

LA 3ª TAPPA DI UN CAMMINO: L'INCONTRO.

Il grande precetto (10 – 11)

[10]. *“A meno che non sia occupato in altre legittime attività, ciascuno rimanga nella sua celletta o accanto ad essa meditando giorno e notte la legge del Signore e vegliando in preghiera”.*

Gesù nel Vangelo (Lc 18,1) dice: *«Pregate sempre, senza stancarvi»*. Pregare, e pregare sempre, è il dovere di ogni cristiano. Gli eremiti del monte Carmelo chiedono e vogliono impegnarsi in questo dovere con una obbedienza più chiara e più forte. L'*ossequio di Gesù Cristo*, indicato agli eremiti dal Patriarca Alberto, ha, infatti, questa precisa connotazione vocazionale: obbedire al comando evangelico circa la “preghiera ininterrotta”; quasi per mostrare in concreto cosa vuol dire e come si può vivere il comando del Signore.

Si tratta di un precetto totalizzante, di un comando radicale, di una Parola esclusiva e sostanziale che chiede di essere accolta: la formulazione è talmente onnicomprensiva (“*die ac nocte*”) che antecede qualsiasi successiva –opportuna o necessaria– limitazione. Il testo originario della *Regola* deve prudentemente aggiungere la chiosa *«nisi aliis iustis occasionibus occupentur»* («a meno che non sia occupato in altre legittime attività»), ma la norma resta in qualche modo indipendente dalle inevitabili e limitanti contingenze della vita. *

Infatti, ai fratelli eremiti viene assegnato un compito che, per sua natura, non ammette interruzioni, proprio perché si tratta della grande sfida che ha travagliato continuamente il cristianesimo: il comando di Gesù di “*pregare sempre*”; e l'Ordine Carmelitano si è sempre sentito vocazionalmente legato a questa “*impossibile sfida*” contenuta nella sua *Regola*.

Si tratta di una sfida che ha travagliato prima l'intero monachesimo –per non dire: l'intero cristianesimo– ma da cui quegli antichi eremiti carmelitani, e poi i loro successori, si sono sempre sentiti provocati, perfino quando le circostanze della vita non sembravano (e forse non erano più) adeguate a raccogliarla.

Vediamo brevemente i **riferimenti biblici** di cui il “*Grande Precetto*” si sostanzia.

1. «Meditare giorno e notte nella Legge del Signore» è un'espressione che si ritrova quasi identica all'inizio di due libri biblici significativi: quello di *Giosuè* :

“ («Non si allontani dalla tua bocca il libro di questa Legge, anzi mediterai su di essa giorno e notte, perché tu cerchi di agire secondo quanto vi è scritto, perché allora tu porterai a buon fine le tue imprese e avrai successo...» (1,8)

e quello dei *Salmi* («*Beato l'uomo che non segue il consiglio degli empi / non indugia sulla via dei peccatori / e non siede in compagnia degli stolti; / ma si compiace della Legge del Signore, / e medita la sua Legge giorno e notte*» (1,2)).

Sono parole che descrivono esattamente –nella sua radicalità– la vicenda vocazionale dell'uomo. S. Teresa lo dirà a modo suo: È facile essere santi (realizzati); basta fare la volontà di Dio.

2. «Vegliare in preghiera» S. Cassiano diceva ai suoi monaci (e J. Soreth lo ripeterà commentando la *Regola Carmelitana*): *«Lascia che il sonno ti vinca mentre mediti [il versetto: “Il nostro aiuto è nel nome del Signore”] così che, formato da questo esercizio incessante, tu possa cantarlo perfino mentre dormi»*; e A. Ballestrero spiegherà che: *«L'incessante “vigilia in orationibus” non può non diventare la traduzione di profondi desideri che sorgendo dal centro dell'anima, dilagano in tutta la vita e gradatamente la trasfigurano: non più un semplice vivere terreno, ma la trepida attesa dell'amorosa presenza di Colui che, nascosto, nutre ed alimenta la perenne “vigilia d'Amore”»*[Eph. Carm.1948].

Il vegliare meditando e pregando rimanda all'*«attesa del ritorno del Signore»*, considerata componente essenziale dell'intera vita cristiana, che nelle veglie oranti trova la sua più acuta manifestazione; per essere pronti all'incontro.

* Prima Lettera di Pietro (4): «*Poiché Cristo soffrì nella carne..., armatevi degli stessi sentimenti di lui... Basta col tempo trascorso nel soddisfare le passioni del paganesimo vivendo nelle dissolutezze, nelle crapule, nei bagordi, nelle ubriachezze... La fine di tutte le cose è vicina. Siate dunque prudenti e vigilanti per le preghiere*».

* Anche l'Apostolo Paolo insegna: «*Prendete anche l'elmo della salvezza e la spada dello Spirito che è la Parola di Dio. Pregando continuamente in spirito con ogni sorta di preghiere e suppliche, e vigilando a questo scopo con ogni perseveranza e preghiera per tutti i santi...*» (Ef 6,17-18).

* «*Siate sempre lieti, pregate senza interruzione, in ogni cosa rendete grazie. Questa è la volontà di Dio in Gesù Cristo verso di voi*» (1 Ts 5,16-17).

3. La recita dei Salmi e dei Pater è una indicazione concreta di come riempire di preghiera il tempo.

[11]. «*Coloro che con i chierici sanno recitare le Ore canoniche, le recitino secondo le prescrizioni dei santi Padri e la legittima consuetudine della Chiesa.*

Coloro che non sanno farlo, invece, dicano venticinque Pater noster nelle viglie notturne, eccettuate le domeniche e i giorni solenni, nelle cui viglie prescriviamo che detto numero sia duplicato, in maniera che si dicano cinquanta Pater noster. La stessa preghiera, poi, si dirà sette volte alle Lodi del mattino, come si reciterà sette volte per ciascuna delle ore, ad eccezione che per i Vespri, in cui si dovrà dire quindici volte».

Nonostante che il comando di meditare e pregare si estenda «*al giorno e alla notte*», e intenda prescrivere la *preghiera incessante*, la *Regola* non tralascia di precisare come distribuire la recita dei Salmi lungo le ore del giorno e della notte «*secondo le prescrizioni dei Santi Padri e l'approvata consuetudine della Chiesa*». Inoltre insegna come tale recita possa essere sostituita –da chi non sa leggere– con quella di un congruo numero di «*Pater noster*».

Questa è una indicazione come conciliare la «*preghiera continua*» con le mille esigenze –spesso inevitabili– della vita; come riempire di preghiera tutti gli spazi e i tempi; come imparare a pregare *anche* durante i tempi e gli spazi che si devono comunque concedere ad altre necessarie *attività* (fisiche, manuali), e *perfino* durante il sonno.

Su questa strada i monaci svilupparono una tale conoscenza del cuore e della mente, e di tutti i meccanismi dell'io (anche dell'inconscio), e di tutte le tecniche di dominio del proprio corpo – perfino del mondo materiale– da fare impallidire i nostri più moderni esperti, dando origine a quella corrente spirituale detta, in maniera generale: *Esicasmo*.

Ma è sull'altra strada –quella per così dire *laicale*– che la questione ricevette le sue più acute delucidazioni, proprio perché le più geniali menti cristiane (da Origene a Basilio, ad Agostino di Ippona, a Tommaso d'Aquino) si preoccuparono di insegnare a tutti i cristiani la possibilità di obbedire a quel totalizzante precetto circa la preghiera.

San Paolo nella sua *Prima Lettera a Timoteo* (5,5) scrive: «*La donna veramente vedova, rimasta sola, ha riposto la speranza in Dio e si consacra alla orazione e alla preghiera giorno e notte*». Anche qui si parla di «*pregare giorno e notte*» –tema affine a quello della *preghiera continua*– e il suo scopo è evidente: per la donna rimasta vedova, la cessazione dei doveri e delle preoccupazioni legate alla famiglia deve necessariamente produrre una maggiore invasione di *preghiera* che tende ad avvolgere l'intera esistenza («*giorno e notte*»). Ed è esattamente ciò che i monaci sceglieranno di fare: non per mancanza di una coniugalità, ma per una «*verginità*» liberamente e appositamente scelta. I monaci dunque erano chiamati a questo: a una preghiera «*ininterrotta*»; non però alla maniera di tutti i cristiani (*facendo cioè diventare preghiera la vita*), ma alla maniera loro propria: *facendo diventare vita la preghiera*.

1. L'ambito comune: la vita come preghiera incessante

Un antico testo attribuito a **Origene** dice: «*Il giusto si compiace nella legge del Signore, e medita sulla sua Legge notte e giorno*» (Sal 1,2). *Medita giorno e notte la legge del Signore non colui che si impadronisce con la memoria delle parole della legge, senza compierne le opere da essa comandate, ma colui che ha preso l'abitudine di ruminare quelle parole in modo da giungere alle*

opere corrispondenti, fin quando –attraverso l’esercizio continuo delle opere conformi alla Legge – egli diventa docile nel compiere tutto ciò che si addice a una vita perfetta secondo la Legge. E’ in questa maniera che gli sarà possibile “meditare la Legge di Dio giorno e notte”. Un simile uomo, sia che mangi o che beva o qualsiasi cosa faccia, fa tutto–come dice il divino Apostolo– a gloria di Dio. Perfino durante il sonno che egli prende per necessità, la sua attenzione (a Dio) influisce ancora, e influenza perfino i suoi sogni.

E’ così che si risolve il problema posto dal comando dell’Apostolo: “Pregate senza interruzione”.

Come si può pregare quando si dorme, o quando ci si occupa dei doveri verso il prossimo, o quando ci si deve occupare dei bisogni del proprio corpo? Sì, su questa questione noi affermiamo: l’uomo perfetto grida verso Dio, gli chiede di accordargli i doni migliori, agendo sempre in conformità con la Legge».

E S. Basilio precisa: La preghiera è essenzialmente domanda. *«Ma non dobbiamo limitare le nostre domande a ciò che diciamo con la bocca... la preghiera avrà il suo pieno senso a partire dal proposito della nostra anima, a partire dalle nostre azioni virtuose che si distendono su tutta la vita. “Sia che mangiate, sia che beviate, tutto fate a gloria di Dio” (1 Cor 10,31). Sei seduto a tavola? Prega. Portando il pane alla bocca, rendi grazie a Colui che te l’ha dato. Bevi del vino per rinvigorire il tuo corpo indebolito?*

Ricordati di Colui che te ne ha fatto dono per rallegrare il tuo cuore e dar conforto alla tua debolezza. Ti è passato il bisogno di mangiare? Fa’ che non ti passi il bisogno del tuo Benefattore. Quando indossi il tuo abito, ringrazia Colui che te lo ha donato.

Quando ti avvolgi nel mantello, accresci il tuo amore per quel Dio che ti ha provveduto di vesti appropriate sia per l’estate che per l’inverno... Finisce il giorno? Ringrazia Colui che ti ha dato il sole per illuminare il tuo lavoro diurno, e ti ha dato il fuoco per rischiarare la notte... Così tu pregherai senza interruzione, non in parole, ma unendoti a Dio con tutta la condotta della tua vita. In tal modo essa sarà una preghiera continua e incessante».

S. Gregorio di Nazianzo diceva: *«Bisogna ricordarsi di Dio più spesso di quanto non si abbia bisogno di respirare».*

E San Paolo «Siate lieti nel Signore; pregate incessantemente; ringraziate Dio di ogni cosa» (1 Ts 5,17).

S. Giovanni Crisostomo insegnava ai suoi fedeli che la preghiera è continua quando dà luce e sapore a tutta l’esistenza: *«La preghiera, o dialogo con Dio, è un bene sommo. E’ infatti una comunione intima con Dio. Come gli occhi del corpo, vedendo la luce, sono rischiarati, così anche l’anima che è tesa verso Dio viene illuminata dal bene ineffabile della preghiera.*

Dev’essere, però, una preghiera non fatta per abitudine, ma che proceda dal cuore. Non deve essere circoscritta a determinati tempi e ore, ma fiorire continuamente, notte e giorno. Non dobbiamo, infatti, innalzare il nostro animo a Dio solamente quando attendiamo, con tutto lo spirito alla preghiera. Occorre che, anche quando siamo occupati in altre faccende –sia nella cura dei poveri, sia nelle altre attività, magari impreziosite dalla generosità verso il prossimo– abbiamo il desiderio e il ricordo di Dio, perché insaporito dall’amore divino come da sale, tutto diventi cibo gustosissimo al Signore dell’universo. Possiamo godere pienamente di questo vantaggio, anzi goderne per tutta la vita, se a questo tipo di preghiera dedichiamo il più possibile del nostro tempo».

2. L’ambito monastico: la preghiera incessante come vita

È proprio perché l’intera vita cristiana può diventare preghiera, che alcuni possono tentare (per grazia di Dio) una strada ancora più vertiginosa: *fare della preghiera la loro vita.*

San Macario precisava: *«Il monaco è detto monaco per questo motivo: giorno e notte si intrattiene con Dio, e non pensa ad altro che alle cose di Dio».*

Sant’ Alberto di Gerusalemme, dovendo scrivere una “norma di vita” per gli eremiti carmelitani indica, come scelta esistenziale, la ricerca della solitudine e della quiete, esteriore e interiore, per dedicarsi esclusivamente al rapporto con Dio, nella preghiera ininterrotta.

Non si tratta solo, come è chiesto a tutti gli altri cristiani, di riempire la vita con *alcuni* momenti

espliciti di preghiera e con opere buone accompagnate dal “ricordo di Dio”, fino a che la vita diventi tutta preghiera. Si tratta più precisamente ed esplicitamente di una preghiera i cui atti tendono ad aumentare sempre più fino a sommergere, nei limiti del possibile, l’esistenza. Si tende in conclusione alla più perfetta e attuale unione con Dio, possibile in questa vita.

Per Giovanni Climaco si tratta di una «perpetua adorazione in presenza di Dio: che il ricordo di Gesù si unisca al tuo respiro, e allora conoscerai l’utilità dell’hésychia» (= quiete – tranquillità). Bisogna ardire di poter pensare, con la Sposa del *Cantico dei Cantici*,: “Io dormo ma il mio cuore veglia”.

Il Carmelitano, secondo la Regola, che ha preso come guida del suo cammino spirituale, deve diventare un **uomo «fatto preghiera» per vocazione.**

Che cosa impone esattamente il precetto della *Regola* di «meditare giorno e notte nella Legge del Signore e vegliare nelle orazioni»?

-. Indica certamente una **dedizione instancabile allo studio della Scrittura e alla preghiera.** Nel *De Trinitate* S. Agostino confessa: «Medito nella Legge del Signore, se non giorno e notte, almeno tutte le particelle di tempo che posso e scrivo le mie meditazioni perché la dimenticanza non le cancelli».

-. Indica che il meditare diventi sempre più «**leggere un testo della Sacra Scrittura con tutto il proprio essere**» (intelletto, memoria, cuore, sensibilità, sguardo... S. Teresa di G.), perché a Dio non si può dare solo qualche cosa. Per esempio: si parte da un testo sacro, soprattutto dai Salmi: le parole vengono pronunciate in modo che le labbra le assaporino, le orecchie le odano obbedientemente, la memoria le trattienga gelosamente, il cuore le ami, l’intelligenza le comprenda, la volontà decida di metterle in pratica.

-. Indica che l’**essere è dunque sospinto ad esercitare una «memoria totale».** Le espressioni della Scrittura, in tal modo, finiscono per imprimersi nella memoria al punto tale che esse pian piano sostituiscono le espressioni profane e comuni, e costituiscono un vero e proprio nuovo linguaggio. Vengono così a intrecciarsi due movimenti che poi fluiscono ininterrottamente l’uno nell’altro: all’inizio c’è l’obbedienza dell’io che si inclina sempre più alla «meditazione» con tutte le sue capacità fisiche e psichiche, fino a renderla simile al respiro; poi è il cuore a lasciare scaturire da sé la preghiera che lo inabita.

A questo proposito dice molto bene il card. A. Ballestrero: “Tutte queste forme molteplici di orazione, che possono anche trovare espressioni estremamente significative, nate dalla spontaneità di cuori vivi e di spiriti illuminati (come le Esclamazioni di santa Teresa, come l’Orazione dell’anima innamorata di san Giovanni della Croce, come l’Atto di offerta all’Amore misericordioso di santa Teresa di G.B., come l’Elevazione alla SS. Trinità di santa Elisabetta della Trinità), in casa nostra dovrebbero significare qualcosa. Dovrebbero aiutarci a comprendere come l’impegno di pregare sempre, per realizzare il Vangelo che ce lo Comanda, venga preso sul serio e venga anche articolato dalla varietà delle forme e dei momenti, a vantaggio di una contemplazione che si nutre con pazienza e con umiltà dei mezzi umani per disporsi così a quelle effusioni sovrumane che solo il Signore provoca e che solo il Signore sviluppa nella vita spirituale di un’anima a Lui consacrata”. Possiamo quindi concludere che il comando di «*Meditare giorno e notte nella Legge del Signore e vegliare in preghiera*», è veramente il cuore della *Regola Carmelitana*, perché abbraccia e accompagna, letteralmente e realisticamente, *tutto il tempo e tutte le attività dell’eremita.*



*S.Teresa: C XXI,1-2; 2MI,6.

Fino a che punto siamo convinti che a Gesù interessa molto di più che lo guardiamo (S. Teresa) che non le nostre opere (S. Teresa di G.B.)?

L’Orazione Carmelitana/Teresiana è veramente capita nella sua portata evangelizzatrice; oppure è oppure è solo qualcosa di personale e gratificante.