



sino al cuore

Quaresima 2020 con san Giovanni della Croce

Vangelo: Dialogo con la Samaritana (Gv 4)

Gesù giunse così a una città della Samaria chiamata Sicar, vicina al terreno che Giacobbe aveva dato a Giuseppe suo figlio: qui c'era un pozzo di Giacobbe. Gesù dunque, affaticato per il viaggio, sedeva presso il pozzo. Era circa mezzogiorno. Giunge una donna samaritana ad attingere acqua. Le dice Gesù: «Dammi da bere». [...] Allora la donna samaritana gli dice: «Come mai tu, che sei giudeo, chiedi da bere a me, che sono una donna samaritana?». [...] Gesù le risponde: «Se tu conoscessi il dono di Dio e chi è colui che ti dice: «Dammi da bere!», tu avresti chiesto a lui ed egli ti avrebbe dato acqua viva». [...] «Signore - gli dice la donna -, dammi quest'acqua, perché io non abbia più sete e non continui a venire qui ad attingere acqua». [...] Gesù le dice: «Credimi, donna, viene l'ora in cui né su questo monte né a Gerusalemme adorerete il Padre. [...] Ma viene l'ora - ed è questa - in cui i veri adoratori adoreranno il Padre in spirito e verità.



1. La meditazione della settimana: un cammino di interiorità

Abbiamo contemplato il Signore trasfigurato sul Tabor e poi lo abbiamo seguito, comprendendo che camminando dietro a Lui arriveremo alla meta del nostro viaggio, la montagna del Carmelo. Ma il cammino è lungo. Gesù è affaticato e cominciamo a sentire la sete.

Come il popolo nel deserto, siamo tentati di lamentarci con Gesù Cristo: «Dacci acqua da bere!» (Es 17,2) Che felicità fare sosta presso un pozzo, in Samaria!



• La ricerca di una sorgente

È facile per noi immedesimarci nella ricerca di questa persona sconosciuta che, in pieno mezzogiorno, va a cercare l'acqua. Questa donna con molte relazioni sentimentali è alla ricerca di una dignità, benché, probabilmente, la vita l'abbia delusa e gli uomini l'abbiano disprezzata. Anche noi possiamo a volte essere delusi dall'esistenza, tentati dal fatalismo, nell'attesa, forse segreta, di un evento che potrebbe cambiare la nostra vita. Questo evento è l'incontro con Gesù.

Gesù si ferma davanti a questa donna, e dunque davanti a noi, in una condizione di dipendenza: «Dammi da bere». Espediente abile per smontare un insieme di pregiudizi religiosi e culturali che rendevano impossibile questo incontro tra un uomo ebreo e una donna samaritana. Ma **Gesù oltrepassa le frontiere e s'abbassa per toccarci**; abbatte le nostre resistenze segnate dalla paura o dal disprezzo dell'altro. Ci rende capace di donare. Meraviglia: io sono capace di dare qualche cosa a Gesù! «Dammi da bere». Ma dove posso trovare qualcosa da dargli? Dove si trova questa sorgente che potrebbe soddisfare la sete del Signore? San Giovanni della Croce viene in nostro aiuto con la sua magnifica poesia La Fonte. Sa dove si trova questa fonte nascosta:

Come conosco bene la fonte che sgorga e scorre, anche se è notte!

La fonte eterna è nascosta; come so bene dove si trova, anche se è notte.

Giovanni ha scritto questa poesia mentre era prigioniero a Toledo; il solo rumore che sentiva quando la città dormiva, era il fluire del fiume Tago che scorre ai piedi del convento dei carmelitani. Nella notte, questo continuo scorrere era per lui un segno di vita. Tenue ricordo della presenza nascosta di Dio, anche nel mezzo della prova e del fallimento completo. Questa fonte, Giovanni la vede in maniera particolare nel sacramento dell'Euc

caristia, come lo svela la fine della poesia:

La fonte eterna è nascosta in questo vivo pane per darci vita, anche se è notte.

Nella Salita del Carmelo, Giovanni orienta la nostra ricerca della fonte verso l'interno. L'Eucaristia ricevuta nella comunione ci tira verso le profondità del nostro cuore ... Là si trova la fonte che stiamo cercando ...

• Nell'interiorità, al di là di ciò che sentiamo

Nel vangelo abbiamo visto come Gesù si impegna per risvegliare il desiderio spirituale di quella donna. Sviluppa un'autentica **pedagogia dell'interiorità**: la sete materiale gli permette di evocare la sete segreta della Samaritana, la sua ricerca di un amore sicuro e di cui fidarsi che le dia dignità e rispetto. Questa donna, grazie al Signore, scoprirà profondamente se stessa, poiché ha accettato di guardarsi con verità. Così accade nella nostra vita spirituale: Dio ci educa e ci guida perché non lo cerchiamo più fuori da noi stessi ma dentro. **Il cammino spirituale è una vita d'interiorizzazione che ci conduce verso le profondità del nostro essere**: là incontriamo al tempo stesso Dio e noi stessi, nella verità. La profondità del cuore è al tempo stesso il luogo della nostra più grande intimità, il santuario della nostra coscienza, ed anche lo spazio dove Dio abita. Così, più mi avvicino a Dio in me stesso, più divento autenticamente me stesso.

È una grande avventura interiore e san Giovanni della Croce svela con maestria la pedagogia divina con la quale il Signore ci tira progressivamente verso il nostro cuore, invitandoci a disfarci delle apparenze esteriori. **Nel cammino della preghiera, spesso Dio dà all'inizio grazie sensibili per poi farle scomparire man mano che avanziamo**. Possiamo esserne turbati e possiamo anche reagire male: dicendo per esempio che la preghiera non ci dà più alcun piacere e che

è meglio lasciare perdere; oppure pensando che non stiamo progredendo nella vita cristiana perché non sentiamo più nulla. La prima reazione manifesta una forma di ripiegamento su se stessi e deve interrogarci: stiamo pregando per nostro piacere o per incontrare il Signore e amare sempre di più il nostro prossimo? Se è per amare Dio e il prossimo, non bisogna fermarsi al nostro piacere. La seconda reazione è un errore di giudizio: la nostra maturità spirituale non dipende da ciò che «sentiamo» nella preghiera. Al contrario, Giovanni della Croce afferma che Dio fa apposta a non darci più le stesse grazie sensibili: lo fa perché cresciamo e diventiamo adulti nella fede. Un neonato spirituale ha diritto ad avere molte consolazioni sensibili. Un adulto troverà invece la sua consolazione più in profondità, diffidando di ciò che sente o che non sente. **L'importante è vivere la preghiera a livello della fede e non solo di ciò che sentiamo**.

• Dio ci conduce verso il centro

«In questo modo Dio conduce l'anima di grado in grado fino a quello più interiore. [...] In questo modo dunque Dio la istruisce e la rende spirituale, cominciandole a comunicare lo spirituale dalle cose esteriori, palpabili e adattate al senso, secondo la piccolezza e la poca capacità dell'anima» (II MC 17, 4-5).

Dio ci prende dove siamo ma ci vuole portare più in avanti. Facciamo un esempio con il vino: come far apprezzare un vino di gran pregio a qualcuno che non conosce la differenza tra un vino da tavola e un vino di grande qualità? Bisogna educare il proprio palato un po' alla volta (cf. Fiamma 1, 5). Accade in maniera analoga nella vita spirituale: Dio educa la nostra sensibilità riformandola e convertendola. La nostra sensibilità deve vivere un distanziamento e un'esperienza di vuoto perché si svegli in noi una sensibilità più profonda e spirituale. Una volta destata questa sensibilità più profonda, non gusteremo più le grazie di Dio come facevamo

prima. Non pregheremo più come prima: la preghiera diventerà più semplice e spogliata da ragionamenti e impressioni.

«Così, quanto più si avvicina allo spirito nel rapporto con Dio, tanto più si spoglia e si svuota delle vie del senso, che sono quelle del ragionamento e della meditazione immaginaria. (...) Ricevuto il gusto e il sapore dello spirito, ogni carne è insipida; ossia tutte le vie della carne non recano vantaggio e non soddisfano» (II MC 17, 5)

Se qualcuno beve un vino di gran pregio, poi non apprezzerà più quel vino da tavola che precedentemente pensava fosse così buono ... Colui che affina la sua relazione con Dio sentirà meno il bisogno di provare qualcosa nella preghiera. Distanziarsi dalla nostra sensibilità nella vita spirituale ci dà dunque una libertà più grande nel proseguire il cammino. Non facciamo più dipendere la qualità della nostra vita di preghiera dal nostro sentimento. Non si tratta di rifiutarlo ma di metterlo al posto giusto. **Per fede sappiamo che Dio agisce quando gliene diamo il tempo e ciò ci basta**. È il segno che siamo cresciuti nella nostra vita spirituale. Se prendiamo l'immagine di un tronco d'albero, diremo con Giovanni della Croce che non viviamo più a livello della "corteccia" della nostra sensibilità (la parte più esterna) ma al livello più interno dello spirito per avvicinarci al cuore, in profondità, dove abita Dio.

• Come raccogliersi per adorare in spirito e verità

Per fare progressi su questo cammino d'interiorità, bisogna scegliere i mezzi più adatti. Giovanni della Croce afferma che è normale, agli inizi della vita spirituale, di appoggiarsi su alcuni luoghi significativi che ci aiutano ad avvicinarsi al Signore. Ma bisogna **stare attenti di non attaccarsi di più a questi luoghi che alla presenza stessa del Signore**. Ciò che conta è scegliere i luoghi per favorire la nostra vita di preghiera e non per il piacere degli occhi.





«Pertanto, sebbene sia meglio pregare dove vi è maggior decenza, tuttavia si deve scegliere il luogo dove il senso e lo spirito sono meno impediti di andare a Dio. A tal fine ci conviene ascoltare ciò che il nostro Salvatore risponde alla donna samaritana quando gli chiese qual era il luogo migliore per pregare, se il tempio o il monte. Le rispose che la vera preghiera non era legata al monte o al tempio, ma che gli adoratori graditi al Padre sono coloro che lo adorano in spirito e verità (Gv 4,23-24).

Quindi, sebbene i templi e i luoghi piacevoli siano dedicati e convenienti per la preghiera, infatti il tempio non deve essere usato per nient'altro, tuttavia, per un rapporto così interiore come questo che si stabilisce con Dio, si deve scegliere il luogo che meno occupi e distrugga il senso. [...] Perciò, per darci esempio, il nostro Salvatore sceglieva abitualmente per pregare luoghi solitari (Mt 14,23) e che non impegnassero molto i sensi, ma che elevassero l'anima a Dio, come i monti, che si innalzavano da terra e di solito sono privi di svago per i sensi (Lc 6,12).. [...]

Infatti per ricordarcelo l'Apostolo disse: Guardate che i vostri corpi sono tempio vivo dello Spirito Santo che dimora in voi (1Cor 3,16). A questa considerazione ci rinvia il testo di Cristo che abbiamo citato: Ai veri adoratori conviene adorare in spirito e verità (Gv 4,24). » (III MC 39,2.40,1)

In questa settimana cerchiamo di intensificare la nostra sete spirituali e di cercare Dio non nelle mura ma al centro di noi stessi. Là, nel nostro cuore, adoriamolo in spirito e verità.

fr. Jean-Alexandre de l'Agneau, ocd
(Convento d'Avon)

2. I tre suggerimenti pratici della settimana

1. Quale immagine esprime meglio per me la mia sete spirituale?
2. Mi prendo il tempo di considerare i luoghi della mia preghiera abituale: mi aiutano a interiorizzare? Sono pronto a cambiarli, se necessario?
3. Che posto do al sentimento nella preghiera? Come posso crescere nella fede?

3. Pregare ogni giorno della settimana

Lunedì 16 marzo: così come piace a Dio

«Ma egli, passando in mezzo a loro, si mise in cammino» (Lc 4, 30).

«Gesù Cristo, in questa vita non ebbe altro gusto, né lo volle, se non fare la volontà di suo Padre, che egli chiamava suo cibo e nutrimento» (I MC 13, 4 che cita Gv 4,34)

Che slanci interiori mi stanno guidando nell'azione e nel mio progresso spirituale? Ciò che mi piace o il gusto di far piacere a Dio?



Martedì 17 marzo: la dolcezza delle parole di Gesù

«Ora ti seguiamo con tutto il cuore, ti temiamo e cerchiamo il tuo volto» (Dn 3, 41).

«E la Samaritana dimenticò l'acqua e la brocca per la dolcezza delle parole di Dio» (Fiamma 1,6 evocando Gv 4, 28).

Riporto vivamente alla memoria un momento decisivo della mia vita di preghiera e lo utilizzo per rimettere al centro l'amore di Gesù.



Mercoledì 18 marzo: il ricordo di Dio

«Ma bada a te e guardati bene dal dimenticare le cose che i tuoi occhi hanno visto, non ti sfuggano dal cuore per tutto il tempo della tua vita» (Dt 4,9).

«Cerchi sempre di tenere Dio presente e di conservare in sé la purezza che Dio le insegna» (PLA 141)

Come custodisco il mio cuore, i pensieri che lo abitano?
Ravvivo in me il ricordo di Dio.



Giovedì 19 marzo: la fede di san Giuseppe

«Infatti non in virtù della Legge fu data ad Abramo, o alla sua discendenza, la promessa di diventare erede del mondo, ma in virtù della giustizia che viene dalla fede» (Rm 4, 13).

«L'anima non si unisce a Dio in questa vita per mezzo della fede, della speranza e dell'amore» (II MC 6, 1).

Con l'aiuto di san Giuseppe, faccio un atto di fede in Dio in una situazione concreta.



Venerdì 20 marzo: l'amore autentico di Dio

«Amerai il Signore tuo Dio con tutto il tuo cuore e con tutta la tua anima, con tutta la tua mente e con tutta la tua forza» (Mc 12, 30).

«L'anima che cammina nell'amore non stanca e non si stanca» (PLA 96).

L'amore di Dio è diventato per me una forza quotidiana, una energia vitale?



Sabato 21 marzo: il mio modo di amare Dio

«Poiché voglio l'amore e non il sacrificio, la conoscenza di Dio più degli olocausti» (Os 6,6).

«Se l'anima si abitua al sapore della devozione sensibile, non riuscirà mai a passare, mediante il raccoglimento interiore, alla forza del godimento dello spirito» (III MC 40, 2).

In che modo amo il Signore nella mia vita di preghiera? Come posso progredire?

