

## *Il cuore in ascolto*

La parola-chiave della disciplina spirituale che io seguo è l'“ascolto”. È un ascolto di natura particolare, un ascolto che viene dal cuore. Tale ascolto costituisce il fondamento stesso della tradizione monastica nella quale io vivo. La prima parola della Regola di san Benedetto infatti è: “Ascolta! *Ausculta!*” e tutto il resto della disciplina benedettina discende da questo unico gesto iniziale dell'ascolto totale del cuore, come un girasole si sviluppa dal suo seme.

La spiritualità benedettina a sua volta affonda le proprie radici nella tradizione più ampia e più antica della Bibbia. Ma, anche qui, la nozione di ascolto è fondamentale. Nella visione biblica, ogni cosa prende vita dall'atto creatore del Verbo di Dio. La storia intera è un dialogo con Dio, che parla al cuore umano. La Bibbia è oggetto di ammirazione poiché essa proclama con grande chiarezza che Dio è Uno e Trascendente. Tuttavia, l'intuizione ancora più ammirevole del genio religioso che si riflette nella letteratura biblica è l'intuizione che Dio parla. Il Dio trascendente comunica l'essere attraverso la natura e attraverso la storia. Il cuore umano ha come vocazione di ascoltare e di rispondere. L'ascolto attivo è la forma che la Bibbia dà alla nostra ricerca religiosa, base stessa della condizione dell'essere umano. Questa ricerca traduce l'aspirazione a una vita di pienezza, l'aspirazione alla felicità. È una ricerca del senso, poiché la felicità non si basa sulla buona sorte, ma sulla pace del cuore. Anche nelle pro-

fondità di ciò che l'uomo chiama cattiva sorte, nelle profondità del dolore e della sofferenza, si può trovare la pace del cuore, se ne scopriamo il significato. La tradizione biblica mostra la via proclamando che Dio ci parla, dentro e attraverso le circostanze stesse anche le più difficili, le più penose. Attraverso l'ascolto profondo del messaggio che può trasmettermi un dato momento, quale che sia, io potrò attingere alla Sorgente del Senso e prendere coscienza, nella misura in cui mi si svela, del senso della mia vita.

Ascoltare in questo modo vuol dire ascoltare con il cuore, con l'essere tutto intero. Il cuore rappresenta quel centro dell'essere in cui ognuno è veramente "raccolto" e "unito". Raccolto in me stesso, e non diviso in intelletto, volontà, emozioni, spirito da un lato e corpo dall'altro. Unito con tutte le altre creature, poiché il cuore è lo spazio in cui, paradossalmente, io sono non soltanto me stesso, nella maniera più intima, ma il più intimamente unito a tutto. Unito con Dio, sorgente della vita, la vita della mia vita che zampilla nel cuore. Per ascoltare con il cuore, devo anche e sempre ritornare verso il mio cuore centrandomi in esso, prendendo le cose a cuore. Ascoltando attraverso il cuore, scoprirò il significato. Poiché, come l'occhio percepisce la luce e l'orecchio percepisce il suono, così il cuore è l'organo del significato.

La disciplina quotidiana dell'ascolto e della risposta al significato si chiama obbedienza. Il concetto di obbedienza è molto più esteso della stretta nozione di obbedienza cieca a ciò che ti viene detto di fare. L'obbedienza, nel senso pieno del termine, è un lavoro che ha per scopo di mettere il cuore all'unisono con il richiamo semplicissimo contenuto nella complessità di una data circostanza. La sola alternativa è l'assurdo. *Absurdus* significa, letteral-

mente, totalmente sordo. Se io chiamo assurda la circostanza in cui mi trovo, ammetto che sono sordo al senso che da essa emerge. Ammetto implicitamente che devo diventare *ob-audiens*, cioè totalmente in ascolto, obbediente. Devo offrire il mio orecchio, offrire me stesso, aprirmi completamente alla parola che mi raggiunge affinché essa mi porti. Trasportato dalla parola, sarò obbediente alla mia missione. Così, mettendomi in azione con amore alla verità, e non analizzandola, comincerò a comprendere.

Le implicazioni etiche di tutto ciò sono evidenti. È ancora più importante ricordare sempre che la nostra preoccupazione non è in primo luogo morale ma religiosa, non è in primo luogo quella d'uno scopo da raggiungere, per quanto elevato sia come quello delle opere buone, ma d'una dimensione religiosa da ricercare, quella stessa che deve conferire a ogni scopo il suo significato.

Questo ascolto attento dell'obbedienza è, per la Bibbia "vivere della Parola di Dio" e ciò significa ben di più che il semplice agire secondo la volontà di Dio. Significa nutrirsi della parola di Dio, come ci si nutre di alimento e bevande, nutrirsi della parola di Dio presente in ogni persona, in ogni cosa, in ogni avvenimento.

È un compito quotidiano, una disciplina di ogni istante. Quando mangio un mandarino e sbucciandolo sento la resistenza della pelle, esso mi parla, se sono sufficientemente desto. La sua polpa, il suo profumo parlano un linguaggio in traducibile che devo imparare. Di là dalla stessa osservazione che ogni spicchio possiede un gusto di intensità differente (quelli posti sul lato che è stato più esposto al sole sono i più dolci), c'è la consapevolezza che tutto ciò è puro dono. Se non fosse così, come potremmo mai meritare un tale nutrimento?

Tengo la mano d'un amico nella mia: questo gesto diventa una parola il cui significato sorpassa infinitamente le parole. Questo gesto è già un impegno. È una promessa implicita. Richiama la fedeltà e il sacrificio. Ma è soprattutto una celebrazione d'amicizia, un gesto carico di senso che non ha affatto bisogno d'uno scopo pratico che lo giustifichi. È anche superfluo come una poesia o un quartetto d'archi, superfluo come tutte le cose di fondamentale importanza nella vita.

Ma anche una sventura è parola di Dio quando mi colpisce. Mentre lavorava per me, un giovane che mi è caro come un fratello, ha un incidente. Schegge di vetro lo colpiscono agli occhi e lo ritrovo su un letto d'ospedale con gli occhi bendati. Che cosa vuol dire Dio nella circostanza presente? Insieme, oscuramente, cerchiamo di cogliere una risposta, a tastoni, facciamo ipotesi; ascoltiamo, ci sforziamo di capire: si tratta, anche in questo caso, d'una parola di vita? Quando non ci è più possibile trovare un senso a una certa circostanza, abbiamo raggiunto il punto critico. È allora che giunge la sfida che fa appello alla fede.

La chiave dell'enigma consiste nel fatto che ogni momento dato ci mette di fronte a una realtà data. Ma se ciò è dato, ciò è dono. Se è dono, la reazione appropriata è il rendimento di grazie. Tuttavia, il rendimento di grazie, quando è sincero, non riguarda in primo luogo il dono in sé e non lo giudica: riguarda l'autore del dono ed esprime fiducia. La coraggiosa fiducia che ci fa confidare nel Donatore di tutti i doni è la fede. Rendere grazie anche quando non si riesce a vedere la bontà del Donatore, imparare a farlo, è trovare la strada che porta alla pace del cuore. Perché non è la felicità che porta alla gratitudine. È la gratitudine che porta alla felicità.

Attraverso un lungo e graduale cammino, la disciplina dell'ascolto ci insegna a vivere di ogni parola venuta da Dio e pronunciata dalla sua bocca, senza discriminazioni. Impariamo a vivere "rendendo continuamente grazie per ogni cosa" (Efesini 5,20). Il monastero rappresenta un ambiente concepito per facilitare proprio questo stile di vita. Il metodo è il distacco. Quando non siamo capaci di distinguere tra necessità e bisogni, perdiamo di vista il nostro scopo. I nostri bisogni (molti dei quali immaginari) aumentano incessantemente; la nostra gratitudine (e di conseguenza la nostra felicità) diminuisce. La vita monastica rovescia questa progressione. Il monaco si sforza di avere sempre meno bisogni cui sopperire, diventando sempre più riconoscente.

Il distacco diminuisce i nostri bisogni. Meno possediamo, più ci è facile essere colmi di gratitudine per ciò che già abbiamo. Il silenzio crea l'atmosfera favorevole al distacco. Il silenzio regna nella vita monastica come il rumore regna nella vita altrove. Il silenzio crea uno spazio intorno alle cose, alle persone, agli avvenimenti. Il silenzio li mette in rilievo e ci permette di valutarli, con gratitudine, uno per uno, in ciò che ciascuno ha di unico. La quiete è la disciplina grazie alla quale si trova il tempo per dedicarsi. La quiete è l'espressione del distacco in relazione al tempo. Poiché la quiete dei monaci non è il privilegio di chi può permettersi di far le cose senza fretta, ma la virtù di chi dà a tutto ciò che fa il tempo che ogni cosa merita.

L'ascolto, che è l'essenza di questa disciplina spirituale, si esprime, nella cinta del monastero, ponendo la vita in armonia con il ritmo cosmico delle stagioni e delle ore, con "il tempo che non è nostro tempo", come lo chiama T.S.

Eliot.<sup>1</sup> Ma nella mia vita personale, l'obbedienza esige sovente da parte mia il servizio all'esterno del monastero. Ciò che conta è ascoltare questa campana silenziosa del "tempo che non è nostro tempo" ovunque essa possa suonare, e fare ciò che deve essere fatto, di qualunque natura esso sia, quando è venuta l'ora di farlo, "adesso e nell'ora della nostra morte". "E il tempo della morte è ad ogni istante", dice Eliot, poiché l'istante durante il quale noi ascoltiamo veramente è "un istante dentro e fuori del tempo".

Un metodo per penetrare, istante dopo istante, nel cuore di questo mistero è la disciplina della Preghiera di Gesù, la cosiddetta preghiera del cuore. Essa consiste fondamentalmente nel ripetere il nome di Gesù come mantra, sincronizzandolo con la respirazione e i battiti del cuore. Quando ripeto il nome di Gesù in un dato momento del tempo, rendo quel momento trasparente all'Adesso che non passa. L'idea biblica della Vita attraverso la Parola si condensa per intero nel Nome di Gesù in cui io adoro, in quanto cristiano, il Verbo incarnato. Dando questo nome a ogni cosa e a ogni persona che incontro, invocandolo in ogni circostanza in cui mi trovo, ricordo a me stesso che tutto quel che esiste non è che un'altra maniera di rivelarsi dell'inesauribile pienezza della parola unica, eterna, di Dio che è il Verbo, il Logos: pronunciando il nome di Gesù, io richiamo il mio cuore all'ascolto.

Quest'immagine sembrerà forse suggerire che c'è uno iato, una dualità tra Dio che parla e il cuore che obbedisce. Questa tensione dualista è ridotta e trascesa nel mistero

della Trinità. Alla luce di questo mistero, io mi concepisco, concepisco me stesso come parola chiaramente pronunciata dal Creatore, uscita dal suo cuore, e alla quale, nello stesso tempo, il Creatore si rivolge. Ma questa comunione è di natura più profonda. Per comprendere la parola che si rivolge a me, la parola che io sono, devo parlare il linguaggio di Colui che chiama. Se posso comprendere Dio in qualche modo, ciò non può accadere che con la mia partecipazione allo Spirito stesso di Dio che è comprensione di Sé. Così, l'ascolto attivo in cui consiste la mia disciplina spirituale non è una comunicazione di carattere dualistico. È la celebrazione di una comunione trina. La Parola uscita dal Silenzio, ci conduce, attraverso la Comprensione, alla nostra patria d'origine, il Silenzio. La vita di Dio riempie il mio cuore che è totalmente immerso in lei, come una nave lanciata in pieno oceano. Tutto ciò è puro dono. Il mio solo compito è di essere all'altezza della situazione attraverso un rendimento di grazie che abbracci ogni cosa.

---

<sup>1</sup> Thomas Stearns Eliot (Saint Louis, 26 settembre 1888 – Londra, 4 gennaio 1965): poeta, saggista, critico letterario e drammaturgo statunitense naturalizzato britannico. Premiato nel 1948 con il Nobel per la letteratura (N.d.T).