

COSA SONO GLI ESERCIZI DI REALTA'

di don Luigi Maria Epicoco

"Il primo passo per poter rendere la fede qualcosa di radicalmente rivoluzionario dentro la nostra vita è quello di liberarci di dio. Volutamente dio è scritto con la lettera minuscola. Perché il dio di cui dobbiamo liberarci è quello creato dalla nostra testa, dai nostri ragionamenti, dalle nostre paure, dalla nostra storia, dalla nostra immaginazione. Molto spesso il cristianesimo che ci ha deluso non è quello reale, ma quello che ci siamo creati dentro la nostra testa. Molte volte dio è stato per noi una via di fuga, una droga per scappare dalla realtà, per sopportare delle situazioni, per esorcizzare la paura. Ma finito quel momento è tornato a far parte dell'insieme di cose che mettiamo in atto per continuare a rimanere a galla. Finché non ci libereremo da questo dio soggettivo non potremmo lasciare spazio a Dio vero, quello oggettivo, quello che non è creato dalla nostra testa e dalla nostra immaginazione. Il Dio che ci ha davvero dato la vita, che è venuto al mondo, che è morto per noi, che è Risorto, che ci ha salvati.

La differenza è seria ed è sostanziale. Immaginate di stare a camminare in un deserto, il sole picchia, e il caldo si fa sentire. Il sudore scorre sulla vostra fronte, la bocca vi si asciuga e la voglia di bere cresce in voi passo dopo passo, ma all'orizzonte non ci sono oasi, fonti, rubinetti di soccorso. Quel bisogno di acqua, è un bisogno reale, oggettivo. Non è creato da qualche nostra paranoia o fissazione.

E' un bisogno vero e concreto. Quale soluzione adottiamo? Quale via d'uscita scegliamo? Potremmo fermarci, chiudere gli occhi e immaginarci l'acqua. Convincerci che più penseremo intensamente a quell'acqua più ci disseteremo. A cosa ci porterà una simile scelta? Alla delusione e alla morte, perché nessuno sforzo della nostra immaginazione può rispondere a un bisogno concreto che proviamo. L'acqua non è la creazione di un mio ragionamento. L'acqua è qualcosa di oggettivo a me. O c'è o non c'è. Non ci sono alternative.

Ugualmente è così per quella sete di felicità e di senso che portiamo nel cuore. Non è una sete creata da un nostro capriccio. È una sete vera, concreta, totale. È il bisogno di amare e di sentirsi amati. Il bisogno di avere un senso, di gustare la vita con una pienezza che sentiamo premere in noi come mancanza. L'inquietudine che ci attanaglia è come il rantolo e l'affannarsi di un uomo assetato nel deserto che cerca disperatamente acqua e riesce con le sue forze solo a portarsi alla bocca sabbia. In questa esperienza estrema del nostro limite e della nostra sete, è lì che incontriamo Dio. È lì che capiamo che Lui non è un hobby del fine settimana, o una tradizione confusa con il folklore dei nostri paesi. Dio è essenziale a noi, come l'ossigeno per il corpo. Siamo fatti per Lui, come una pianta è fatta per il sole anche se vive aggrappata alla terra. Quel sole ne è il principio vitale nascosto, segreto, ma essenziale. E questo Dio non può coincidere con la nostra immaginazione. Non può essere il Dio creato della nostra fantasia.

Eppure la stragrande maggioranza di noi non è "credente", è semplicemente "credulona", perché si accontenta di un dio psicologico, di un dio creato dalla nostra paura e dalla nostra insicurezza, un dio dipinto dai nostri sensi di colpa e da educazioni non sempre impeccabili. Molte stagioni della nostra vita le viviamo feriti dalla delusione che un dio così ci lascia addosso. Dobbiamo liberarci da questo dio, o non avremo mai spazio e tempo da offrire al Dio Vero. E non lasciare spazio a questo Dio vero significa non lasciare spazio al Senso della vita che viviamo.

E quando uno non prova, non sente, non percepisce più il senso, man mano perde interesse nella vita, si deprime, si annichilisce, smette di vivere per al massimo sopravvivere.

Ma questo capovolgimento avviene attraverso un esercizio faticoso e costante. Soppiantare un dio soggettivo con il Dio vero, quello reale, è fatica che costa una decisione profonda da parte nostra. L'unico ingrediente necessario è l'ingrediente della fedeltà, della costanza. Non cambierà tutto da un minuto all'altro. Cambierà tutto con il tempo. Ma non un tempo qualsiasi, ma un tempo nuovo, riempito da "esercizi di realtà", che giorno dopo giorno ci riscatteranno dall'isola che non c'è della nostra testa e ci riporteranno con i piedi per terra, davanti a Lui. Perché la realtà è il luogo dove Dio parla, dove Dio si manifesta. La differenza che passa tra la nostra immaginazione e la realtà, è la stessa differenza che passa tra la fotografia di una persona che amiamo, e la persona che amiamo in carne ed ossa. Se dovessimo scegliere tra queste due cose cosa sceglieremmo?

Preferiremmo abbracciare una foto? Parlare ad una foto? Dormire con una foto? Piangere con una foto? Certamente no. Sceglieremo la realtà, che nel bene o nel male supera sempre la nostra immaginazione. Ma questa scelta è il prodotto di una "fedeltà quotidiana", di una "fedeltà costante". Essere incostanti o intermittenti, significa fare più danno di ciò che era il punto di partenza. Ma la fedeltà e la costanza sono cose che si imparano un po' alla volta. Dobbiamo essere pazienti e forti con noi stessi. Risoluti e amorevoli. E come un bambino un po' alla volta impara a camminare e a parlare, anche noi un po' alla volta cominceremo a restare in piedi e a capirci qualcosa.

Primo Esercizio di realtà: ASCOLTARE

Lettura quotidiana della Parola di Dio (non scelta da noi ma scelta dalla Liturgia).

*"La Parola di Cristo dimori fra voi abbondantemente.
Ammaestratevi e ammonitevi con ogni sapienza"* (Col 3,16)

Come fare?

Invocare lo Spirito Santo anche solo con una preghiera semplice ma fatta di cuore come: *"Vieni Spirito Santo, Vieni per Maria"*. Senza la presenza dello Spirito Santo, la Parola di Dio è per noi solo parola di parole. Ma attraverso lo Spirito questa Parola per noi non è semplicemente una parola in mezzo alle altre, è Parola di Dio, viva e vivificante. **Viva** significa che è attuale adesso, anche se parla di cose del passato, e **vivificante** significa che produce un effetto dentro la nostra vita; un effetto che a volte non è percepito immediatamente dalla nostra ragione ma che ha la stessa caratteristica della vita e della natura così come ci viene raccontato dal profeta Isaia: *Così dice il Signore: "Come la pioggia e la neve scendono dal cielo e non vi ritornano senza avere irrigato la terra, senza averla fecondata e fatta germogliare, perché dia il seme al seminatore e pane da mangiare, così sarà della parola uscita dalla mia bocca: non ritornerà a me senza effetto, senza aver operato ciò che desidero e senza aver compiuto ciò per cui l'ho mandata"* (Is 55, 10-11). Il lavoro della Parola di Dio è in larga parte un lavoro silenzioso. Ciò non toglie però che a volte è anche dirompente, forte, immediato. A noi non è dato sceglierci il retrogusto dei suoi effetti. Noi accogliamo la Sua Parola con umiltà e fedeltà, non con

dipendenza e fatalismo. Con **umiltà** perché i pensieri di Dio sono immensi e ci oltrepassano, così molto spesso non capiamo immediatamente dove vogliono condurci, ma come bambini innamorati della propria madre continuiamo a fissare il nostro sguardo sulle sue labbra, fidandoci con immenso abbandono in Lui. Con **fedeltà** perché l'intermittenza nella vita spirituale porta poco frutto. Dobbiamo imparare la costanza, la quotidianità. Questa fedeltà diventerà la nostra vera forza, la vera energia di cambiamento della nostra vita, come quando uno sportivo non si accontenta di avere una passione o un particolare talento ma si allena ogni giorno, con costanza e fedeltà. Ciò lo rende un campione: *“Non sapete che nelle corse allo stadio tutti corrono, ma uno solo conquista il premio? Correte anche voi in modo da conquistarlo! Però ogni atleta è temperante in tutto; essi lo fanno per ottenere una corona corruttibile, noi invece una incorruttibile. Io dunque corro, ma non come chi è senza mèta; faccio il pugilato, ma non come chi batte l'aria, anzi tratto duramente il mio corpo e lo trascino in schiavitù perché non succeda che dopo avere predicato agli altri, venga io stesso squalificato”* (1Cor9,24-27). Senza l'applicazione seria, costante e quotidiana dell'ascolto della Parola, non avremo nessuno risultato, e ridurremo così Gesù a indifferenza o a emozione o sentimentalismo.

Un'altra cosa da non trascurare è quella di stare attenti a non trasformare l'ascolto della Parola di Dio in libera interpretazione, in filosofia complicata o in soggettivismo imbrattato di fede facendo dire a Dio ciò che invece abbiamo in mente noi. San Pietro a questo proposito ha parole illuminanti: *“E così abbiamo conferma migliore della parola dei profeti, alla quale fate bene a volgere l'attenzione, come a lampada che brilla in un luogo oscuro, finché non spunti il giorno e la stella del mattino si levi nei vostri cuori. Sappiate anzitutto questo: nessuna scrittura profetica va soggetta a privata spiegazione, poiché non da volontà umana fu recata mai una profezia, ma mossi da Spirito Santo parlarono quegli uomini da parte di Dio”* (2Pt 1,19-21). Per sfuggire questa deriva dobbiamo assumere un doppio antibiotico spirituale:

1. Innanzitutto dobbiamo frequentare la Parola con stupore senza mai dare per scontato niente. Soffermandoci sulle parole, sulle descrizioni, sui luoghi, sulle persone, sui gesti, come se noi fossimo in quella scena raccontata. Dobbiamo guardare tutto con attenzione, senza fretta, senza l'ansia di tirar fuori subito una morale della storia o qualcosa da portar subito via. Attraverso l'opera dello Spirito è come se quell'esperienza raccontata, quella parola pronunciata ci entra dentro nella stessa maniera con cui una persona capisce dipiù la bellezza del mare se lo vede di persona più che se deve accontentarsi della descrizione di qualcuno altro. La Parola di Dio ci mette sempre in prima persona. Lo Spirito misteriosamente ci ammaestra attraverso l'esperienza diretta, e ciò lo riusciamo a capire pian piano, con il tempo. Ciò che prima era semplicemente l'ascolto della parola di qualcun altro, ad un certo punto diventa un ascolto che mi rende protagonista, che mi cambia per esperienza e non per spiegazione. Motivo per cui con il tempo dovremmo man mano acquisire anche qualche notizia maggiore sul testo Sacro. La storia, la geografia, le caratteristiche redazionali possono essere un aiuto a farci comprendere meglio ciò che leggiamo. Mai accontentarsi del minimo indispensabile. Approfondire, imparare, acquisire e rendere anche gli altri partecipi di queste notizie. In questa maniera si sdogana il monopolio della Parola come un fatto riservato solo a pochi. Invece la Parola di Dio è un fatto ecclesiale, perché fa la Chiesa, la raduna, l'ammaestra, la prepara all'incontro con Gesù, specie nell'Eucarestia ma anche nel prossimo e nella stessa realtà. La Parola trasforma la nostra mentalità, “ci toglie un cuore di pietra e ci dà un cuore di carne”. Senza l'aiuto e l'opera della Parola di Dio dentro la nostra vita, noi siamo condannati al “fai da te”, e di conseguenza alla delusione e all'illusione.

2. Inoltre è importante condividere la Parola. Mai accontentarsi di ascoltare la Parola da soli. Bisogna trovare sempre il modo di spezzare con qualcun altro l'esperienza dell'ascolto. Parlarsi, scambiare sguardi sulla Parola letta, attualizzarla, calarla nella cronaca della nostra vita e soprattutto cercare di capire una qualche direzione da prendere. E mai pensare che quella Parola è Sacra nel senso che è valida e lecito leggerla solo in Chiesa o affini. Ovunque ci troviamo quella Parola deve essere con noi, deve diventare argomento di discussione, di dialogo. Quella Parola deve profumare di normalità, di quotidianità, di casa. Nel caso in cui si è impossibilitati a poter condividere con qualcun altro, potrebbe essere d'aiuto anche leggere la riflessione di altri sullo stesso brano, ovviamente dopo averne in qualche maniera fatta una personale. Mai accontentarsi della digestione di altri. Ciascuno deve nutrirsi e cercare di digerire personalmente la Parola. E con il tempo ciò che sembrava difficile diventerà più semplice, e ciò che ci sembrava inaccessibile diverrà chiaro come il sole del mattino.

Fare questo con costanza ogni giorno è un esercizio di realtà che distrugge il dio inventato dalla nostra fantasia e ci dona l'esperienza dell'incontro con un Dio reale che cambia la nostra vita.

Dopo solo dieci giorni vissuti così vi accorgete che qualcosa sta cambiando, e ciò che prima sembrava solo buio man mano scricchiola e comincia a cedere spazio alla luce, al cambiamento, alla trasformazione. La farfalla ha cominciato a rompere la scorsa da bruco che c'ha addosso. Cristo si fa spazio facendo crescere in noi la Vita Nuova, quella che è stata seminata il giorno del nostro battesimo, e che attende di venir fuori. I sintomi? Aumento della libertà, della serenità, del coraggio nell'affrontare la realtà, Trasformazione della nostra capacità di amare che da egoismo latente diventa Amore vero, Amore che rende felici. E se cambiano noi comincia attraverso di noi a cambiare il mondo attorno a noi. Cristo cambia la storia non da fuori, ma da dentro, noi ne siamo il Suo prolungamento.