

Un "incontro" che ti cambia la vita

**3. Dialogo con la donna non-condannata**

Ti chiedo perdono, Padre buono, per ogni mancanza d'amore, per la mia debole speranza e per la mia fragile fede. Domando a Te Signore, che illumini i miei passi, la forza di vivere con tutti i miei fratelli, nuovamente fedele al Tuo vangelo.

**Preghiera iniziale**

Concedimi, Signore, di stare alla tua presenza e di adorarti nel profondo del cuore. Aiutami a fare silenzio intorno a me e dentro di me, per poter ascoltare meglio la tua voce. Ispira tu i miei pensieri, sentimenti, desideri e decisioni, affinché io cerchi sempre e unicamente quello che è più gradito a te. Spirito Santo, Dono del Padre, crea in me un cuore nuovo, libero per donarmi senza riserve, seguendo Gesù, povero ed umile. Maria, Madre di Cristo e Madre della Chiesa, modello di disponibilità alla voce di Dio, aiuta la mia con la tua preghiera.

**Situazioni di preghiera** - tratto da CARLO MARIA MARTINI, *Itinerario di preghiera*, pp.20-23

È importante partire da questo fatto: **ciascuno di noi ha una propria, irripetibile situazione di preghiera**; irripetibile non soltanto perché è «mia» come persona diversa da un'altra, ma anche perché è «mia» in questo momento e quindi è anche irripetibile nel tempo (anche se ciascuno ha certamente dei moduli di preghiera che gli sono particolarmente propri).

La domanda si specifica così: «Come riconoscere la mia situazione; il mio stato personale di preghiera? Come farlo emergere?». Propongo prima di tutto osservazioni di carattere negativo: chiediamoci che cosa non è questo stato, questa situazione di preghiera.

Non è uno stato indotto dalla preghiera altrui, né da modelli di preghiera diversi, né da libri sulla preghiera. Benché tutte queste cose siano ottime (i libri, le preghiere altrui che noi impariamo e ripetiamo, i libri di Santi che ci offrono le loro esperienze), la difficoltà di questi strumenti è che essi possono entusiasmare, ma solo per un momento. Leggiamo delle pagine meravigliose di santa Teresa d'Avila, o di san Giovanni della Croce, sulla preghiera e allora sentiamo il bisogno di inserirci in questo ritmo, di entrare in consonanza con queste esperienze; per uno, due, tre giorni, una settimana ci pare di vivere di queste illuminazioni. Qualche pagina meravigliosa di sant'Agostino, tratta dalle Confessioni, qualche pagina splendida di Madeleine Debrèl: sono preghiere che possono suscitare in noi una certa consonanza affettiva, emotiva. Questo è molto buono, è parte dell'educazione, ma non porta ancora alla scoperta del nostro stato di preghiera; può anzi essere illusorio, può farci credere di aver già raggiunto chissà quali capacità e modi di pregare.

Svanito poi l'effetto di questa lettura, di questa parola ascoltata, di questa preghiera altrui ripetuta, ci ritroviamo con la nostra povertà e la nostra aridità. Dunque, anche se modelli, indicazioni, esperienze altrui, non sono strumenti sufficienti e molto utili per farci riconoscere qual è il nostro stato attuale di preghiera.

**Come trovare allora, dal punto di vista positivo, il nostro stato di preghiera, il nostro punto di partenza?**

Offro tre brevissime indicazioni; il mio stato di preghiera è:

**a) una posizione del corpo**

**b) un'invocazione del cuore**

**c) una pagina della Scrittura nella quale mi posso specchiare.**

Se amate veramente, perdonatevi tra voi; nel cuore di ognuno ci sia pace. il Padre che è nei cieli vede tutti i figli suoi, con gioia a voi perdonerà.

**Ti ringrazio, mio Signore, e non ho più paura, perché con la mia mano nella mano degli amici miei, cammino tra la gente della mia città e non mi sento più solo; non sento la stanchezza e guardo dritto avanti a me, perché sulla mia strada ci sei tu.**

a) il mio stato di preghiera è una posizione del corpo.

Quanto dico ha un po' carattere ideale, è difficile da praticare, ma può costituire un punto di riferimento. Dovremmo fare questa esperienza: lasciarci andare un momento e, così rilassati, domandarsi: se ora dovessi **esprimere veramente ciò che sento e ciò che desidero nel più profondo**, quale atteggiamento assumerei come espressione mia di preghiera? **Dovremmo poi vedere se qualche atteggiamento si forma in noi**: può essere l'atteggiamento dell'orante, con le braccia alzate o le mani giunte in invocazione; può essere l'atteggiamento della preghiera come usano gli orientali che si buttano con la faccia a terra, o come Gesù nell'orto, in ginocchio con la faccia a terra; può essere l'atteggiamento delle mani in accoglienza, di chi guarda lontano e aspetta, come il padre aspetta il ritorno del figliol prodigo, o l'atteggiamento di chi attende qualcosa o di chi domanda.

Sembrano cose semplici, potrebbe forse sembra ridicolo metterle in pubblico, ma noi ci esprimiamo così, ci esprimiamo anche con i gesti. E quando nel silenzio, come dice Gesù in Matteo, chiusa la porta della camera, preghiamo il Padre nel segreto (Mt 6,6), lasciamoci qualche volta liberi di esprimerci: potremo cadere in ginocchio con la fronte a terra, o alzare spontaneamente le mani, o aprirle in atteggiamento di colui che sta per ricevere, oppure possiamo metterci in atteggiamento di sottomissione. **E' importante che proprio attraverso l'esperienza del nostro corpo noi mettiamo a nudo la profondità dei nostri desideri.**

b) il mio stato di preghiera è un grido del cuore.

Proviamo a chiederci: se dovessi in questo momento gridare, esprimere con una invocazione ciò che chiedo a Dio di più profondo, ciò che maggiormente mi sta a cuore, come lo esprimerei? Lasciamo che venga liberamente alla luce ciò che in quel momento ci qualifica potrebbe essere l'invocazione: «Signore, abbi pietà di me», oppure: «Signore, non ne posso più!»; «Signore ti lodo»; «Signore, ti ringrazio»; «Signore, vieni in mio soccorso»; «Signore, sono sfinito».

Anche Gesù in un preciso momento della sua vita ha esclamato: «L'anima mia è triste fino alla morte» e «Ti ringrazio, Padre, perché mi esaudisci sempre».

**Cerchiamo tra queste invocazioni del cuore quella che maggiormente risponde a ciò che sentiamo, quella che può essere il punto di partenza della nostra preghiera, quella che qualifica la situazione che stiamo vivendo.** Questa invocazione potrà evidentemente essere arricchita con preghiere altrui, approfondita con l'aiuto di altri che hanno pregato prima di me e forse meglio di me. Questa invocazione può sembrare una realtà povera, semplicissima, è un filo d'erba, magari un filo d'erba piccolissimo in confronto agli alberi giganteschi della preghiera dei Santi; però il mio filo d'erba, è ciò che io metto davanti a Dio come mia semplicissima preghiera.

Gesù ha richiamato la parola di quel pubblicano nel tempio: «Signore, abbi pietà di me peccatore». Ecco, quest'uomo che aveva trovato autenticamente il suo stato di preghiera tornò giustificato: con una sola espressione aveva messo a nudo completamente se lo stesso. Era dunque un grido del cuore.

c) il mio stato di preghiera è una pagina della Scrittura in cui mi posso specchiare.

Poniamoci la domanda: se io dovessi esprimere maggiormente ciò che sento, desidero, temo, ciò che chiedo a Dio, ciò che vorrei chiedergli, se dovessi esprimere la mia situazione davanti a lui, in quale personaggio, in quale figura, in quale scena del Vangelo mi metterei? Potrei mettermi là dove Pietro, sul lago, dopo aver mostrato l'atto di coraggio di buttarsi in acqua dice: «Signore, non ce la faccio». Potrei mettermi tra gli Apostoli, che di fronte alla gente che domanda il pane dicono: «Signore, dove andremo, come facciamo?» Oppure, potrei riconoscermi e specchiarmi in qualunque altra scena del Vangelo o nelle parole di un salmo che esprima veramente il mio stato d'animo.

**È estremamente importante verificare, ed anche educare altri a trovare questi punti di partenza, perché su questo si può lavorare.** Da qui si possono sviluppare le attitudini di preghiera ed un atteggiamento autentico di dialogo con Dio, un dialogo che non parte da realtà indotte artificialmente, ma dalla verità della persona.

Spirito Santo dono del Cristo morente, fa' che la Chiesa dimostri di aver ereditato davvero. Trattienila ai piedi di tutte le croci. Quelle dei singoli e quelle dei popoli. Ispirale, parole e silenzi, perché sappia dare significato al dolore degli uomini. Così che ogni povero comprenda che non è vano il suo pianto

*- Do spazio alla gioia della mia salvezza? Le permetto di esprimersi? In che cosa potrebbe esprimersi in me? Forse in un momento di riflessione silenziosa e quotidiana su una pagina del Vangelo; forse in un sacrificio affrontato con decisione; forse in una parola di perdono e di amicizia concessa francamente e senza reticenze.*

Preghiamo gli uni per gli altri perché il nostro cuore si apra alla gioia della salvezza che viene dal Signore, alla gioia di ciò che Dio opera in noi. Preghiamo perché il nostro cuore sappia credere alla forza divina di salvezza e possa avere la pazienza e l'amore di essere, se il Signore lo vuole, strumento di questa forza di salvezza.

dal Salmo 50

Crea in me, o Dio, un cuore puro, rinnova in me uno spirito saldo.  
Non respingermi dalla tua presenza e non privarmi del tuo santo spirito.  
Rendimi la gioia di essere salvato, sostieni in me un animo generoso.  
Gloria...

---

**Gli "esercizi" per oggi**

- A. Riconsidero il mio stato d'animo (d'anima!) di oggi, a metà di questa settimana di Esercizi Spirituali: come sto oggi? Ho fatto gli esercizi? Ho dialogato col Signore? Come stava Lui?
- B. Faccio la "composizione di luogo" dell'episodio proclamato: mi immagino il clima, i rumori, gli odori, gli sguardi... Cosa mi dicono? Cosa mi rivelano?
- C. Parlo al Signore dei miei peccati che io non considero tali.
- D. Parlo al Signore dei peccati dei quali penso che non sarò mai perdonato.
- E. Mentre osservo l'atteggiamento di Gesù, presento a lui le persone che io ritengo essere in flagrante peccato e dico a Gesù le mie reazioni verso di loro.
- F. Quale esercizio sento più adatto per me oggi, illuminato da questa Parola di Dio?

«Riconciamoci con la gioia. La Pasqua sconfigga il nostro peccato, frantumi le nostre paure e ci faccia vedere le tristezze, le malattie, i soprusi e perfino la morte, dal versante giusto: quello del "terzo giorno", quello della risurrezione. Da lì le sofferenze del mondo non saranno più i rantoli dell'agonia, ma i travagli del parto. E le stigmate lasciate dai chiodi nelle nostre mani saranno le feritoie attraverso le quali scorgeremo fin d'ora le luci di un mondo nuovo» (mons. Tonino Bello).

«La riconciliazione verso i nostri nemici: noi dobbiamo assolutamente dare un aiuto al fratello che abbiamo ostracizzato dai nostri affetti, stringere la mano alla gente con cui abbiamo rotto il dialogo, porgere aiuto al prossimo col quale abbiamo categoricamente deciso di archiviare ogni tipo di rapporto. È su questa scarpata che siamo chiamati a vincere la pendenza del nostro egoismo e a misurare la nostra fedeltà al mistero della croce» (mons. Tonino Bello).

---

**La Parola diventa la nostra preghiera**

*Appunti, intuizioni, "gemiti inesprimibili" (cfr Romani 8,26) facendo gli Esercizi spirituali.*

---

---

---

---

---

---

---

sorgiva del Battesimo che forse alcuni non hanno mai sperimentato perché non hanno espresso, in modo personale e coerente, la loro donazione a Dio. Quella donazione che siamo chiamati ad esprimere nel Sacramento dell'Eucaristia, nel Sacramento della Confermazione, nella professione di fede, in un corso di Esercizi Spirituali che ci faccia comprendere la forza del messaggio salvifico di Dio. Senza questa prima esperienza, la Confessione è privata del mordente che dovrebbe avere come nuova azione di Dio che riconduce l'uomo nella pienezza dell'immersione nello Spirito Santo, propria della grazia. del Battesimo e della Cresima.

### La gioia cristiana

Qual è l'oggetto dell'atto creativo e restitutivo che si chiede a Dio di compiere? È un cuore puro, è la gioia. La Scrittura indica **la gioia come l'esperienza fondamentale del cristiano**, esperienza che corrisponde ad un cuore puro, pulito, ad un cuore che non si accusa perché è stato immerso nell'amore del Padre, perché ha visto Dio Padre buono che lo ha accolto e rifatto completamente.

La gioia è l'esperienza fondamentale che dovremmo recepire in noi. Eppure tante volte, ripensando alla nostra esperienza cristiana, dobbiamo leggerla come esperienza che si trascina stancamente. Non perché la gioia non sia dentro di noi – in noi, infatti, c'è la forza dello Spirito Santo e tutti l'abbiamo – ma perché non la esprimiamo, non le apriamo la via e così resta nascosta, quasi impercettibile.

Lo spazio alla gioia è il momento della preghiera, dell'adorazione, del silenzio, del canto, del dialogo sul Vangelo; è il momento del sacrificio, del dono di sé, della rinuncia; è il momento del canto interiore. In questi momenti la gioia, che non è nostra bensì dono gratuito di Dio, scoppia dentro di noi fino a sorprenderci. "Crea in me, o Dio, un cuore puro... rendimi la gioia di essere salvato". È la gioia della salvezza di Dio che mi accoglie, mi ama e mi salva.

È **la gioia della donna adultera** di cui parla il Vangelo di Giovanni (8, 1-11). Questo brano non si trova in molti manoscritti dei Vangeli, pur essendo antichissimo e pur facendo parte della primitiva catechesi cristiana. **Non vi si trova perché, probabilmente, è stato ritenuto pericoloso, dal momento che non mette abbastanza in luce lo sforzo penitenziale della donna adultera! Sembra un brano che faciliti la colpa**, il peccato, la deviazione morale. Tuttavia chi lo ha letto in questo senso e lo ha poi tolto da molti manoscritti e codici delle Scritture, non ha capito il perdono creativo di Dio, la forza rinnovatrice del suo Spirito nel cuore dell'uomo, la capacità che Dio ha di fare un uomo diverso, non semplicemente come risultato dello sforzo della buona volontà umana, ma per il potere creativo dello Spirito.

**La gioia, che la donna quasi non esprime a parole**, è l'immagine di ciascuno di noi, salvato realmente dalla morte da una parola di perdono di Cristo.

### La certezza del perdono

Il proposito che possiamo fare non è semplicemente una scommessa sul futuro, non è una previsione di ciò che saremo perché nessuno è profeta su di sé, non è la certezza di riuscire a dominarsi pienamente.

**Il proposito è la certezza della forza che emerge dal condono di Dio.** Se Dio mi ama, se Dio mi perdona, io posso chiedergli: Signore, fammi essere diverso! Desidero, e tu lo sai, essere altro da ciò che sono stato! Il proposito è in questa supplica che a poco a poco lasci spazio alla gioia e alla forza dello Spirito dentro di me. È l'esperienza di S. Agostino: "Ma tu, o Signore, guardasti all'abisso della mia morte e, nel profondo del mio cuore, distruggesti l'abisso della corruzione. (...) Come subito mi apparve soave l'essere privo di quelle false dolcezze che prima avevo paura di perdere ed ora invece mi era gioia il lasciarle! Eri tu che le allontanavi da me, tu, o dolcezza vera e somma; le allontanavi e penetravi tu al loro posto, tu più dolce di ogni voluttà, ma non per la carne ed il sangue; tu più luminoso di ogni luce, ma intimo più di ogni segreto; tu sublime più di ogni grandezza, non per quelli però che sono alti di se stessi. Ormai il mio spirito era libero dalle dolorose preoccupazioni dell'ambizione e del guadagno e della lebbra di passioni inquiete e libidinose. Balbettavo le prime parole a te, mia lucé, ricchezza e salvezza, o Signore Dio mio" (Dalle Confessioni, IX, 1).

### Domande per noi

Propongo tre domande per la riflessione:

- *Ho fiducia che Dio possa creare in me un cuore nuovo? Oppure vivo rassegnato alla mia debolezza, dicendomi che non c'è niente da fare perché sono fatto così? Ho fiducia nella forza battesimale dello Spirito che è in me e che il Sacramento della Riconciliazione rievoca, con atto creativo, dentro di me? Qui possiamo pregare: "Signore, accresci la mia fede. È poca ed è per questo che sono sempre lo stesso. Mi rassegnò troppo facilmente ad essere ciò che sono mentre Tu mi chiami ad accettare di essere molto amato da Te, chiamato da Te a qualcosa che io desidero dal più profondo di me stesso".*

- *Ho fiducia che Dio possa creare cuori nuovi? Questa domanda concerne il modo con cui guardo gli altri. Spesso li guardo come incorreggibili e le loro azioni come ormai inevitabili e non faccio niente per aiutarli perché non ho fiducia nella forza creativa dello Spirito. Spesso mi lamento degli altri, non prego per loro, ritengo di aver subito dei torti e penso che, mentre io posso convertirmi, per loro non ci può essere il dono della conversione.*

e ripeta con il salmo "le mie lacrime, Signore, nell'oltre tuo raccogli".

Rendila protagonista infaticabile di deposizione del patibolo, perché i corpi schiodati dei sofferenti trovino pace sulle sue ginocchia di Madre. In quei momenti poni sulle sue labbra canzoni di speranza.

E donale di non arrossire mai della Croce, ma di guardare ad essa come all'albero maestro della sua nave, le cui vele tu colmi di brezza e spingi con fiducia lontano.

don Tonino Bello

---

## Ascoltiamo la Parola del Vangelo: è Gesù che ci parla

---

### Dal vangelo secondo Giovanni (8,1-11)

**1** Gesù si avviò allora verso il monte degli Ulivi. **2** Ma all'alba si recò di nuovo **nel tempio** e tutto il popolo andava da lui ed egli, sedutosi, li **ammaestrava**. **3** Allora gli scribi e i farisei gli conducono una donna sorpresa in adulterio e, postala nel mezzo, **4** gli dicono: «Maestro, questa donna è stata sorpresa in flagrante adulterio. **5** Ora Mosè, nella Legge, ci ha comandato di lapidare donne come questa. Tu che ne dici?». **6** Questo dicevano per metterlo alla prova e per avere di che accusarlo. Ma Gesù, **chinatosi**, si mise a **scrivere col dito per terra**. **7** E siccome insistevano nell'interrogarlo, **alzò il capo** e disse loro: «Chi di voi è senza peccato, scagli per primo la pietra contro di lei». **8** E **chinatosi di nuovo, scriveva per terra**. **9** Ma quelli, udito ciò, se ne andarono uno per uno, cominciando dai più anziani fino agli ultimi. Rimase solo Gesù con la donna là in mezzo. **10** Alzatosi allora Gesù le disse: «Donna, dove sono? Nessuno ti ha condannata?». **11** Ed essa rispose: «Nessuno, Signore». E Gesù le disse: «**Neanch'io ti condanno**; va' e d'ora in poi non peccare più».

Parola del Signore. Lode a te, o Cristo!

---

## Rileggiamo con calma e meditiamo il Vangelo, dentro la nostra condizione

---

### 1. Gesù ammaestra nel tempio

- Un'altra situazione in cui si trova Gesù: al pozzo (chiede da bere), in cammino (guarda e si fa guardare); ora al tempio (ammaestra).
- Mentre osservo Gesù, può scattare in me l'atteggiamento del discente che pone domande al maestro stimato. In che senso riconosco a Gesù la stima di essere colui che dice cose importanti per me? Cosa gli chiederei?*

### 2. Per metterlo alla prova e per avere di che accusarlo – Insistevano nell'interrogarlo

- Gesù non è stimato da chi comanda: dice cose non apprezzate; si muove in modo irregolare; pensa di riuscire a purificare il tempio (Gv 2,13 ss). Ci sono dicerie circa la sua origine, la sua identità, la sua autorevolezza come rabbì.
- Il dialogo con Gesù può essere ambiguo, spurio, non da attento ascoltatore né da appassionato discepolo. E quindi non trova corrispondenza in Gesù. Quando interloquisco con Lui, mi trovo a volte con questo stato d'animo?*

### 3. Chinatosi – Scrivere col dito per terra - Alzato il capo

- Poche parole, tanti gesti parlanti in questo brano. Un Maestro che "ammaestra" in un modo inedito. Mille e mille significati dello scrivere per terra e difficilmente può essere compreso fuori dal contesto culturale e dal clima emotivo di quel momento così intenso ed originale.
- Possiamo chiedere a Gesù di provare ad entrare delicatamente nel suo animo: cosa avrà provato? Quali reazioni interiori avrà dovuto gestire? Cosa voleva comunicare? Cosa voleva non-comunicare? Cosa avrebbe voluto fare-dire e non l'ha fatto?*
- Cosa mi dice il mio corpo in questo periodo? Cosa dice agli altri? Cosa dice al Signore?*

### 4. "Chi di voi è senza peccato" - "Neanch'io ti condanno"

- Parole pesanti come pietre; parole fondanti come roccia.

- b. Parole anche pericolose, perché possono essere alibi per diventare “irresponsabili”.
- c. *In quali occasioni vorrei sentire queste parole dette a proposito dei miei comportamenti? Quando a proposito di comportamenti altrui? Quando non le userei? Ne parlo con il Maestro.*

papa Francesco, udienza generale, 26 ottobre 2022

### Catechesi sul Discernimento: 7. La materia del discernimento. La desolazione

Il discernimento, lo abbiamo visto nelle precedenti catechesi, non è principalmente un procedimento logico; esso verte sulle azioni, e le azioni hanno **una connotazione affettiva** anche, che va riconosciuta, perché Dio parla al cuore. Entriamo allora in merito alla prima modalità affettiva, oggetto del discernimento, cioè la desolazione. Di cosa si tratta?

La desolazione è stata così definita: «L’oscurità dell’anima, il turbamento interiore, lo stimolo verso le cose basse e terrene, l’inquietudine dovuta a diverse agitazioni e tentazioni: così l’anima s’inclina alla sfiducia, è senza speranza, e senza amore, e si ritrova pigra, tiepida, triste, come separata dal suo Creatore e Signore» (S. Ignazio di L., Esercizi spirituali, 317). Tutti noi ne abbiamo esperienza. Credo che in un modo o nell’altro, **abbiamo fatto esperienza di questo, della desolazione. Il problema è come poterla leggere**, perché anch’essa ha qualcosa di importante da dirci, e se abbiamo fretta di liberarcene, rischiamo di smarrirla.

Nessuno vorrebbe essere desolato, triste: questo è vero. Tutti vorremmo una vita sempre gioiosa, allegra e appagata. Eppure questo, oltre a non essere possibile – perché non è possibile –, non sarebbe neppure un bene per noi. Infatti, il cambiamento di una vita orientata al vizio può iniziare da una situazione di tristezza, di rimorso per ciò che si è fatto. È molto bella l’etimologia di questa parola, “**rimorso**”: il rimorso della coscienza, tutti conosciamo questo. Rimorso: letteralmente è la coscienza che morde, che non dà pace. Alessandro Manzoni, nei Promessi sposi, ci ha dato una splendida descrizione del rimorso come occasione per cambiare vita. Si tratta del celebre dialogo tra il cardinale Federico Borromeo e l’Innominato, il quale, dopo una notte terribile, si presenta distrutto dal cardinale, che si rivolge a lui con parole sorprendenti: «“Voi avete una buona nuova da darmi, e me la fate tanto sospirare?”. “Una buona nuova, io?” – disse l’altro. “Ho l’inferno nel cuore [...]. Ditemi voi, se lo sapete, qual è questa buona nuova”. “Che Dio v’ha toccato il cuore, e vuol farvi suo”, rispose pacatamente il cardinale» (cap. XXIII). Dio tocca il cuore e ti viene qualcosa dentro, la tristezza, il rimorso per qualche cosa, ed è **un invito a iniziare una strada**. L’uomo di Dio sa notare in profondità ciò che si muove nel cuore.

È importante **imparare a leggere la tristezza**. Tutti conosciamo cosa sia la tristezza: tutti. Ma sappiamo leggerla? **Sappiamo capire cosa significa per me, questa tristezza di oggi?** Nel nostro tempo, essa – la tristezza – è considerata per lo più negativamente, come un male da fuggire a tutti i costi, e invece può essere un indispensabile **campanello di allarme** per la vita, invitandoci a esplorare paesaggi più ricchi e fertili che la fugacità e l’evasione non consentono. San Tommaso definisce la tristezza un dolore dell’anima: come i nervi per il corpo, essa **ridesta l’attenzione di fronte a un possibile pericolo, o a un bene disatteso** (cfr Summa Th. I-II, q. 36, a. 1). Per questo, essa è indispensabile per la nostra salute, ci protegge perché non facciamo del male a noi stessi e ad altri. Sarebbe molto più grave e pericoloso non avvertire questo sentimento e andare avanti. La tristezza alle volte lavora come semaforo: “Fermati, fermati! È rosso, qui. Fermati”.

**Per chi invece ha il desiderio di compiere il bene, la tristezza è un ostacolo con il quale il tentatore vuole scoraggiarci**. In tal caso, si deve agire in maniera esattamente contraria a quanto suggerito, decisi a continuare quanto ci si era proposto di fare (cfr Esercizi spirituali, 318). Pensiamo al lavoro, allo studio, alla preghiera, a un impegno assunto: se li lasciassimo appena avvertiamo noia o tristezza, non concluderemmo mai nulla. È anche questa un’esperienza comune alla vita spirituale: la strada verso il bene, ricorda il Vangelo, è stretta e in salita, **richiede un combattimento, un vincere sé stessi**. Inizio a pregare, o mi dedico a un’opera buona e, stranamente, proprio allora mi vengono in mente cose da fare con urgenza – per non pregare e per non fare le cose buone. Tutti abbiamo questa esperienza. È importante, per chi vuole servire il Signore, non lasciarsi guidare dalla desolazione. E questo che ... “Ma no, non ho voglia, questo è noioso ...”: stai attento. Purtroppo, alcuni decidono di abbandonare la vita di preghiera, o la scelta intrapresa, il matrimonio o la vita religiosa, spinti dalla desolazione, senza prima fermarsi a leggere questo stato d’animo, e soprattutto senza l’aiuto di una guida. Una regola saggia dice di **non fare cambiamenti quando si è desolati**. Sarà il tempo successivo, più che l’umore del momento, a mostrare la bontà o meno delle nostre scelte.

È interessante notare, nel Vangelo, che **Gesù respinge le tentazioni con un atteggiamento di ferma risolutezza** (cfr Mt 3,14-15; 4,1-11; 16,21-23). Le situazioni di prova gli giungono da varie parti, ma sempre,

trovando in Lui questa fermezza, decisa a compiere la volontà del Padre, vengono meno e cessano di ostacolare il cammino. Nella vita spirituale la prova è un momento importante, la Bibbia lo ricorda esplicitamente e dice così: «Se ti presenti per servire il Signore, preparati alla tentazione» (Sir 2,1). Se tu vuoi andare sulla strada buona, preparati: ci saranno ostacoli, ci saranno tentazioni, ci saranno momenti di tristezza. È come quando un professore esamina lo studente: se vede che conosce i punti essenziali della materia, non insiste: ha superato la prova. Ma deve superare la prova.

**Se sappiamo attraversare solitudine e desolazione con apertura e consapevolezza, possiamo uscirne rafforzati sotto l’aspetto umano e spirituale**. Nessuna prova è al di fuori della nostra portata; nessuna prova sarà superiore a quello che noi possiamo fare. Ma non fuggire dalle prove: vedere cosa significa questa prova, cosa significa che io sono triste: perché sono triste? Cosa significa che io in questo momento sono in desolazione? Cosa significa che io sono in desolazione e non posso andare avanti? San Paolo ricorda che nessuno è tentato oltre le sue possibilità, perché il Signore non ci abbandona mai e, con Lui vicino, possiamo vincere ogni tentazione (cfr 1 Cor 10,13). E se non la vinciamo oggi, ci alziamo un’altra volta, camminiamo e la vinceremo domani. Ma non rimanere morti – diciamo così – non rimanere vinti per un momento di tristezza, di desolazione: andate avanti. Che il Signore ti benedica in questo cammino – coraggioso! – della vita spirituale, che è sempre camminare.

tratto da: CARLO MARIA MARTINI, *Cammino di riconciliazione*

*Crea in me, o Dio, un cuore puro, rinnova in me uno spirito saldo.  
Non respingermi dalla tua presenza e non privarmi del tuo santo spirito.  
Rendimi la gioia di essere salvato, sostieni in me un animo generoso.*

Le parole costitutive della seconda parte del Salmo 50 sono una supplica, una invocazione, una grande preghiera. Ne meditiamo solo alcune perché **esprimono l’autentico grido di chi conosce Dio e impara a conoscere se stesso** e vogliamo chiedere al Signore la grazia di poter condividere questo autentico grido. (...)

### L’epiclesi dello Spirito

Cominciamo da una particolarità linguistica che non appare nella versione italiana: siamo di fronte a tre invocazioni di richiesta dello Spirito Santo; da parte dell’uomo. Il versetto tradotto con “sostieni in me un animo generoso”, infatti, nel testo ebraico si legge: “**rafforzami col tuo Spirito generoso**”, oppure: “**Poni in me uno Spirito generoso**”. La supplica domanda lo spirito saldo, lo Spirito santo, lo Spirito generoso, ed è una vera e propria epiclesi.

L’epiclesi liturgica è la preghiera che nella celebrazione eucaristica si fa al momento della **consacrazione**, allo Spirito Santo perché scenda in maniera creativa sul pane e sul vino, rendendoli Corpo e Sangue di Cristo. La liturgia, oltre a questa invocazione eucaristica dello Spirito, ha, in alcune preghiere del canone, un’altra **epiclesi comunitaria** in cui si chiede che lo Spirito scenda sulla comunità e ne faccia una cosa sola in Cristo.

Qui siamo di fronte ad una **epiclesi penitenziale**, ad una invocazione dello Spirito perché scenda sulla persona che prega e la trasformi. È quindi il momento culminante del Salmo, come la consacrazione è il momento culminante dell’Eucaristia.

### Una nuova creazione

Proviamo ora a riflettere su due domande parallele di cui una: “Crea in me, o Dio, un cuore puro” è all’inizio dell’epiclesi dello Spirito e l’altra: “Rendimi la gioia di essere salvato” è nel contesto dell’epiclesi stessa. Qual è la domanda fondamentale? **Crea in me**.

Il verbo creare è il primo della Scrittura: “In principio Dio creò il cielo e la terra” (Gn. 1, 1). È parola che la Bibbia riserva per Dio solo: non è mai usata per un’azione umana, è esclusiva dell’azione divina che dal nulla pone in essere, dell’azione divina che fa qualcosa di assolutamente nuovo.

La domanda è quindi di **un’azione creatrice, di una novità che Dio solo può porre nell’uomo**. E la parola “crea in me” è parallela con l’altra: “rendimi la gioia”. Nell’ebraico si legge: “**Fa’ ritornare, fa’ risorgere in me la gioia**”. Non si chiede qualcosa di assolutamente nuovo, ma si chiede di **far ritornare quel momento creativo originario** che è il Battesimo. Il Sacramento della Riconciliazione è la richiesta di **essere reimmersi nella forza creativa dello Spirito battesimale**, è una nuova esperienza del Battesimo, che per nostra colpa abbiamo perduta.

Per questo il Sacramento della Riconciliazione non può avere il suo pieno effetto **se non abbiamo vissuto profondamente l’esperienza dell’annuncio evangelico, la forza del kerygma**. Come si può restituire ciò che non c’è mai stato o che c’è stato in maniera fiacca, slavata e generica? Come è possibile ritrovare la forza del Battesimo se non è mai stata percepita in un atto di impegno personale e autentico?

Il cammino di conversione penitenziale deve essere un cammino che ci permetta di ritrovare quella forza