

## LA 5ª TAPPA DI UN CAMMINO: LA LOTTA.

### **Le strutture interiori per la maturazione delle persone.**

[16] *Dalla festa dell'Esaltazione della santa Croce fino alla Domenica di Risurrezione del Signore, digiunerete ogni giorno, eccettuate le domeniche, salvo che malattia, debolezza fisica o altra giusta causa non consiglino di tralasciare il digiuno, poiché la necessità non ha legge.*

[17] *Vi asterrete dal mangiare carne, a meno che non dobbiate prenderne a causa di malattia o di debolezza. E poiché in viaggio dovete piuttosto spesso domandare la carità, per non essere di peso a coloro che vi danno ospitalità, fuori delle vostre case potrete cibarvi con alimenti preparati con carne. E anche viaggiando per mare potrete mangiare carne.*

[18] *Ma poiché sulla terra la vita dell'uomo è una prova e coloro che vogliono piamente vivere in Cristo devono soffrire persecuzione, e il diavolo, vostro nemico, va in giro come leone ruggente in cerca della preda da divorare, cercate con ogni cura di rivestire l'armatura di Dio, in modo da poter resistere alle insidie dell'avversario.*

Sono indicazioni per una progressiva maturazione della persona che si dedica interamente al Signore. Esse descrivono la cosiddetta «*cella del cuore*», in parallelo con le altre tre norme dedicate alla cella materiale. Il digiuno e l'astinenza dalla carne sono, da sempre, mezzi ascetici ben noti a chiunque voglia vincere l'ingiusto dominio che il corpo esercita sull'anima, e la materia sullo spirito. Sono sempre stati raccomandati e praticati, anche al di fuori della tradizione ebraico-cristiana.

La Chiesa ha tenuto tali pratiche in grande conto e le ha raccomandate soprattutto ai monaci. Il canone IV del Concilio di Calcedonia insegnava: «I monaci devono aver caro il raccoglimento e attendere solo al digiuno e alla preghiera...».

Oggi è facile vedere in queste pratiche antiche una concezione dualista dell'uomo, e un certo disprezzo della materia; ma invece si tratta di *realismo*: chiunque vuole accostarsi a Dio sperimenta subito quanto la materia tenda a dominare malamente lo spirito e ad alterare lo stupendo equilibrio con cui il Creatore aveva pensato e fattola sua creatura. Quando l'uomo cerca di accostarsi un po' più intimamente al suo Dio, scopre subito la sua originale corruzione, radicata nello spirito; ma è il corpo a mantenere l'uomo legato alla corruzione dell'intero cosmo, ed è attraverso la materia che lo spirito viene sempre nuovamente aggredito.

Col digiuno e l'astinenza perciò l'uomo orante da un lato sperimenta umilmente la propria debolezza davanti a Dio e, dall'altro, prende posizione contro la corruzione della materia: non per un istinto di disprezzo, ma per riconquistarla a una originaria purezza. E' anche vero che queste pratiche ascetiche possono, alla lunga, rivoltarsi contro l'uomo. San Cassiano diceva ai suoi monaci che «*i digiuni eccessivi fanno male tanto quanto la ghiottoneria*». S. Teresa aveva paura per le troppe penitenze di S. Giovanni della Croce! (F.XIV,12). Nella *Regola Carmelitana*, digiuno e astinenza sono anzitutto un metodo per accompagnare Gesù nel suo cammino verso la Croce e per disporsi alla festa della Resurrezione. Infatti la norma sottolinea subito una particolare visione del tempo: l'*anno eremitico*, per così dire, è diviso in due parti più o meno uguali, e al centro c'è la Pasqua. I sei mesi che la precedono sono per gli eremiti una lunga quaresima, tempo del digiuno e dell'attesa dello Sposo, secondo il ritmo previsto dal Vangelo: «*Possano forse gli invitati a nozze digiunare mentre lo Sposo è con loro? Verranno però i giorni quando lo Sposo sarà loro tolto, e allora digiuneranno*» (Mt 9, 15). Digiunando e facendo penitenza, l'eremita obbedisce, anche temporalmente e fisicamente, al comando evangelico di «*seguire il Maestro portando la propria Croce*» per poter alla fine «*risorgere con Lui*» e vivere da risorti. Già S. Giovanni Damasceno aveva detto che il motivo per cui l'asceta mortifica i suoi sensi sta in questo: disporre il corpo affinché l'anima credente possa «*vedere il Risorto sfolgorante*».

La *Regola Carmelitana* ci situa proprio in questa forte linea patristica.

Notiamo anche che la data d'inizio del «*digiuno*» è anch'essa segnata da una festa gloriosa: «*l'Esaltazione della S. Croce*» e ciò deve ricordare all'eremita che la *croce* cristiana è ormai in ogni tempo gloriosa e va abbracciata con animo lieto. E se la Pasqua annuale era un vertice lontano nello scorrere dei mesi, ad ogni settimana però ritornava, anche per l'eremita, la festa domenicale a concedere l'interruzione del digiuno e il ricordo della sua quotidiana finalità: in vista della Pasqua e fino a Pasqua. Una finalità che consiste nella totale e gioiosa adesione a Cristo Signore. (S.Teresa di G.B. lo ripeterà con allegria: «*Se Gesù ha fatto pazzie per noi, anche noi possiamo farne qualcuna per Lui*». L 148 a Celina ).

Il significato più profondo del digiuno sta dunque nel desiderio e nel tentativo di fare più spazio al vero cibo spirituale: la Parola di Dio, l'Eucaristia.

Anche l'astenersi dalle carni era prescritto non tanto per povertà, quanto perché nella «carne» era visto lo «spessore» della corporeità, e “astenersene” significava riconoscere uno spessore ancora più grande alla “Parola di Dio” che si è fatta nostro cibo: era un segno di fede e di obbedienza, anche fisica, alla “Parola”.

E che gli scopi «*spirituali*» della norma fossero quelli decisivi lo si vede da un particolare che affiora ripetutamente: il legislatore non la urge mai in maniera rigida, severa, materiale –come se si trattasse di sfuggire a una contaminazione– ma ne chiede l’osservanza dolcemente, anticipando egli stesso tutti i casi in cui la norma potrebbe essere di aggravio, e dovrà quindi essere disattesa. (A. Ballestrero ricorda il secondo refettorio per i bisognosi).

L'eremita orante, che digiuna lungamente e si astiene sempre dalla carne, non può certo dimenticare che la sua battaglia è soprattutto spirituale. Ce lo ricorda espressamente S. Paolo: “*La nostra battaglia infatti non è contro creature fatte di carne e di sangue, ma contro i Principati e le Potestà, contro i dominatori di questo mondo di tenebra, contro gli spiriti del male che abitano le regioni celesti*”. (Ef.6,12).

Bisogna quindi avere ben chiare alcune cose: prima di tutto che la lotta è già radicata nella vita stessa, nella sua qualità –ormai inevitabile– di prova rischiosa. Ma ancor più, che la lotta si scatenerà come persecuzione inevitabile «*a causa di Cristo e della sequela*» e come *avversità* del demonio che si aggira ferocemente in cerca di prede umane. Perciò “*coloro che vogliono vivere seriamente in Cristo con attaccamento filiale*” devono sapere che c’è da combattere; non possono far finta di non sapere; non possono pensare che il Signore risparmierebbe a loro ogni sofferenza. È l’essere stesso umano e l’essere di Cristo che comportano la lotta: quindi come si cercano i mezzi più idonei per difendere e sviluppare la vita umana, così bisogna cercare i mezzi più idonei per difendere e sviluppare la vita spirituale. Bisogna *armarsi per difendersi* dai persecutori e da Satana. Bisogna *rivestire l’armatura di Dio per resistere alle insidie dell’avversario*. Bisogna lottare contro il male. “È importante, dice il Card. Ballestrero, rendersi conto che questa armatura, di cui il Carmelitano è chiamato a rivestirsi con tanto impegno e con tanta fedeltà, è un tutt’uno con l’ideale contemplativo. Non si è contemplativi senza il supporto della vita teologale; non si è contemplativi senza l’incremento della vita ascetica. Cambieranno i contenuti materiali, strumentali, tecnici dell’austerità della vita; potranno cambiare fino a un certo punto, ma senza l’austerità non c’è contemplazione... Per conto mio sono persuaso che, in una rievangelizzazione della nostra vocazione, in una riforma della nostra vita, questo capitolo delle *Esortazioni* deve trovare un’altra volta il suo impegno. Abbiamo bisogno di concrete rinunce ascetiche; abbiamo bisogno di scelte operative, che ci facciano uscire da quel generico «Dio sommamente amato», «Cristo pienamente seguito» che tutti gridano, ma che non traducono poi in gesti molto concreti... In effetti, viviamo in un tempo nel quale la spiritualità facilmente viene presentata come mistica senza l’aspetto ascetico della stessa, che è la conversione concreta; che è la pratica perseverante di ogni virtù; che è la fuga costante di ogni vizio; che è il superamento di ogni orgoglio; che è la consumazione di ogni carità”. (*Alla Fonte del Carmelo*, pg.195).

L’ascesi oggi non è certo di moda; ma sempre raccomandata da Gesù e dai suoi fedeli e innamorati seguaci.

Ascoltiamo ancora il Card. Ballestrero: “Ma c’è un altro aspetto in questo itinerario ascetico, che al Carmelo ha bisogno di essere sottolineato preliminarmente. La nostra vita è tutta legata alla preghiera; è tutta presa da quel «*meditare giorno e notte la legge del Signore, vigilando nelle preghiere*». Pensiamo forse che basta qualche anno di formazione per arrivare ad essere dei contemplativi perfetti? Crediamo che con un pochino più di istruzione, un pochino più di sapienza, riusciamo a catturare il dono di Dio nella sua pienezza? Leviamocelo dalla testa!

Chiamati alla contemplazione sì, decisamente sì, perennemente sì! Quando ci arriveremo? Quando il Signore ci porterà sulle sue ali e ci raccoglierà nel suo abbraccio; ma prima di allora ... Siamo pesanti, siamo opachi, siamo pigri; non c’è niente in noi che autorizzi questa speranza, ma c’è in noi una presenza che rende doveroso lo sperare: Cristo Signore. E il contrasto tra ciò che io non merito e ciò che il Signore mi offre, deve diventare una esperienza che mi mette in croce, sì, tutti i giorni; ma anche tutti i giorni diventa viatico per la mia fedeltà e per il mio amore”. (*Alla Fonte del Carmelo*, pg. 198).

Il Signore ci vuole perfetti; il Signore ci comanda di essere perfetti; il Signore fa di tutto perché noi siamo perfetti; ma spesso noi ce la mettiamo tutta per frenare, per trovare scuse, per dire che non vogliamo essere perfetti! “*Se la vostra giustizia non supererà quella degli scribi e dei farisei, non entrerete nel Regno dei Cieli*”.



Santa Teresa: FXIV,12; CXXXIX,3; IVM3,11. - A.Ballestrero, *Alla Fonte del Carmelo*, cap. XII e XIII.

S. Alberto ci ripresenta le esigenze ascetiche del Vangelo con alcune sfumature: quali sono e perché?  
Sappiamo davvero che la lotta appartiene alla vita?... e soprattutto alla vita cristiana?... quindi!  
Che rapporto c’è tra contemplazione e asceti? Vorremmo una contemplazione facile facile?