

L'amore affettivo – Le tentazioni della preghiera – 5

(sr MariaGrazia F.)

Consolazione e aridità

Una premessa: come vediamo nella natura un alternarsi di stagioni, di giorno e notte, di tempo sereno e di tempo nuvoloso, e questa varietà conferisce bellezza al creato ed è condizione perché si sviluppi la vita di piante e animali, così accade in quel piccolo cosmo che è l'uomo. Se osserviamo in noi stessi, non sarà difficile notare che talvolta passiamo da momenti di grande serenità ad altri di estremo abbattimento, da giorni in cui ci sorride la vita ad altri in cui ci pare che tutto il mondo ci caschi addosso, da giorni di cielo azzurro terso ad altri di cielo coperto da nuvole fitte tanto da togliere la luce...

Se seguissimo queste alternanze saremmo continuamente in preda a malumori o entusiasmi, entrambi passeggeri e irragionevoli, sballottati su e giù dal nostro sentire... Per questo è importante collocarci sul piano della ragione e affidare ad essa le briglie dei nostri umori così da raggiungere una uguaglianza di cuore nella varietà sia delle situazioni sia degli stati d'animo istintivi. E ciò che dà vigore alla ragione per stabilizzarci e orientarci nel bene è il nostro desiderio-decisione di tenere fisso lo sguardo verso Dio e di tendere a Lui.

Ora questo discorso vale anche per la nostra vita di preghiera: ci sono giorni in cui la troviamo dolce, desiderabile, ci riempie il cuore di buoni sentimenti, ci fa stare bene, altri in cui proprio non ci dice nulla, solo il pensarci ci annoia, nel cuore proviamo buio e senso di indifferenza a Dio, noia, estraneità alle realtà divine... FdS ci mette in guardia: entrambe le situazioni hanno la loro tentazione ma, anche, entrambe racchiudono opportunità di maturazione spirituale.

Nella consolazione

Quando siamo nella consolazione e la preghiera ci torna dolce e facile, possiamo essere tentati di sentirci arrivati: 'come sono santo/a!'. ovviamente non lo diciamo neppure a noi stessi in modo così esplicito, però... una certa soddisfazione, un sentirsi bravi, magari meglio di... si insinua.

In questo caso il rimedio è tenere chiaro in mente che 'devozione' e dolcezze sensibili "non sono nemmeno parenti"!

“Ripeto che la devozione non consiste nella dolcezza, soavità, consolazione e tenerezza sensibile del cuore, che ci porta alle lacrime e ai sospiri e ci dà una certa gradevole e sensibile emozione in qualche esercizio di pietà... Questi sono sentimenti da bambini, teneri ma deboli, fantasiosi, ma senza seguito... La devozione non consiste in queste tenerezze e in questi affetti sensibili.

Questo sentire infatti può derivare semplicemente da una natura particolarmente sensibile o portata a tenerezza o anche facilmente impressionabile. Altre volte può essere il nemico che per rallentare se non bloccare del tutto il nostro cammino verso Dio provoca sensibilità e immaginazione, così da cercare di illuderci di essere già arrivati alla meta.

Con questo non si vuol dire che queste dolcezze e consolazioni nella preghiera debbano essere disprezzate in ogni caso. Infatti talvolta sono donate da Dio a scopo pedagogico o terapeutico. In questo caso vanno accolte con saggezza e umiltà, come 'zuccherini' che Lui ci offre per invogliarci a camminare nella via della santità mediante l'esercizio di una vita virtuosa. Saggia umiltà è riconoscere che la dolcezza e la bontà stanno nel dono che Dio ci fa in quel dato momento e non in noi stessi; è anche godere più che nella dolcezza che ci è regalata nel pensare a quanto sia buono Colui che ce la dona per sua grazia.

Chi ha dello zucchero in bocca non può dire che sia la sua bocca ad essere dolce, ma deve dire che è lo zucchero ad essere dolce; la dolcezza spirituale che ci viene data è senz'altro ottima e ottimo anche Dio che ce la dà, ma non se ne conclude che sia buono anche chi la riceve!...
Possedere delle dolcezze è molto, ma la dolcezza più grande è sapere che è Dio con la sua mano amorevole e materna a depositarcele in bocca, nel cuore, nell'anima, nello spirito.

Come abbiamo già osservato la cartina al tornasole della validità della preghiera (e quindi anche di questi momenti di consolazione) è quanto incide sulla vita concreta, quanto pian piano plasma il nostro cuore sulla forma del cuore di Gesù quale ce lo rivela il vangelo.

Se le dolcezze, le tenerezze e le consolazioni ci rendono più umili, pazienti, trattabili, caritatevoli e comprensivi nei confronti del prossimo, più pronti a mortificare le nostre concupiscenze e le cattive inclinazioni, più costanti nei nostri esercizi, più docili e disponibili nei confronti di coloro ai quali dobbiamo obbedire, più semplici nella nostra vita, in tal caso possiamo essere certi, Filotea, che vengono da Dio; ma se le dolcezze sono tali solo per noi, ci rendono eccentrici, aspri, puntigliosi, impazienti, cocciuti, orgogliosi, presuntuosi, duri nei confronti del prossimo e, già pensando di essere dei santarelli, rifiutiamo di sottometterci alla guida e alla correzione, si tratta, senza dubbio, di consolazioni false e dannose: un buon albero produce esclusivamente buoni frutti.

Una volta che abbiamo accolto con umiltà e gratitudine la consolazione dobbiamo poi servircene "attentamente secondo l'intenzione di Colui che ce l'ha donata". E la sua intenzione è farci crescere nell'amore, farci avanzare verso la santità. La nostra risposta sarà allora una obbedienza amorosa alla sua volontà, una accettazione più fiduciosa di quanto ci capita secondo il suo *bon plaisir*, una attenzione più delicata verso il nostro prossimo (a partire dal più prossimo!)

Perché Dio ci ha dato queste dolcezze? Per renderci amabili con tutti e pieni di amore verso di Lui...
Baciare il Salvatore, lo sai bene, vuol dire obbedirgli, osservare i suoi comandamenti, fare la sua volontà, seguire i suoi desideri; in breve: abbracciamolo teneramente con obbedienza e fedeltà.

Il bel tempo non dura sempre e può capitare che rapidamente arrivino nubi ad oscurare l'azzurro. Capita di sentirsi vuoti, lontani dalla devozione, senza alcun buon sentimento "senza piste per camminare verso Dio".

Ecco allora la tentazione di lasciar perdere la preghiera: 'tanto non serve... è inutile, perdo tempo', e magari ci mettiamo sopra un velo di fittizia umiltà 'sono troppo misero perché Dio debba stare ad ascoltare la mia preghiera... non sono degno di... meglio fare qualcosa di utile...' ecc.

In questi casi prima di tutto bisogna cercare di capire da dove viene questo stato. Può essere un passaggio di crescita, cioè Dio stesso che ci toglie gli zuccherini per farci desiderare e mangiare cibo sostanzioso. Altre volte può essere un rimedio medicinale del buon Dio perché avevamo fatto cattivo uso delle consolazioni che ci aveva donato... per es. ce ne siamo compiaciuti come fossero frutto di virtù nostra, ne abbiamo fatto motivo di vanto... oppure le abbiamo lasciate sterili, o le abbiamo trascurate per ricercare consolazioni di altro genere, terra terra... FdS ricorda:

Se hai la farina d'Egitto, non puoi avere la manna del cielo! Le api odiano tutti i profumi artificiali; le soavità dello Spirito Santo non possono convivere con le delizie artificiali del mondo.

Se poi non solo siamo andati in cerca di queste, ma ce ne siamo inebriati è chiaro che non possiamo avere in noi la consolazione dello Spirito Santo: "Dice un antico proverbio che le colombe ubriache trovano amare le ciliegie".

Va tenuto conto che la fatica nella preghiera può anche dipendere da cause indipendenti dalla nostra volontà, per esempio una situazione di malattia, di affaticamento fisico ecc. in questi casi la prima cosa da fare è rimediare alla causa (curarsi, prendersi il necessario riposo, la giusta alimentazione ecc) e... avere molta pazienza con se stessi.

L'indagine sulle possibili cause della aridità spirituale va fatta "senza agitazione e senza puntiglio, ma con semplicità e umiltà". Se poi non ritroviamo in noi nulla di tutto questo, conviene mantenersi nell'umile consapevolezza del nostro nulla, non mettersi davanti a Dio con atteggiamento di pretesa, ma ritornare all'intenzione prima per cui preghiamo, che è quella di far piacere a Lui, di unirci a Lui, lasciandogli la scelta del modo e del tempo. E soprattutto non molliamo la preghiera, non perdiamo il coraggio, ma perseveriamo con pazienza e una fiducia, anche se non 'sentita' ma ferma 'sulla fine punta dello spirito'. Non dobbiamo mai pensare che se facciamo fatica a pregare, se 'non ci dice nulla'... questo significhi abbassamento di livello del nostro amore per Dio, o sia un segnale che Lui non gradisce la nostra preghiera... anzi!

Molti, specialmente le donne, cadono nel grave errore di credere che il servizio che noi rendiamo a Dio senza piacere, senza tenerezza di cuore e senza sentimento, sia meno gradito alla Maestà divina; al contrario, le nostre azioni sono come le rose che, quando sono fresche, sono più belle, quando invece sono secche emanano un profumo più acuto.

Così anche ciò che facciamo al servizio di Dio si tratti di opere o del tempo della preghiera, "quelle fatte con tenerezza di cuore piacciono più a noi, ... quelle invece compiute con aridità ... hanno più

valore davanti a Dio". Perché in questo caso è la volontà amante il 'motore' e non il sentimento, ed è la volontà quella che il Signore cerca.

"l'orazione più gradita a Dio è quella che si fa per forza e costrizione", ossia quella che facciamo, non per il piacere che vi troviamo, o perché vi siamo portati, ma soltanto per piacere a Dio; ed è la nostra volontà che ci trascina quasi a forza, facendo violenza alle aridità e alle ripugnanze che vi si oppongono.

le distrazioni

Un altro elemento che ha a che fare con la nostra preghiera come elemento di disturbo e potenziale tentazione sono le distrazioni... esperienza comune, generale e quotidiana. Sembra che esse se ne stiano appostate e non appena ci mettiamo in preghiera partano all'assalto, ora insistenti e fastidiose, ora allettanti, ora sotto le vesti dell'urgenza o della necessità di risolvere, proprio in quel momento, questo o quel problema... altre volte nascono da realissime difficoltà, preoccupazioni che incombono (salute di persone care, problemi di lavoro o di mancanza di lavoro, i figli, ecc) Che fare quando ci assalgono proprio appena ci mettiamo in preghiera?

Intanto FdS invita a distinguere tra quelle volontarie e quelle involontarie, delle prime siamo responsabili, delle seconde no. Le prime sono quelle che andiamo a cercarci apposta, ma anche quelle che non abbiamo avuto cura di allontanare prima della preghiera (se passo una giornata in totale dissipazione, 'inseguendo farfalle', sarà difficile mettere uno sbarramento nel tempo della preghiera).

Per quelle involontarie FdS ci dice: "per quello che riguarda l'orazione non è meno utile a noi né meno gradita a Dio a motivo delle molte distrazioni... purché restiamo fedeli a ritirarci da esse e non lasciamo che il nostro spirito vi si soffermi volontariamente" (TS IX)

Non fare violenza al tuo pensiero...continua tranquillamente la tua preghiera e quando ti assalgono le distrazioni allontanale serenamente se puoi, altrimenti tieni il contegno migliore che ti sarà possibile e lascia che le mosche ti importunino mentre parli al tuo Re. Egli non bada a queste cose. Le puoi cacciare con un movimento garbato e tranquillo ma non con irritazione e impazienza che ti faccia perdere la serenità. OA XIII,123

Si tratta di avere pazienza con noi stessi, senza tuttavia indulgere. Allontanarle senza agitarsi o inquietarsi, e riportare ogni volta con calma il nostro cuore davanti a Dio. FdS assicura: "se il desiderio di pregare bene è un po' ardente, le distrazioni cesseranno a paco a poco e se non cesseranno l'orazione sarà tanto migliore perché fatta senza gusto e interesse ma per il puro desiderio di piacere allo Sposo". (OA XVII, 9). Se poi la distrazione è causata da qualcosa di serio e grave... il segreto per vincere è farla diventare essa stessa preghiera... invece di ragionarne tra noi stessi, farne argomento del nostro dialogo con Dio.

Per la riflessione

- Incontro queste tentazioni nella preghiera?
- Come reagisco in genere?
- Come trovo la descrizione che ne fa FdS e i suoi consigli al riguardo?

Testi di riferimento dove manca indicazione e nei riquadri: IVD IV, 13 e 14