Il Silenzio che Restaura - Novembre 2015



Tutti sappiamo cosa vuol dire letteralmente la parola Silenzio. Vuol dire non parlare, vuol dire assenza di rumore. Ma tantissime persone non sono mai andate al di là di questa definizione.

E per te, che cosa vuol dire silenzio?

Innanzitutto la parola silenzio contiene in sé moltissimi significati.Silenzio è assenza di parole e di suoni. Ciò non significa che non ci sia comunicazione,anzi, è proprio col silenzio che si trasmettono i sentimenti più profondi, si esprimono emozioni, turbamenti, stati d'animo, ed è grazie a questo che si ha la capacità di costruire relazioni di qualità.

Il silenzio è ascolto. Solo stando zitti possiamo davvero ascoltare. Solo stando zitti riusciamo a conoscere veramente noi e gli altri. Il silenzio vuol dire essere disponibili, comprendere le esigenze di chi ci sta attorno. Rispettare le opinioni altrui. Noi non ce ne rendiamo conto, ma è il silenzio che ci permette di trasmettere messaggi in modo molto più completo ed efficace che con le sole parole.

Maria è per noi il modello di silenzio che sta davanti a Dio: *"Tutti quelli che udivano si stupirono delle cose*

dette loro dai pastori. Maria, da parte sua, custodiva tutte queste cose, meditandole nel suo cuore".(Lc 2, 18-19)

Diceva San Vincenzo riguardo al silenzio: *"Il Verbo incarnato, che è Sapienza infinita, per insegnare a tutti la pratica del Silenzio, si è degnato di nascere per noi nel Silenzio profondo di un'oscura notte, e nello stato di Bambino, nel ritiro di una stalla, in cui compariva innanzi agli uomini come il comune dei Bambini, che non parlano. A tale esempio anche i più eloquenti, e dotti faranno a gara per imitare il silenzio di Gesù Bambino... "Come il Silenzio osservato, affine di conversare più intimamente con Dio, è un dono di Dio, così tutte le Orazioni della Congregazione, e della pia Società saranno indirizzate anche per ottenere a tutti il dono di amare, osservare, e profittare del Santo Silenzio. (OO CC VII, pp. 32 e 33 -2)*

Il silenzio può anche fare paura. La nostra è una società di rumore, una società di informazioni e di messaggi audiovisivi, di caos, di stress. Noi siamo abituati a questa società, siamo abituati a parlare; e perciò, ritrovarci in silenzio, di fronte a noi stessi, ci può fare paura. Ci fa paura,infatti, fermarci a meditare su ciò che ci è successo in una frenetica giornata. Ci può dare fastidio fermarci a pensare sugli errori che abbiamo commesso, e perciò non lasciamo mai spazio al silenzio.

I santi sono coloro che hanno fatto una profonda esperienza di Dio e ci invitano a fare lo stesso. Madre Teresa di Calcuta diceva che prima di cominciare qualunque cosa lungo la giornata, bisognava cercare un luogo silenzioso che conducesse al raccoglimento interiore, perché è nel silenzio del cuore che Dio parla. Dio è amico del silenzio: dobbiamo ascoltare Dio, perché ciò che conta non è quello che diciamo noi, ma quello che Egli dice a noi e attraverso di noi.Creare silenzio dentro se stessi, perché Dio è amico del silenzio. Lui ci attende sempre nel silenzio per parlarci e per ascoltarci. *"Nel silenzio del nostro cuore Dio ci parla del Suo amore, con il nostro silenzio consentiamo a Dio di amarci".(Madre Teresa)*

Secondo San Vincenzo Pallotti: *"soltanto attraverso la preghiera possiamo* ***cercare l'evangelica perfezione****, la quale non si può ordinariamente acquistare, custodire, ed accrescere, se manca il silenzio, perciò è tanto necessaria la perfetta osservanza del SantoSilenzio, quanto è necessaria l'orazione per arrivare alla intima unione con Dio." (OO CC VIII, p. 309).*

Il Pallotti con la memoria pratica quotidiana ci insegna un modoper arrivare alla vera perfezione evangélica: *"Essendo la Vita del N. S. G. C. la Regola fondamentale della nostra minima Congregazione prima di dare principio a qualunque opera siamo obbligati considerare in una, e in altra e nelle varie circostanze della giornata come* ***penserebbe****, o* ***parlerebbe****, od* ***opererebbe*** *il N. S. Gesù Cristo, e ci dobbiamo sforzare al più perfetto in tutto, e sempre" (OO CC III, p. 42).*

Una vita di santità

"Come figli obbedienti, non conformatevi ai desideri di un tempo, quando eravate nell'ignoranza, ma, come il Santo che vi ha chiamati, diventate santi anche voi in tutta la vostra condotta. Poiché sta scritto: Sarete santi, perché io sono santo" (1Pt 1,14-16).

San Paolo dice: *"Vi esorto dunque, fratelli, per la misericordia di Dio, a offrire i vostri corpi come sacrificio vivente, santo e gradito a Dio;* ***è questo il vostro culto spirituale****. Non conformatevi a questo mondo, ma lasciatevi trasformare* ***rinnovando il vostro modo di pensare****, per poter discernere la volontà di Dio, ciò che è* ***buono****, a lui* ***gradito*** *e* ***perfetto****" (Rm 12,1-2).*

Perché dobbiamo cercare la santità?

Il motivo è semplice, perché siamo stati creati ad immagine di Dio che è santo(Gn 1, 26). Cosí dice San Paolo: *"Fratelli, voi non siete più stranieri né ospiti, ma siete concittadini dei santi e familiari di Dio"* (Ef 2, 19). Da parte nostra sarebbe una contraddizione non voler essere santo, perché siamo venuti in questo

mondo per compiere la volontà di Dio e non la nostra volontà.*"Perché chiunque fa la volontà del Padre mio che è nei cieli, egli è per me fratello, sorella e madre" (Mt 12, 50)*. Perciò la santità fa parte della nostra naturaumana anche se siamo nati nel peccato (Sl 51,7; Rm 5, 17-21; 6, 14.17-18).Ora se Dio è santo, anch'io partecipo della Sua santità (Cf. Ef 2, 8).*"Lo Spirito stesso, insieme al nostro spirito, attesta che siamo figli di Dio" (Rm 8,16). "Carissimi, noi fin d'ora siamo figli di Dio, ma ciò che saremo non è stato ancora rivelato. Sappiamo però che quando egli si sarà manifestato, noi saremo* ***simili a lui****, perché lo vedremo così come egli è" (1Gv 3, 2).*

Insomma, la santità è l'unione con Dio, essere in comunione col Dio santissimo. Dio è santo, dice la Scrittura, e ciò è la migliore definizione di Dio, Dio è tre volte santo (Cf. Is 6,3; Ap 4, 8.11). Questo significa che è il Diverso da noi e che per giungere a lui dobbiamo essere trasformati a sua immagine, cioè diventare santi.

Lo sforzo dell'uomo non può mai portarlo al livello di Dio; perché l'uomo diventi santo bisogna che Dio agisca e lo renda simile a lui: la santificazione è prima di tutto opera di Dio in noi. Per questo abbiamo fiducia, non in noi, ma nell'amore di Dio che ci innalza accanto a sé, che ci santifica, che ci dà quella santità di cui neppure avremmo idea se nella sua bontà egli non venisse a donarcela.

Davanti a questi brani biblici che attestano la grandemisericordia di Dio che ci chiama alla vita e alla perfezione, dobbiamo avere un'unica attitudine, quella di restare in silenzio e cosìcontemplare la grandezza e la bellezza del nostro Dio.

Perciò dobbiamo pregare con il Salmo*(Sl 50/51, 17-19)*: *"Signore, apri le mie labbra e la mia bocca proclami la tua lode. Tu non gradisci il sacrificio;se offro olocausti, tu non li accetti. Uno spirito contrito è sacrificio a Dio; un cuore contrito e affranto tu, o Dio, non disprezzi".*

Perché preghiamo?

La preghiera alimenta l'anima: essa sta all'anima come il sangue sta al corpo, e porta più vicini a Dio. Dona inoltre un cuore limpido e puro. Così dice il Salmo: *"Crea in me, o Dio, un cuore puro, rinnova in me uno spirito saldo (Sl 51, 12).*Un cuore limpido può vedere Dio, può parlare a Dio e può vedere l'amore di Dio negli altri. Quando hai un cuore limpido, vuol dire che sei aperto e onesto con Dio, che non Gli stai nascondendo nulla, e ciò consente a Lui di prendere da te quello che vuole.*"Lo scopo del comando è però la* ***carità****, che nasce da un* ***cuore puro****, da una* ***buona coscienza*** *e da una* ***fede sincera*** *" (1Tm 1, 5).*

Se stai cercando Dio e non sai da che parte cominciare, impara a pregare e assumiti l'impegno di pregare ogni giorno. Puoi pregare in qualsiasi momento, ovunque. Non è necessario trovarsi in cappella o in chiesa. Puoi pregare al lavoro: il lavoro non deve necessariamente fermare la preghiera, né la preghiera deve fermare il lavoro. Puoi anche consultare un sacerdote per essere guidato, o cercare di parlare direttamente con Dio. Basta che tu parli. Dio è sempre aperto ad ascoltarti.

DiGli tutto, parlaGli. È nostro padre, è padre di tutti noi, qualunque sia la nostra religione. Siamo stati tutti creati da Dio, siamo i suoi figli. Dobbiamo riporre in Lui, lavorare per Lui. Se preghiamo, otterremo tutte le risposte di cui abbiamo bisogno.*"E tutto quello che* ***chiederete con fede*** *nella preghiera, lo otterrete" (Mt 21, 22). "Non avete perché non chiedete;* ***chiedete e non ottenete perché chiedete male****, per soddisfare cioè le vostre passioni" (Gc 4,3).*

Mediante la preghiera costatiamo che tutto viene da Dio. Perciò, ogni giorno si deve iniziare e concludere con la preghiera. Vai a Dio come un bambino. Se trovi difficile pregare, puoi dire: "Vieni, Spirito Santo, guidami, proteggimi, sgombrami la mente perché io possa pregare".

Oppure, se stai pregando Maria, puoi dire: "Maria, Madre di Gesù, fammi da Madre adesso, aiutami a

pregare”.

Quando preghi, ringrazia Dio per tutti i suoi doni, perché tutto è Suo e tutto è un dono da parte Sua.

Ogni sera, prima di andare a letto, devi fare un esame di coscienza. Qualsiasi cosa ti preoccupi, o qualsiasi torto tu abbia fatto, devi porvi riparo. Se hai offeso qualcuno, cerca di fare la pace con quella persona, fallo subito. Se non puoi fare la pace così, fai almeno la pace con Dio dicendo: “Mi dispiace molto”. È importantissimo perchécome compiamo atti d’amore, così dobbiamo compiere atti di contrizione.Ci si sente bene ad essere liberi da fardelli, ad avere il cuore pulito. Ricorda che Dio è misericordioso, è il Padre misericordioso di tutti noi. Siamo i Suoi figli e, se noi ci ricordiamo di chiedere scusa, Egli ci perdonerà e dimenticherà tutto.

Silenzio e preghiera

Se prendiamo, come nostra guida, il più antico libro di preghiera: il libro dei Salmi, notiamo due principali forme di preghiera. Una è un lamento, un grido di aiuto. L’altra è un ringraziamento e lode a Dio. Ad un livello più nascosto c’è un terzo tipo di preghiera, senza domande o più esplicite espressioni di lode. Nel Salmo 131, ad esempio, non c’è altro che tranquillità e fiducia: *“Io sono tranquillo e sereno …. spera nel Signore, ora e sempre”.*

A volte la preghiera diventa silenziosa. Una tranquilla comunione con Dio la si trova senza bisogno di parole. Come un bambino soddisfatto che ha smesso di piangere ed è nelle braccia della madre, così può “stare la mia anima” alla presenza di Dio. La preghiera allora non ha bisogno di parole, forse neppure di pensieri.

“I cieli narrano la gloria di Dio, l’opera delle sue mani annuncia il firmamento... Senza linguaggio, senza parole, senza che si oda la loro voce, per tutta la terra si diffonde il loro annuncio e ai confini del mondo il loro messaggio”. (Sl 18/19, 2-5)

Come è possibile raggiungere un silenzio interiore?

Qualche volta siamo apparentemente in silenzio, e tuttavia abbiamo grandi discussioni dentro di noi, lotte con compagni immaginari o con noi stessi. Calmare la nostra anima richiede una specie di semplicità. “Non mi tengo occupato con cose troppo grandi o troppo meravigliose per me”. Silenzio significa riconoscere che le mie preoccupazioni non possono fare molto. Silenzio significa lasciare a Dio ciò che è oltre la mia portata e le mie capacità. Un momento di silenzio, anche molto breve, è come una sosta santa, un riposo sabbatico, una tregua dalle preoccupazioni.

Il tumulto dei nostri pensieri può essere paragonato alla tempesta che colpisce la barca dei discepoli sul mare di Galilea, mentre Gesù stava dormendo. Come loro anche noi possiamo sentirci senza aiuto, pieni di ansietà ed incapaci di calmarci. Ma Cristo è abile nel venire in nostro aiuto. Come rimprovera il vento e il mare e “ci fu una grande calma”, egli può donare calma anche al nostro cuore quando è agitato dalla paura e dalle preoccupazioni. (Mc 4, 35-41)

Rimanendo nel silenzio, confidiamo e speriamo in Dio. Un salmo ci suggerisce che il silenzio è perfino una forma di lode. *“Per Te silenzio è lode, o Dio”* (Sl 64/65, 2). Quando le parole ed i pensieri si fermano, Dio è lodato in un silenzio di stupore e di ammirazione.

La parola di Dio: tuono e silenzio

Sul Sinai, Dio parlò a Mosè e agli Israeliti. La parola di Dio fu preceduta ed accompagnata da tuoni e lampi ed un sempre più forte suono di tromba (Es 19). Secoli dopo, il profeta Elia tornò sulla montagna di

Dio. Lì sperimentò tempesta,terremoto e fuoco, così come era successo ai suoi antenati, e fu pronto ad ascoltare Dio che parlava nel tuono. Ma il Signore non era in nessuno di quei potentifenomeni. Quando tutto il rumore terminò, Elia udì *"il mormorio di un vento leggero"* e Dio gli parlò. (1Re 19,12)

Elia è il profeta del monoteismo. Il suo nome El-ià, significa "solo Dio è Dio". Elia combatte l'idolatria e difende il primato di Dio nel tempo della sconfitta di Dio; laddove la regina Gezabele vuole imporre i Baalim, gli idoli, Elia difende Dio. E scopriamo una cosa paradossale. Elia dopo aver vinto lo scontro con i profeti di Ba'al sul monte Carmelo, viene perseguitato ancora, fugge, è stanco e vuole morire, perché gli sembra che tutto sia inutile. Ma il Signore gli fa mangiare un pane e grazie alla forza che quel pane gli dà, Elia cammina per 40 giorni e 40 notti, fino a giungere all'Oreb, il monte santo, e sul monte farà l'esperienza di Dio.

"Ecco il Signore passò. Ci fu un vento impetuoso e gagliardo da spaccare i monti e spezzare le rocce, ma il Signore non era nel vento. Dopo il vento ci fu un terremoto, ma il Signore non era nel terremoto. Dopo il terremoto, un fuoco, ma il Signore non era nel fuoco". Dunque il Signore non è in nessuno dei segni di potenza, né nel fuoco, né nel vento e né nel terremoto. Dove abita Dio? *"Dopo il fuoco il sussurro di una brezza leggera" (1Re 19,11-12).* Elia conosce Dio nella voce del silenzio, anzi nel tenue silenzio.

Che cosa significa questo? Che Dio non parla nei segni della potenza e della grandezza del mondo. Dio parla laddove la tua intelligenza e il tuo cuore non gli danno appuntamento. Dio parla sorprendentemente laddove è il "silenzio a parlarti di Lui".L'esperienza di Elia mostra che Dio non vuole impressionare, ma vuole essere capito ed accettato. Dio sceglie "il mormorio di un vento leggero" per parlare. Questo è un paradosso: **Dio è silenzioso e tuttavia parla**.

Quando la parola di Dio diventa "il mormorio di un vento leggero" è più efficiente di altre cose per cambiare i nostri cuori. La tempesta sul Monte Sinai spaccava le rocce, ma le parole silenziose di Dio sono capaci di fare breccia nei cuori di pietra degli uomini. Per questo, il silenzio improvviso per Elia era probabilmente più spaventoso della tempesta e dei tuoni. In qualche modo le manifestazioni potenti di Dio gli erano familiari. Il silenzio di Dio lo disorienta, una cosa così diversa da quella che aveva sperimentato in passato.

Il silenzio ci rende pronti ad un nuovo incontro con Dio. Nel silenzio la parola di Dio può raggiungere gli angoli più nascosti dei nostri cuori. Nel silenzio, la parola di Dio dimostra di essere *"efficace e più tagliente di ogni spada a doppio taglio; essa penetra fino al punto di divisione dell'anima e dello spirito"* (Eb 4,12). Nel silenzio smettiamo di nasconderci di fronte a Dio, e laluce di Cristo ci può raggiungere e guarire e trasformare anche quello di cui ci vergogniamo.

Silenzio e amore

"Questo è il mio comandamento: che vi amiate gli uni gli altri, come io vi ho amati" (Gv 15,12).

Abbiamo bisogno di silenzio per accogliere queste parole e metterle in pratica. Quando siamo agitati e irrequieti, abbiamo così tanti argomenti e ragioni per non perdonare e per non amare. Ma quando "abbiamo calmato e reso quieta la nostra anima", queste ragioni ci paiono insignificanti. Forse qualche volta rifuggiamo il silenzio, preferendo qualunque rumore, parola o distrazione, perché la pace interiore è una cosa rischiosa: ci rende vuoti e poveri, disintegra le amarezze e ci conduce al dono di noi stessi. Silenziosi e poveri i nostri cuori sono ricolmati dello Spirito Santo, riempiti con un amore incondizionato. **Il silenzio è un umile ma sicuro cammino verso l'amore.**

Così dice San Vincenzo: *"Gesù mio, per i meriti e l'intercessione di Maria SS. e di tutti gli Angeli, e Santi coi meriti infiniti del vostro ritiramento, del vostro silenzio, e delle vostre Orazioni, distruggete tutto ciò che ho fatto di male in me, e in altri; e adesso, e sempre il ritiro vostro sarà il ritiro mio, il silenzio vostro sarà il*

silenzio mio – leOrazioni vostre saranno le Orazioni mie". (OOCC X, 658)

Sant'Ignazio di Antiochia afferma: *"Chi ha capito le parole del Signore capisce il suo silenzio, perché il Signore va conosciuto nel suo silenzio"*. Dice ancora: Cristo è *"la Parola che procede dal silenzio"*. Non si tratta semplicemente dell'astenersi dal parlare o dell'assenza di rumori, ma del silenzio interiore, quella dimensione che ci restituisce a noi stessi, ci pone sul piano dell'essere, di fronte all'essenziale. Perché *"nel silenzio è insito un meraviglioso potere di osservazione, di chiarificazione, di concentrazione sulle cose essenziali"* (Dietrich Bonhoeffer).

Il silenzio scava nel nostro profondo uno spazio per farvi abitare l'alterità, per farne risuonare la parola e, al tempo stesso, ci dispone all'ascolto intelligente, al parlare misurato, al discernimento di ciò che brucia nel cuore dell'altro e che è celato nel silenzio da cui nascono le sue parole. Il silenzio, allora, suscita in noi la carità, l'amore verso il fratello. Solo il silenzio, infatti, rende possibile l'ascolto, cioè l'accoglienza in sé non soltanto della parola pronunciata, ma anche della presenza di colui che parla. Il silenzio è linguaggio dell' amore, della profondità, della presenza all'altro.

Chiediamo oggi al Signore la grazia del silenzio interiore, perché possiamo sentire sempre più da vicino il suo amore verso ognuno di noi. Amen.

"Io vi guardo in Dio, tratto con voi in Dio,
vi abbraccio, e vi saluto in Dio, vi amo in Dio,
e in Dio mi trovo sempre con voi unito in tutte le opere vostre;
per arrivare ad essere
tutti insieme riuniti in Dio nel Regno dei Cieli
per cantare in eterno
le divine misericordie".

Lett. 694, alla Comunità nel S. Ritiro dello S.S., 6/8/1840