

Adorare

Riscoprire e amare il silenzio

*Il silenzio non è da fare
Esso è già lì.
Basta togliere le parole,
è lì come la pagina bianca
che rimane immacolata tra le righe.*

Adorare ha un'accezione particolare: deriva dal latino, composto dalla particella *ad* e da *orare* che deriva da os-oris bocca: era il gesto di chi portava la mano sinistra alla bocca,

la baciava e poi agitandola salutava l'oggetto, l'icona, il nume.

La dimensione cristiana ha posto questo gesto della mano in disparte e ha concentrato il significato *dell'ad-orare* nella contemplazione silenziosa, a volte ritmata da qualche preghiera, salmo o canto appropriato.

Le Parrocchie avevano spesso momenti di adorazione proposti ai fedeli e ovviamente poi vari istituti religiosi (soprattutto contemplativi) completavano l'opera. Oggi questo è molto più difficile e purtroppo si può dire che la comunità cristiana ha dimenticato il silenzio, la preghiera e l'adorazione.

Da anni noi abbiamo questa **24 ore no stop di preghiera** per le nostre comunità pavoniane: quest'anno offriamo come spunto di meditazione e di preghiera il grande dono, oggi scelta faticosa e difficile, del **SILENZIO** come presupposto non solo dell'adorare ma del vivere, del pensare, del nostro essere credenti.

1.

Babele è la nostra città

La cultura che ci ha preceduto, quella che ormai chiamiamo "la storia di ieri" non era muta! I bambini, pensati quanti erano! mica li potevi far tacere! Le strette viuzze dei nostri paesi: i vicoli di Napoli, i carugi di Genova, erano luoghi in cui da una finestra all'altra, da un androne ad un piccolo slargo la gente intesseva una sorta di "chiacchiericcio" che raccontava la quotidianità, ma spesso anche una vera "prossimità".

Poi c'erano le Feste, con al centro il momento religioso, la chiesa o il santuario, la piazzetta in cui trattenersi, qualche osteria che creava una sorta di "comunicazione eterogenea" fatta però dalla bocca, dalle voci, dai canti di chi lì ci viveva. Poi c'erano le ombre della sera e tutto veniva avvolto da un silenzio che solo qualche elemento naturale poteva interrompere: il vento, il tuono, lo scroscio della pioggia, il mormorio del torrente...

Oggi abbiamo ribaltato tutto: ci si parla raramente, bambini non ce ne sono più e se ci sono stanno davanti a "mezzi audiovisivi" e invece a tutte le ore subiamo una "pseudo comunicazione" infarcita dalle più svariate e spesso banali parole che riescono, sì ci riescono, a non dire niente, ma a trasformare questo nostro vivere in una continua "*babele*" di cui non è facile, e a volte non sappiamo come, riuscire a liberarci.

Lettura

“Credo che noi siamo le vittime della superficialità, dell’egoismo e dello spirito mondano. Ci perdiamo in lotte per stabilire l’influenza, in conflitti tra persone, in un narcisistico e vano attivismo”, ha detto il **cardinale Robert Sarah**. “Ci gonfiamo di orgoglio e di pretese, prigionieri di una volontà di potenza. Per cercare titoli, incarichi professionali o ecclesiastici accettiamo compromessi vili. Ma tutto ciò passa, come il fumo. Nel mio libro ho voluto invitare i cristiani e le persone di buona volontà a entrare nel silenzio. Senza di esso, ci troviamo in un’illusione. L’unica realtà che merita la nostra attenzione è Dio stesso, e Dio tace. Aspetta il nostro silenzio per rivelare se stesso”. Anche per questo, scrive ne *La forza del silenzio*, “è necessario uscire dal tumulto interiore per trovare Dio. Nonostante i turbamenti, il consumismo, i piaceri facili, Dio resta silenziosamente presente. E’ in noi come un pensiero, una parola e una presenza le cui fonti segrete sono nascoste nello stesso Dio, inaccessibili agli occhi umani”.

C’è un paradosso, se si vuole considerarlo tale, nell’invocare la solitudine, l’isolamento da tutto per ritrovare se stessi e gli altri. “La solitudine è lo stato migliore per trovare il silenzio di Dio. Per chi vuole trovare il silenzio, la solitudine è la montagna che deve essere scalata”. Un’impresa, insomma. Perché oggi, “i poteri mondani che cercano di plasmare l’uomo moderno scartano metodicamente il silenzio”. In un mondo ipertecnologico come quello contemporaneo, come è possibile trovare questo silenzio? Non è questione di iscriversi a corsi per sconnettersi da internet né di spegnere per qualche ora lo smartphone che spesso fa percepire come vere e reali relazioni che in realtà sono meramente virtuali. “Abbiamo la sensazione che il silenzio sia divenuto un’oasi inattingibile. Senza rumore, l’uomo postmoderno cade in una inquietudine sorda e lancinante. E’ abituato a un rumore di fondo permanente, che lo rende malato e lo rassicura”.

Senza rumore, l’uomo pare perduto. Il rumore lo rassicura, come una droga da cui è divenuto dipendente. L’agitazione diviene un tranquillante, un sedativo, una dose di morfina, una forma di sogno, d’onirismo senza consistenza”. Uno stato che fa perdere i riferimenti vitali e necessari e ancora di più il contatto con Dio, con la preghiera. “Il nostro mondo non comprende più Dio perché parla continuamente, a un ritmo e a una velocità della luce, per non dire niente. La civiltà moderna non sa tacere, nega il passato e vede il presente come un vile oggetto di consumo. Guarda l’avvenire attraverso le ragioni di un progresso quasi ossessivo”. C’è l’illusione che con “le manifestazioni esteriori”, osserva il cardinale, si abbia la prova della prossimità divina: ma “i nostri amici più vicini, a volte, sono lontani da noi, impediti dall’amarci”.

Nel corso della sua visita a Sulmona, nel luglio del 2010, **Benedetto XVI** aveva riflettuto proprio su questo punto, sottolineando come noi “viviamo in una società in cui ogni spazio, ogni momento sembra debba essere riempito da iniziative, da attività, da suoni; spesso non c’è il tempo neppure per ascoltare e per dialogare. Non dobbiamo avere paura di fare silenzio fuori

e dentro di noi, se vogliamo essere capaci non solo di percepire la voce di Dio, ma anche la voce di chi ci sta accanto, la voce degli altri”.

Preghiamo insieme

L’amore per diventare vero, pulito, profondo,
ha bisogno di calarsi nel cuore,
in silenzio e sedimentare, lentamente.

Aiutami Signore a trovare spazi di silenzio:

un silenzio per ascoltare e per gioire;

un silenzio per amare e per soffrire;

un silenzio per riflettere e per adorare;

un silenzio per vedere e contemplare;

un silenzio per creare e per ammirare.

Non voglio essere un uomo-sughero

Che sta sempre in superficie.

Non voglio essere un disco che gira da mattina a sera

Voglio essere un uomo capace di pensare, di ascoltare, di imparare.

Non ha senso vivere, devo sapere perché.

Non ha senso amare, devo sapere chi.

Non ha senso camminare, devo sapere per dove.

Non ha senso fare, devo sapere che cosa.

Sia la tua parola Signore, la luce del mattino,

la strada della mia fatica, il motivo del mio impegno,

l'arco della mia speranza, la prospettiva del mio amore

il riposo della mia stanchezza, la casa della mia salvezza. Amen

2.

Il silenzio nelle Parole delle fedi

I grandi momenti della fede biblica e cristiana sono abitati dal silenzio, spesso “visitati” dalla presenza di Dio che con la Sua Parola dà inizio ad un evento particolare della storia umana e religiosa. C’era silenzio nell’universo prima che Dio creasse il cielo e la terra e l’uomo... nulla sappiamo della vita di Abramo prima che Dio lo chiamasse... *Esci dalla tua terra...* silenzio in cima ad una montagna dove un rovelto arde e richiama l’attenzione del più grande dei profeti, Mosè... silenzio sulla cima dell’Oreb dove un altro profeta Elia sente solo una brezza leggera e si copre la faccia con il mantello... silenzio nella casa dove un angelo annuncia ad una Vergine che sarà Madre di Dio... silenzio, molte volte nella vita di quel Rabbi che va nel deserto e spesso si ritira, solo, a pregare in disparte... silenzio per tre giorni prima di scoprire una tomba vuota... silenzio che diventa “lingua di fuoco” nella Pentecoste... silenzio nell’Apocalisse quando si apre “il settimo sigillo”... Silenzio non è solo assenza di parola, ha un suo significato che va interpretato...

Lecture

Tutte le parole sono logore e l’uomo non può più dirle». Folgorante come spesso gli accade, *Qohelet/Ecclesiaste* pianta nella roccia della storia una spada: l’antico sapiente sembra ergersi solitario persino nella logorrea contemporanea, mentre scorre attorno a lui il fiume vano dei viali informatici. Cristo sarà ancor più radicale: «Il vostro parlare sia: Sì, sì, No, no! Il di più viene dal Maligno» (Matteo 5,37).

C’è, però, un altro silenzio che merita una specifica riflessione ed è ciò che propone un pastore protestante, il francese Gérard Delteil, in un intenso volumetto dal titolo emblematico *Al di là*

del silenzio, evocando una frase di Edmond Jabès: «Dio è il silenzio che dobbiamo rompere». Sì, perché Dio tace, tant'è vero che il profeta Elia lo scopre in «una voce di sottile silenzio» (1Re 19,12). Egli è, sì, il Λόγος, la Parola, ma è anche un «mistero», e questo vocabolo ha alla base il verbo greco *mýein*, «tacere». Non per nulla ciò che scopre alla fine Giobbe è il transito a un altro incontro con Dio, la visione: «lo ti conoscevo per sentito dire, ora i miei occhi ti vedono» (42,5). È l'esperienza mistica che è coniata su un termine che ha la stessa radice di «mistero».

Dio ci parla spesso con una voce calma e quieta. E' scritto nella Bibbia, in 1 Re 19:11-13 (NR): *“Dio gli disse: ‘Va’ fuori e fermati sul monte, davanti al Signore’. E il Signore passò. Un vento forte, impetuoso, schiantava i monti e spezzava le rocce davanti al Signore, ma il Signore non era nel vento. E, dopo il vento, un terremoto; ma il Signore non era nel terremoto. E, dopo il terremoto, un fuoco; ma il Signore non era nel fuoco. E, dopo il fuoco, un suono dolce e sommesso. Quando Elia lo udì, si coprì la faccia con il mantello, andò fuori, e si fermò all’ingresso della spelonca; e una voce giunse fino a lui, e disse: Che fai qui, Elia?”* Talvolta riusciamo a riconoscere meglio la maestà di Dio quando siamo in silenzio. E' scritto nella Bibbia, nel Salmo 46:10 (NR): *“Fermatevi, dice, e riconoscete che io sono Dio. Io sarò glorificato fra le nazioni, sarò glorificato sulla terra.”* Nel silenzio c'è forza. E' scritto nella Bibbia, in Isaia 30:15 s.p.(NR): *“Nel tornare a me e nello stare sereni sarà la vostra salvezza; nella calma e nella fiducia sarà la vostra forza; ma voi non avete voluto!”* La giustizia produce pace e una tranquilla sicurezza. E' scritto nella Bibbia, in Isaia 32:17 (NR): *“L’opera della giustizia sarà la pace e l’azione della giustizia, tranquillità e sicurezza per sempre.”* Il silenzio è un'appropriata espressione di riverenza. E' scritto nella Bibbia, in Habacuc 2:20 (NR): *“Ma il Signore è nel suo tempio santo; tutta la terra faccia silenzio in sua presenza.”*

Preghiamo insieme

Busso a tutte le porte, percorro tutte le strade,
a tutti stendo la mano, ma non trovo risposta.

Ho fame di un cuore aperto, di un'amicizia pulita
di una verità assoluta, di una bellezza riposante.

Ho fame di una pace che fiorisce, di una speranza che risplende,
di un volto che sorride, di una mano che accarezza.

Ho fame di orizzonti senza fine, di un fratello che mi comprenda
di un padre che mi perdoni, di una casa che mi accolga.

Ho fame di uomini che sanno vivere senza uccidere,
che sanno lavorare senza rubare,
che sanno camminare senza calpestare,
che sanno parlare senza ingannare,
che sanno condannare senza umiliare,

che sanno ascoltare senza distrarsi.

Se tu Signore colui che cercavo
e ora so che posso gridare a tutti
che non morirò perchè Tu sei la VITA.

Silenzio come capacità di ascolto e di contatto con il proprio “di dentro”

La prima evidente esperienza del silenzio è smettere di “dire cose” e avere l’umiltà di mettersi in ascolto delle varie dimensioni che profondamente toccano la vita dell’uomo: porsi in atteggiamento di ascolto verso Dio, verso il fratello che incontro, verso i fatti che si susseguono nella mia e nella vita dell’uomo, verso il grande “mistero” dell’esistenza, della natura, di tutto ciò che accade attorno a me, verso ciò che non è scontato ma che deve accendere in me oltre l’ascolto, la meraviglia, lo stupore, la gratitudine, il sentirsi piccoli...

La seconda esperienza che siamo chiamati a vivere attraverso il silenzio è far tacere tutto ciò che sa di exteriorità, di rumore, di contatto epidermico con un reale spesso contraddittorio e andare alla ricerca del mio “di dentro”, ascoltare senza paura il “respiro del cuore”, ciò che sta alla radice di quei “moti dello spirito” che diventano poi scelte di vita, motivazioni profonde, ricerca onesta della verità delle cose, spazio in cui amiamo riposare per “ritemprare l’anima”... Sant’ Agostino. *“Noli foras ire, in te ipsum redi, in interiore homine habitat veritas”*

Lecture

Io sono come una cattedrale dove si costruisce quel dialogo profondo e intenso con Dio che dà significato a tutti gli altri momenti della mia vita.

Ma anche questo “clima”, questa spiritualità non si improvvisa: anzi, qui il coefficiente di difficoltà (visto che la mia interiorità non è protetta da mura gotiche) è tremendo, qui il “salto qualitativo” è da primato del mondo... anche se, per chi ama, non esistono ostacoli o barriere

Chiesero al maestro: “Parlaci della preghiera”. Rispose: “La dottrina della preghiera si compone di dieci capitoli. Parlare poco è l’argomento del primo. Tacere quello degli altri nove. Se la tua anima si abituerà a tacere, ogni atomo del mondo ti parlerà. Tu mormori come un torrente, ma solo se imparerai a tacere diventerai oceano. E chi in questo oceano vorrà cogliere la perla della Parola di Dio, dovrà tuffarsi e trattenere il respiro.”
(Farid ed-Din ‘Attar, 1136-1230)

Se non ho ogni giorno almeno un quarto d’ora durante il quale riscopro qualcosa della mia fede, imparo qualcosa di nuovo, sono di nuovo interiormente emozionato come i discepoli sulla via di Emmaus, cui “ardeva il cuore” nel petto, allora io corro il pericolo di perdere la gioia della fede, di diventare interiormente insipido, di arrabbiarmi troppo in fretta per stupidaggini e di non avere più una grande prospettiva e una visuale serena sul mondo.
(Karl Lehman, vescovo)

Annalena Tonelli, uccisa il 5 ottobre 2003 in Somaliland dove da anni viveva tra i più poveri rifletteva questa esperienza: *“A Wajir eravamo una comunità di sette donne, tutte, sia pure in maniera e in misura diverse, avevamo sete di Dio, e capivamo che quando stavamo per perdere il senso del nostro servizio e la capacità di amare, potevamo ritrovare i beni perduti solo ai piedi del Signore. Per questo avevamo costruito un eremo e là andavamo per un giorno, o più giorni o per periodi anche lunghi di silenzio ai piedi di Dio. Là ritrovavamo equilibrio, quiete, lungimiranza, saggezza, speranza, forza per combattere la battaglia di ogni giorno prima di tutto con ciò che ci tiene schiavi dentro, che ci tiene nel buio.”*

In maniera laica e forse più semplice ma altrettanto vere sono queste parole di **Mina**, la cantante: *“Probabilmente due minuti al giorno di silenzio e di introspezione sarebbero più funzionali al recupero di energie. Avere il tempo di riconoscersi, come guardando, da fuori, ciò che siamo. Due minuti al giorno sono circa dodici ore all’anno. Costano poco, ce li possiamo permettere.”*

Preghiamo insieme

Nella mia giornata piena, o Signore non ti ho mai cercato
Non ti ho mai pensato, non ti ho mai parlato.
mille cose dai colori diversi
mille voci dai toni suavi e accalorati,
mille volti con altrettante storie nascoste e difficili
mi hanno catturato e interessato.

Tutto e tutti mi hanno rubato qualcosa e allora,
sfinite, ho fatto il tuo nome.

E tu mi hai preso per mano,
mi hai portato nella grande stanza del tuo cuore,
sì che io possa riprendere il mio volto d’uomo,
immagine e riflesso del tuo volto divino.

Co mano paziente e delicata hai ricostruito in me
Il tessuto che si era consumato,
hai riacceso in me il fuoco che si era spento,
hai fatto riscaturire in me la fontana della Pasqua,
perché chi cerca Te in me non resti deluso e amareggiato
ma beva e si rinfranchi,
e risorgendo, cammini e sia felice. Amen

Esperienze di silenzio che diventano proposte di vita

Andrea, fratello di Simon Pietro e l’altro discepolo, sentendo Giovanni Battista che chiama Gesù “l’Agnello di Dio”, lo seguono. Gesù si volta e chiede loro. “Chi cercate?” Essi rispondono: “Rabbi, dove abiti?” Disse: “Venite e vedrete.”

E’ questa la verità delle cose! Per capirne il senso devi farne esperienza, devi provare a farle diventare quotidiano, devi assumerle come stile di vita, non puoi conoscerle “per sentito dire”, devono quasi diventare una tua *“seconda natura”*: allora le vivrai con trasporto e daranno un’impronta alla tua vita, come diceva il profeta Geremia:

“Appena ho trovato le tue parole, io le ho divorate; le tue parole sono state la mia gioia, la delizia del mio cuore”

Siamo nell'era della fretta, attratti da mille cose e vorremmo farle tutte accorgendoci, che, spesso, è solo un “mordi e fuggi”, un lasciarsi alle spalle non esperienze autentiche, ma “detriti”, materiale di scarto, paccottiglia che non abbiamo nemmeno aperto.

Si deve partire da se stessi: quanto silenzio cercato, direi pianificato, voluto, c'è nella mia vita? E con che cosa riempio questi spazi di silenzio che riesco a ritagliarmi? Il silenzio può essere anche “una terapia”, solo un bisogno di staccare, un esercizio di concentrazione... che è già un primo passo...

Ma la grande proposta cristiana è lasciar entrare nel mio silenzio Dio, che spesso si porta con sé i volti dei miei fratelli, anche quelli “meno appetibili” e mi chiede “di prendermi cura di loro” e di ritornare poi al silenzio quando “il troppo da fare”, anche quello vero mi sfibra, mi svuota...

Ci sono “luoghi” che aiutano a riscoprire il silenzio, la ricerca della propria interiorità, la capacità di mettersi in ascolto soprattutto della Parola di Dio, di meditarla e gettarla poi

nel solco dei giorni: essi sono i monasteri, gli eremi, le scuole di preghiera, gli Esercizi spirituali, le giornate di Ritiro... ma è importante avere un “sistematico personale approccio” al silenzio nutrito dalla Parola e alimentato dalla preghiera... perché non sia come il seme gettato lungo la strada o tra le spine...

Lecture

La Parola di Dio a volte la sentiamo nelle liturgie alle quali partecipiamo, o in qualche altro raro momento, ma per un vero salto di qualità ci vuole un altro approccio: è quello **personale**, che nasce dal bisogno, dalla fame, come profetizza Amos: *“Ecco, verranno giorni, - dice il Signore Dio - in cui manderò la fame nel paese, non fame di pane, né sete di acqua, ma d'ascoltare la parola del Signore. Allora andranno errando da un mare all'altro e vagheranno da settentrione a oriente, per cercare la parola del Signore, ma non la troveranno”*, fame di una Parola che sola può nutrire e diventare chiave di lettura dell'esistenza: “Signore, che vuoi che io faccia”?

Ecco l'approccio, che ci fa un po' arrossire, di un non credente...

“Per molti anni di vita da operaio ho sfogliato le Scritture sacre e il loro antico ebraico un'ora prima di uscire al lavoro. Mi pareva così di afferrare qualcosa da ogni nuovo giorno prima di farmelo portare via dalla stanchezza. Credo di essere stato tra i pochi operai felici di buttarsi presto giù dal letto, perché quell'ora prima era la mia caparra. Anche adesso che non faccio più il mestiere ho custodito l'usanza e l'orario. Ogni mattina a testa vuota e lenta accolgo le parole sacre. Capiarle per me non è afferrarle, ma essere raggiunto da loro, essere così quieto da farsi agitare da loro, così privo di intenzione da riceverne da loro e così insipido da farsene salare. Così sono diventato ospite a casa delle parole della Scrittura sacra. Ogni giorno mi alzo assai presto, sfoglio per mia usanza l'ebraico dell'Antico testamento che è la mia ostinazione e la mia intimità”.

(Erri De Luca, *Ora prima*, Qiqajon)

Preghiamo insieme

Tutto il creato è il riflesso del Dio uno e trino.
Il Padre e il Figlio e lo Spirito Santo vivono
uno per l'altro, uno nell'altro, uno con l'altro.
Niente esiste per sé.
Ricevere e donare, accogliere e offrire;
è la legge della vita, ma è anche la legge della Fede.
La Chiesa mi ha generato ma io devo generare la chiesa.
Come Abramo sono chiamato e devo andare.
Come Mosè sono stato inviato e devo affrontare il rischio.
Come i Profeti sono stato da Dio posseduto,
e devo parlare in nome di Dio.
Come gli Apostoli sono stato scelto e devo evangelizzare.
Devo lavorare nel campo di Dio
e nel campo dell'uomo.
Devo amare per chi non ama.
Devo sperare per chi è disperato.
Devo credere per chi non ha fede.
Devo rivelare il Padre come Cristo lo rivela a me.
Sono in comunione con Dio: da Lui ricevo e a Lui devo donare.
Sono in comunione con i fratelli: da loro ricevo e a loro devo donare.
Sono in comunione con il mondo che ho accolto dentro di me,
per consegnarlo creato di nuovo e trasformato, a chi viene dopo di me.
Una fede non donata è morta, come un figlio non partorito.
Una fede non comunicata è un fuoco spento.
Aiutami, Signore, a fare ogni giorno esperienza di Te,
sì che io possa darti agli altri.
Fammi comprendere come il domani dipende anche da me.
Stamani ho visto i ragazzi che giocavano a "staffetta".
Ogni giorno devo trovarmi al punto giusto
per ricevere con gioia e donare con impegno. Amen.

*Questo è il tutto. Canti o altre preghiere o richiami pavoniani ciascuno
può inserirli a piacere*

Grazie p. Walter