mistero cristiano.

La lettura, infatti, è sempre **l'incontro di due parole: la parola fissata nella scrittura e la parola interiore del lettore**. In questo senso Jean-Louis Chrétien osserva che "il corpo del lettore si fa icona di interiorità, garanzia sensibile di raccoglimento", e Wallace Stevens arriva ad affermare che "il lettore diventa il libro e il libro legge se stesso attraverso chi si china su di esso".

Un incontro, dunque, che tende e conduce a una conoscenza sempre più profonda: **solo chi conosce di più, ama anche di più e questo vale anche nella nostra relazione con il Signore**. Se un cristiano decide di dedicare del tempo alla lettura mostra innanzitutto **lo sforzo di organizzare, di dominare il tempo della propria giornata: già questo lottare contro il tempo, come avviene anche per fare spazio alla preghiera, è un atteggiamento anti-idolatrico**. L'idolo del tempo aliena il cristiano, ma questi ordina, domina, riscatta il tempo e, quindi, lo santifica, introducendo un'operazione "altra" nella successione delle ore e predisponendosi a pensare, a lasciarsi interrogare e a cercare risposte e scoperte feconde.

Sarà **un arricchimento del modo personale di porsi di fronte a Dio e al mondo, sarà un insegnamento di altre prospettive da cui osservare ciò che accade attorno, sarà un confronto fecondo tra *la Parola,* vera luce dell'intelligenza, e *le parole* lette**: sant'Agostino pensava che "il leggere è dialogare con gli assenti" e questo accade anche nella lectio divina, dove l'Assente è invisibile ma presente e vivente più che mai.

Certo, **al cuore della vita cristiana ci dev'essere la lettura della parola di Dio, quella *lectio divina* che permette di assaporare il vino delle sante Scritture; ma la sapienza di Dio è presente anche in tanti libri che l'incontro tra la Parola stessa e chi l'ha letta prima di noi ha ispirato**. Leggere un libro significa compiere un'operazione tesa a **leggere il mondo e la storia** e accettare che questo anelito ha già abitato poeti, letterati, profeti, musicisti, uomini e donne diversi che hanno diversamente vissuto e diversamente scritto. Così annotava Italo Calvino: "Leggere vuol dire spogliarsi di intenzione e di ogni partito preso per essere **pronti a cogliere una voce** che si fa sentire quando meno ci si aspetta, una voce che viene non si sa da dove, da qualche parte al di là del libro, al di là dell'autore, al di là delle convenzioni della scrittura. Dal non detto, da quello che il mondo non ha ancora detto di sé e non ha ancora le parole per dire". Sì, se quaresima è tempo di rinnovamento, deve essere un tempo per **scrutare questo non detto, un tempo per pensare**: forse è per questo che già nel v secolo si tramandava la lettura come un'azione quaresimale.

Un tempo per custodire il silenzio

La tradizione spirituale cristiana ha sempre letto il tempo della quaresima attraverso **la metafora del deserto: è un tempo "altro" perché contrassegnato dalla prassi dello "stare in disparte", della solitudine e del silenzio, in vista soprattutto dell'ascolto del Signore e del discernimento della sua volontà**.

Questo far tacere parole e presenze attorno a sé ha la funzione di **disciplinare il rapporto tra la Parola di Dio e le parole**: il silenzio diventa occasione e strumento per **dare priorità alla Parola**, per conferirle una centralità rispetto all'intera giornata in modo che sia veramente ascoltata, accolta, meditata, custodita e, quindi, realizzata con intelligenza. Vano si rivela l'ascolto della Parola se non è accompagnato da quel silenzio che fa tacere le altre voci e sa subordinarle alla Parola.

Il silenzio, inoltre, è necessario per **far nascere una parola umana autorevole, comunicativa, penetrante, ricca di sapienza e di capacità di comunione**: quante volte, invece, ci pare di ascoltare parole "vane" perché non originate dal silenzio, parole vuote di senso che altro non sono che rumore, affiorare vociante dei peggiori sentimenti che ci abitano. "La bocca — ci dice il vangelo — parla dalla **pienezza del cuore**" e **solo il silenzio interiore può far tacere pensieri, immagini, giudizi, mormorazioni, malvagità che nascono nel cuore umano** (cf. Mc 7,21). Così, secondo san Basilio, solo "l'uomo capace di silenzio è fonte di grazia per chi ascolta e sa donare agli altri parole di pace e di consolazione".

La spiritualità cristiana ha sempre prestato molta attenzione al silenzio, esperienza vissuta soprattutto dai monaci che sono giunti perfino a progettare e realizzare **una *architettura del silenzio:*** non è un caso che i monasteri abbiano attratto sempre uomini e donne di ogni condizione offrendo loro come dono primario spazi di silenzio in vista di una comunicazione autentica con Dio e con gli altri, di una libertà spirituale affinata.

Ma oggi è diventato così difficile volere il silenzio, crearlo, viverlo... **Il silenzio è il grande assente dalla nostra società, dalle nostre città, dalle nostre case, dai nostri corpi, insomma, dalla nostra vita**. La modernità ha significato anche trionfo del rumore, ci ha imposto una perdurante condizione di non silenzio, di non pausa a tutti i livelli e in ogni circostanza della nostra esistenza. Gli effetti di questa dominante del rumore assordante si riflettono sulle **persone, sempre meno capaci di "vivere consapevolmente il tempo", sempre meno disposte ad acquisire una vita interiore profonda e ad esercitare la comunicazione attraverso tutti i sensi**, anche quelli spirituali. **Si teme il silenzio** come se fosse un abisso vuoto, da riempire a ogni costo con un rumore qualsiasi, mentre in realtà è ciò che permette di ascoltare "bene" la vita.

Nel contempo si percepisce che **il silenzio è anche un'esigenza antropologica** e ci si comincia a interrogare sul senso di molti comportamenti assunti negli ultimi decenni: **l'invasione dell'informazione**, la sua rapidità di diffusione che soffoca la persona e le impedisce una ricezione e una riflessione duratura; lo strapotere efficace dei mass media che dettano idee e convinzioni prefabbricate, che suscitano bisogni e sanciscono il primato della finzione sulla realtà; l'uso così stoltamente diffuso della cosiddetta "musica di sottofondo" che abitua a un ascolto disattento e casuale...

Perché non reagire a queste dominanti che allentano e imbarbariscono le nostre facoltà interiori, sempre meno capaci di comunicare con gli altri e di vivere con se stessi? **Ormai viviamo più sovente "fuori" di noi stessi che interiormente**. **Perché non ci ribelliamo alla condizione di spettatori-ascoltatori** forzati di conversazioni "cellulari" che rompono il silenzio e si impongono prepotentemente a tutti e ovunque, dai treni ai locali pubblici, dalle sale di riunione alle aule scolastiche, dai rifugi di montagna alle spiagge?

La quaresima può fornirci l'occasione per un "digiuno" dalle parole e dai suoni, per una ricerca e una pratica di tempi di silenzio durante il giorno e di vigilanza sulle parole affinché non siano mai violente né vane. Benedetto nella sua Regola invita il monaco durante la quaresima a restringere la propria loquacità nella libertà e nella gioia dello Spirito santo. Sì, ogni cristiano, per vivere una vita più buona, più bella, una vita contrassegnata dalla beatitudine deve esercitarsi a imparare il silenzio, a custodire il silenzio, **altrimenti finirà per perdere il contatto con la propria realtà autentica: non si apparterrà più, non ascolterà più il proprio mondo interiore e non sarà più in grado di ascoltare Dio**.

Se Dio, secondo i profeti, chiama la sua sposa al deserto per parlarle al cuore, è perché nel deserto regna il silenzio ed è possibile cogliere la presenza di Dio nella "voce di un silenzio sottile" (1Re 19,12). **Sì, si può e si deve ascoltare il silenzio della terra, dell'aria immobile, delle pietre, delle piante e dei corpi; allora si scopre in essi un linguaggio fatto non da suoni né da parole, eppure eloquente**: un altro linguaggio, un'altra musica! E così in noi: Pietro, nella sua Prima lettera, ci ricorda che esiste in noi "un uomo nascosto nel cuore" (1Pt 3,4): se questi viene misconosciuto, come potrebbe farsi sentire a lui il Dio nascosto? Sì, il silenzio che noi temiamo e rimuoviamo, come la morte, è in realtà **esempio di ospitalità dell'altro in sé, è apertura all'ascolto: per un cristiano è accoglienza e ascolto di Dio e del fratello creato a sua immagine**.

Un tempo per amare il digiuno

Non si può vivere la quaresima senza vivere il digiuno. Anzi, la quaresima — come testimoniano ancora i testi liturgici che i cristiani continuano a pregare in questi quaranta giorni — è il tempo del digiuno per eccellenza.

Ma sappiamo tutti che, purtroppo, **il digiuno ha perso significato per i cristiani d'occidente** — a differenza di quanto avviene ancora oggi per le chiese ortodosse e orientali — e che **ormai quasi nessuno crede che il rapporto con il cibo sia un luogo di esperienza spirituale**. Il digiuno, dunque, appare come un'osservanza dei tempi passati, quando l'ascesi era ritenuta necessaria per andare in Paradiso e quando, paradossalmente, la fame era esperienza possibile per la maggioranza della gente.

Tuttavia, ed è un altro paradosso, **oggi il digiuno è sovente al centro dell'attenzione e si tenta di praticano per ragioni dietetiche, per motivi estetici o sportivi**. Qualche volte poi appare come **mezzo di lotta e di protesta**, con il nome più politico di "sciopero della fame": digiuno ostentato che deve "apparire", essere assolutamente notato e messo in risalto dai mass media, pena il fallimento dello scopo prefissato; una forma di digiuno, questa, che è l'esatto contrario del digiuno cristiano che, secondo il comando di Gesù, dovrebbe avvenire nel segreto (cf. Mt 6,16), senza che nessuno se ne accorga.

La mia generazione — che ha ancora praticato il digiuno dalla mezzanotte prima della celebrazione eucaristica, il digiuno alla vigilia delle feste e quello, seppur già attenuato, della quaresima — **si è adattata in modo acritico e senza resistenza a questa perdita di uno strumento assolutamente necessario** per una vita cristiana matura. E' troppo tardi oggi per riprendere questa prassi così profetica, così capace di resistenza nei confronti del consumismo e dell'egoismo?

Convinti che il luogo imprescindibile di decisioni e atteggiamenti rimane la coscienza, il cuore del cristiano, crediamo allora necessario riproporre il digiuno.

Conosciamo bene questa **atmosfera regnante in occidente, dove risuonano messaggi ossessivi che chiedono "di tutto, di più e subito", dove i modelli sono tesi a quella voracità** che chiamiamo consumismo e dove regnano "novelli dèi e signori" che impongono comportamenti philautistici e narcisisti, maschere di un egoismo che non riconosce l'altro né, tantomeno, tra gli altri, gli ultimi e i bisognosi.

Diciamo la verità: quelle rare volte che oggi si chiede il digiuno ai cristiani lo si fa nella forma, minacciata di ipocrisia, di una cena sacrificata a favore degli affamati, oppure come impegno per la pace. **Troppo poco, e comunque il digiuno cristiano, quello "comandato" — sì, comandato! — da Gesù e dalla chiesa primitiva è altra cosa** e, tra l'altro, non va neppure confuso con il digiuno praticato dai musulmani durante il mese di *ramadan*.

Perché, dunque, il digiuno cristiano? Va detto che **occorre praticarlo per capirlo e coglierne le motivazioni profonde**.

Innanzitutto, **digiunare significa imprimere una disciplina all'oralità**. I monaci, in particolare, hanno avuto la consapevolezza che **il cibo trascina con sé una dimensione affettiva straordinariamente potente**: anoressia e bulimia sono gli indici di turbamenti affettivi che si ripercuotono nell'alimentazione. Ecco perché il comportamento alimentare nell'uomo riceve un "surplus" di senso: non dipende solo da bisogni fisiologici, ma **appartiene al registro dell'affettività e del desiderio**. L'oralità, allora, richiede **una disciplina per passare dal bisogno al desiderio, dal consumo**

all'atteggiamento eucaristico del ringraziamento, dalla necessità individuale alla comunione. E qui **l'Eucaristia mostra il suo magistero come esercizio ed esperienza di comunione, di condivisione**. Ecco la ragione del digiuno prima dell'eucaristia: non una mortificazione per essere degni, non una penitenza meritoria, ma una dialettica digiuno-eucaristia, **una disciplina del desiderio per discernere ciò che è veramente necessario per vivere, oltre il pane**. Con il digiuno si tratta di dominare il vettore del consumo per **promuovere il vettore della comunione**.

Ma **il digiuno è necessario anche per conoscere da cosa siamo abitati**: chi prova a digiunare sa che, a partire dal secondo o terzo giorno, vede sorgere in lui collera, cattivo umore, bisogni prepotenti... Tutte occasioni per porsi domande essenziali: **Chi sono io, in realtà? Quali sono i miei desideri più profondi? Da cosa sono interiormente toccato? Quando sono insoddisfatto e quando, invece, nella pace?** Sì, il digiuno aiuta a scavare in profondità, a conoscersi nella propria intimità, nel segreto dove Dio vede e dove è trovato (cf. Mt 6,6).

Certo, il digiuno **sarà anche opera di penitenza**, **pratica di solidarietà e di condivisione**, ma sarà soprattutto questo **provare se stessi** nel rapporto con il cibo per discernere la nostra vera fame e il nostro autentico rapportarci a Dio e ai fratelli. Nel digiuno, infatti, la nostra preghiera si fa corporale, si incarna in ciascuno di noi e il nostro rapporto intellettuale con la realtà si completa in questo **confessare con le fibre del nostro corpo** che noi cerchiamo Dio, che desideriamo la sua presenza per vivere, che oltre al pane abbiamo bisogno della sua Parola (cf. Mt 4,4).

Il digiuno non è un fine in sé, rimane uno strumento privilegiato della vita spirituale, teso anch'esso all'unico fine della vita cristiana: la comunione con Dio e con gli uomini.

Un tempo per astenersi e discernere l'essenziale

Strettamente legata al digiuno è la pratica dell'"astinenza", cioè della **privazione di qualcosa.**

Oggi, di fronte alle parole "privazione", "rinuncia", anche i cristiani avvertono subito **un sentimento di rivolta**. Perché mai astenersi? Perché rinunciare? Al massimo, qualora vi acconsentano, **i cristiani cercano risposte e motivazioni nell'ambito della carità e della solidarietà**: rinuncia a vantaggio dei poveri, in vista di una maggiore e più equa condivisione dei beni. Ragioni assolutamente valide, ma non sufficienti a dare un fondamento esistenziale e spirituale all'astinenza.

In verità ogni essere umano ha bisogno di atti di astensione, a volte radicale e perenne, altre volte parziale e temporanea, perché non si può fare esperienza di tutto, senza porsi dei limiti: il **scegliere** — quindi l'escludere qualcosa — e l'**assumersi la responsabilità della scelta** così come il riconoscere i propri limiti sono condizioni indispensabili per la maturazione umana, per il superamento della fase infantile e adolescenziale della propria vita. Diversamente si imboccano strade mortifere, cammini di dissoluzione e di violenza.

Nella tradizione ebraico-cristiana c'è sempre stata attenzione all'**astinenza dal cibo**, sotto forma di rinuncia ad alcuni alimenti, in particolare le carni: di ogni tipo in determinati periodi, oppure quelle di animali "impuri" o "sacrificati agli idoli" o ancora quelli uccisi senza versarne il sangue o cotti nel latte della madre: tutti rimandi al legame profondo tra carne e vita. Ancora oggi le chiese ortodosse conservano una legislazione molto precisa riguardo all'astinenza da alcuni alimenti e i fedeli vi si attengono con estrema serietà, mentre la chiesa cattolica propone l'astinenza dalla carne solo nei venerdì di quaresima, permettendo la sostituzione di questa pratica con altre opere nei venerdì del resto dell'anno. Resta però difficile da comprendere perché mai astenersi dalle carni e poter invece mangiare il pesce, che oggi è cibo più ricercato della carne, sovente ben più costoso e, per molti, ormai più consueto della carne stessa. A nostro avviso **non c'è stata sufficiente riflessione nel rinnovare la legislazione sull'astinenza, con un risultato veramente penoso a livello di linguaggio espressivo e un'incidenza risibile nella vita interiore del singolo credente**.

Eppure, secoli di tradizione spirituale cristiana avevano conservato queste pratiche dell'astinenza come **un memoriale necessario: per vivere occorre sì mangiare, ma occorre anche cessare di mangiare e darsi un limite**. Occorre cioè cessare di mangiare tutto e così non dimenticare che per poter mangiare carne occorre esercitare una **violenza** e uccidere l'animale. Infatti, l'alleanza stipulata da Dio con "ogni carne" è latrice di una dimensione antropologica che emerge nell'astinenza dalle carni: **l'uomo deve**

porsi un limite nella violenza che porta a "mangiare" l'altro e così ricordarsi l'esigenza di essere "differente" nella relazione con l'altro. Sovente oggi denunciamo l'atteggiamento possessivo e aggressivo dell'uomo verso la natura, la terra, il creato, ma poi non siamo capaci di interrompere la nostra relazione di violenza e di uccisione verso gli animali, che pure sono co-creature con noi, coinquilini cui è affidato lo stesso spazio terrestre. Ebrei o cristiani, non possiamo dimenticare che, nel piano creazionale, all'uomo è stato dato come cibo "tutto ciò che sulla terra produce erba, frutto, seme" (cf. Gen 1,29-30) e che nella storia umana il mangiare la carne degli animali è solo una concessione successiva (cf. Gen 9,1-3).

Quindi non nutrirsi di animali (e non solo la cosiddetta "carne", ma anche i pesci!) è possibile e farlo per determinati periodi di tempo — come chiedeva l'antica disciplina della chiesa — significa **esercitarsi a rinunciare all'avidità aggressiva verso la "vita"**, significa praticare un'astinenza che insegna a ripensare la vita come dono e la vita dell'animale come bene non disponibile in maniera illimitata in quanto vita che comunque appartiene a Dio e non all'uomo. Per i cristiani tutti i cibi sono "buoni" e nessuno è proibito come impuro: non c'è nessuna prescrizione a essere vegetariani; ma per il dominio di sé, per la disciplina delle proprie pulsioni e dei propri bisogni, per una più grande libertà intelligente e armoniosa con tutte le creature, l'astinenza dai cibi animali in alcuni giorni è possibile, necessaria e utile alla stessa vita spirituale.

E' bene non dimenticare che per essere cristiani, donne e uomini "eucaristici", cioè che "mangiano la carne del Signore", occorre saper discernere di cosa ci si nutre e mangiare con "rendimento di grazie" e non con un'aggressività che è violenza.

Ma Antico e Nuovo Testamento ci parlano anche di **un'altra forma di astinenza temporanea: quella sessuale nello spazio della nuzialità**. E' un aspetto che un tempo la chiesa non trascurava di sottolineare. Ma oggi, quanti sono i giovani che sanno che uno dei precetti della chiesa prescrive di non celebrare le nozze nei tempi proibiti? Oggi ci si sposa tranquillamente e anche solennemente nel tempo quaresimale, ignorando il senso profondo che questa disposizione veicolava.

Infatti **gli atti sessuali vissuti da un uomo e una donna legati nell'alleanza matrimoniale, in una storia d'amore, sono santi e benedetti da Dio**: l'unione sessuale, come ha ricordato anche Giovanni Paolo II, è "**liturgia dei corpi**" davanti a Dio e invocazione della sua benedizione che sempre è portatrice di vita in abbondanza. Non si pensi, quindi, che la chiesa abbia una visione cinica o angosciata della sessualità. Tuttavia, già l'Antico Testamento e poi l'apostolo Paolo (cf. 1Cor 7,5) forniscono consigli per la pratica di un'astinenza sessuale temporanea.

E' un prendere le distanze da un'azione che potrebbe diventare banale, meccanica, scontata, non più rispondente a un desiderio ordinato, raffinato; è un imparare ad attendere che l'incontro avvenga come un'opera d'arte; è un donarsi nel rispetto del proprio e dell'altrui corpo; è un convergere insieme degli amanti verso una tensione che proclama il primato di Dio anche sull'amore umano, anzi, nell'amore umano. Astinenza sessuale "sinfonica", assunta di comune accordo in vista del discernimento dei desideri, dell'assiduità con il Signore, della preghiera e del guardare insieme "all'amore di Dio che vale più della vita"!