

Desiderio di Dio. Esercizi di contemplazione. La proposta di Franz Jalics, sj (pagina culturale)

(Di fr Davide Castronovo)

Non molto tempo addietro, in prossimità della conclusione del mio ciclo di studi di baccalaureato, esternavo all'amico don Adam, segretario della Facoltà Teologica dell'Italia Settentrionale, i miei interrogativi sul rapporto tra studi teologici e vita spirituale, manifestando alcune perplessità sul posto esiguo riservato alla preghiera nel percorso formativo proposto agli studenti e sulla divaricazione, da me avvertita, tra riflessione teologica e contemplazione. Fu durante la nostra conversazione che per la prima volta conobbi il profilo spirituale del gesuita ungherese Franz Jalics, morto per covid nel 2021 a 93 anni, missionario nei *barrios* di Buenos Aires, noto alla cronaca per la dolorosa vicenda, che coinvolse lui ed il suo confratello Orlando Yorio, del sequestro e delle torture subite dai gruppi paramilitari della dittatura argentina nel 1976, quando arcivescovo della capitale sudamericana era Jorge Bergoglio.

Don Adam mi suggerì allora la lettura di *Desiderio di Dio. Esercizi di contemplazione*, edito da Ancora nel 2000 ed oggi fuori commercio, con l'avvertenza di seguire le indicazioni che Jalics, padre spirituale di Pablo d'Ors, fondatore dell'associazione *Amici del Deserto*¹, presenta passo passo e capitolo dopo capitolo nella forma propria degli esercizi spirituali. Quello di Jalics non è, infatti, un libro di teoria, ma è un vademecum per l'apprendimento della preghiera come pratica sperimentale. Suo scopo non è di farne sapere di più ai lettori sulla preghiera né di offrire contenuti sul significato della contemplazione, ma è di accompagnarli alla pratica della preghiera silenziosa, guidata dall'autore stesso verso un rapporto concreto con Dio.

La cosa, detta così, non pare affatto originale. Ed effettivamente non lo è. La tradizione monastica, soprattutto quella orientale, da secoli tramanda la sapienza della preghiera del cuore e dell'esicasmò. Ciò che a mio parere, però, rende la proposta di Jalics interessante ed efficace è che non si tratta di una forma iniziatica o esoterica di preghiera. Il suo testo è un vero e proprio percorso metodologico, accessibile a tutti i battezzati, fatto di tappe, di verifiche e di messe a punto. L'aspetto più nuovo del metodo proposto consiste nel valore che attribuisce alla corporeità: è nel corpo e mediante il corpo che si prega e Jalics insiste lungo tutto il libro su come la via verso Dio si apra attraverso la percezione. Percepire significa essere consapevoli. Rimanere nella percezione significa rimanere nel presente. Dio si fa incontrare nel presente: è *"per questo motivo che nella spiritualità benedettina il fine della vita spirituale è descritto come un 'camminare alla presenza di Dio': sarà proprio la permanente attenzione al presente a condurci alla Sua presenza"* (cfr. 36).

La composizione del libro restituisce in forma agile e godibile proprio questo percorso, raccontandone le fatiche e gli entusiasmi di chi lo ha seguito. Particolarmente illuminanti, a proposito, sono i colloqui tra il maestro ed i praticanti dei suoi corsi riportati dall'autore al termine di ogni capitolo. Con sorpresa si scopre che le loro domande, sebbene molto personali, poiché radicate nei vissuti e nelle biografie di ciascuno, riguardano profondamente il lettore, che facilmente si riconosce in quanto esposto da chi lo ha preceduto nel cammino. In questo modo, si viene a creare, già a partire dalla lettura del testo, una comunità di oranti che sperimentano una ricerca comune di Dio.

Ogni capitolo del libro è avviato da una *introduzione*, che anticipa in modo sintetico il senso di quanto verrà proposto nelle indicazioni per la meditazione, alle quali seguono i colloqui tra il maestro ed i praticanti, ed è concluso da uno *sguardo retrospettivo* su quanto sperimentato e dall'apertura al *momento successivo*.

L'articolazione complessiva del percorso è organizzata in dieci momenti progressivi, dei quali ho deciso di riportare alcuni passaggi che sono stati illuminanti per la revisione della mia esperienza di preghiera e che reputo particolarmente significativi per comprendere il metodo proposto da Jalics.

Che cosa sono gli esercizi? Il grande cambiamento che dobbiamo realizzare, qui agli Esercizi, è di acquisire la convinzione interiore che i pensieri, paragonati alla percezione, non sono così importanti ed interessanti per il nostro cammino verso Dio: *Guardare e lasciare tutto così come è, ascoltare in maniera gratuita, senza obiettivi da raggiungere. La contemplazione consiste nel dimorare nello stupore.*

La triplice relazione. Abbiamo un solo cuore, col quale amiamo Dio, gli uomini e noi stessi. Cosa ci insegna la preghiera contemplativa? Ci insegna l'ascolto. L'ascolto richiede calma interiore e il coraggio di sopportare la sofferenza. Ascoltare qualcuno non significa sentire semplicemente le parole, ma raccogliere il desiderio che anima l'altro. Di più: significa essere presso l'altro con tutti i nostri sensi e far sì che l'altro si senta pienamente capito e totalmente accettato: *Impara ad essere attento senza manipolare. Impara a fermarti nella percezione e a trovarvi riposo. Se sarai nel presente non ti paragonerai agli altri. Permettiti di essere impotente. Prima di voler cambiare qualcosa, bisogna accettare il punto di partenza. La preghiera contemplativa non è un fare, ma un lasciar succedere.*

Il riferimento all'io e il riferimento a Dio. La religiosità, cioè la relazione con Dio, si manifesta necessariamente nel dono di sé, nel servizio di Dio e nella lode di Dio. Fino a quando cerchiamo i doni di Dio, siamo riferiti all'io. Chi dona veramente a Dio il tempo della propria meditazione è contento indipendentemente dal fatto che gli sia stato utile: *Rivolgi l'attenzione della tua percezione al centro delle mani. Lì dove erano le ferite di Gesù. Ascolta le mani con interesse e sorpresa. Da quel punto passa un'energia della quale non si è consapevoli finché non si fa silenzio e non si rivolge l'attenzione. La percezione delle mani è importante, ma ancora più importante è la capacità di ricezione che vi sta dietro. È così che entriamo in rapporto con la realtà. Tu non lotti contro la ferita, ma le dai il tempo necessario alla guarigione.*

Contemplazione e svuotamento. Mi sono reso conto del significato della croce. Ho capito che solo coloro che si svuotano completamente possono cogliere la presenza di Dio. Come la morte conduce alla risurrezione, così ogni beatitudine contiene la promessa che lo svuotamento non sarà l'ultima parola, ma che il vuoto sarà riempito da Dio: *La preghiera contemplativa è qualcosa di tenero. Permetti ai tuoi sentimenti di venire alla luce, senza valutarli. Lascia che sia ciò che c'è. La via verso noi stessi inizia concretamente con la percezione delle mani. Guardando verso l'io senza pensieri ci avviciniamo lentamente al nostro vero essere. Qui non ci sono più né domande, né risposte, né dubbi, né pensieri. Qui Dio può rivelare se stesso.*

La redenzione. Le nostre oscurità rimosse, continuando a far parte di noi, tendono a riemergere manifestandosi a livello conscio. Fuggendo di fronte al nostro strato oscuro ci siamo costruiti una barricata, che qui chiamiamo "scorza". Il suo prezzo è quello di rimanere separati dal nostro essere più vero e intimo, dalla nostra identità più profonda in Dio. Se rimaniamo nella percezione, cioè nel rivolgere l'attenzione a ciò che sentiamo nelle mani, la scorza si rompe ed

entriamo nella zona che abbiamo chiamato "strato oscuro". Quando ciò che ci fa soffrire è accolto, tenendo lo sguardo rivolto verso Dio, viene redento e non ritorna più: *Iniziata la meditazione, quando ti accorgi di essere nel presente, di' espirando un prolungato "sì" nelle mani. Deve essere una "parola interna", detta senza muovere le labbra. Ascolta la sua risonanza nelle mani. Una volta che riesci a guardare la tua paura negli occhi, ritorna alle mani e al "sì". La via concreta verso la fiducia è quella di tornare sempre fedelmente al "sì". Guardare i sentimenti significa guardarli fino al punto in cui si può permettere loro di esserci.*

La disponibilità a soffrire. La disponibilità a soffrire è l'unica condizione per la sequela di Gesù. Cosa dobbiamo soffrire? Il peccato che deve essere redento. Gesù Cristo ci prega di donargli i nostri peccati per soffrirli con Lui e per Lui. Solo ciò che soffriamo nell'amore, stando uniti col nostro centro, con Dio, è redento. Quando vediamo che qualcosa ci fa male, permettiamo che ci sia. Lentamente tutto è sofferto e la ferita diventa una cicatrice. Continuerà ad esserci, ma senza far male: *Uno dei più grandi nemici della contemplazione è la durezza interiore. Nella meditazione è l'ascolto a far scomparire la durezza, è l'essere pronti a soffrire i nostri sentimenti e nello stesso tempo a non occuparcene. La salvezza non proviene dai sentimenti, ma dal nostro rimanere nel silenzio e nel presente, trattandosi benevolmente. La contemplazione è una consapevolezza viva e un fluire, al di là di ogni evento, dell'amore di Gesù Cristo che ci accoglie in sé.*

L'orientamento verso Dio. Nell'ambito della contemplazione, col "devo" non funziona niente. Il vero motore della meditazione è la nostalgia di Dio. La nostalgia di Dio è il compasso innato della nostra vita che ci orienta verso di lui per insegnarci ad ascoltarlo, a guardarlo e a confidarvi. Il punto decisivo è se tramite il nostro sguardo siamo in contatto con noi stessi o con Dio. Il nostro compito non è quello di renderci perfetti, ma di unirvi a Colui che è perfetto. La santità è prima di tutto un vuoto che si trova in se stessi, che si accetta e che Dio riempie appunto nella misura in cui ci si apre alla sua pienezza. Al contrario, la nostra tensione per i risultati da raggiungere ci distoglie dall'orientamento verso Dio: *Cerca di dire ogni volta che espiri "Gesù" e ogni volta che ispiri "Cristo". Dicendo il nome rivolgiti a Gesù Cristo stesso. Di' a lui che è presente in te e che è tutto in te: "Signore, io non sono niente, tu sei tutto." "Accogli la mia meditazione, così misera ed egoistica, come lode del tuo nome". Cambia il punto di vista: invece di guardare ciò che accade in te, volgi l'attenzione su Dio. L'unione con lui ci sostiene e questo ci basta.*

Il perdono. Non tutto ciò che è semplicemente sofferto, ma solamente ciò che è sopportato con amore e perdono viene sanato. Le ferite più profonde che portiamo dentro risalgono alla nostra infanzia e sono legate ai nostri genitori. La riconciliazione coi nostri genitori dipende da noi. Le ferite che ci riguardano, non sono in loro, sono in noi. Finché non si è perdonato ai propri genitori, si continuerà a perpetuare lo stesso modello di comportamento. Solo chi ha superato questi conflitti è un uomo libero di fronte agli altri: *L'atteggiamento contemplativo è caratterizzato da un'attenzione desta e da un vivo interesse: "Che cosa scopro qui? Cosa sta accadendo? Cosa mi viene incontro dalla realtà?". Non si tratta di voler raggiungere un risultato particolare, ma di un atteggiamento attivo e appassionato. Dio non vuole i tuoi pensieri, ma desidera semplicemente stare con te. Dagli tempo.*

Il nome di Gesù. Col tempo siamo portati ad accorgerci della presenza di Dio nella nostra coscienza. Non possiamo però operare questo cambiamento da soli. Ciò che possiamo fare è rimanere attenti per accoglierlo da Gesù. Però il cambiamento della nostra relazione con Cristo è doloroso. Siamo invitati a distaccarci interiormente dalla forma concreta in cui lo

abbiamo conosciuto per scoprire sempre di più la sua presenza universale in noi e nelle cose: *Il nome di Gesù Cristo sta per la sua persona. Chi lo ripete con venerazione, si unisce a lui e viene riempito della sua stessa presenza. Tu vai in profondità insieme al nome di Gesù: non potrà accaderti nulla. Se la paura è troppo grande, puoi fermarti un momento ed aspettare che si calmi. Poi, però, ritorna coraggiosamente nel silenzio in compagnia del nome.*

Il ritorno alla vita quotidiana. Una vita sana è fatta sia dall'uscita all'esterno che dal ritorno verso l'interno. Ciascuno di noi è in grado di incontrare gli altri soltanto nella misura in cui è entrato in profondità dentro se stesso. La contemplazione non è soltanto una forma di preghiera, ma anche uno stile di vita. Abbiamo imparato a vivere nel presente, a soffrire ciò che la vita ci dà da soffrire, a vivere la tranquillità, a lasciare che Dio sia Dio. Abbiamo imparato come dobbiamo comportarci nei confronti dei pensieri superflui e il modo in cui comportarci con i nostri sentimenti. Abbiamo imparato ad essere indipendenti dai risultati e a rimanere riferiti alla realtà: *La contemplazione mira a stare costantemente rivolti a Dio. Dare a lui la nostra volontà vuol dire che smettiamo di "voler qualcosa per lui" e cominciamo sempre di più a "non volere", lasciando che sia Dio ad agire. Cambiare il mondo non è un mezzo per avvicinarci a Dio, ma è una conseguenza della nostra vicinanza a lui. Si rimane in cammino tutta la vita. Più si cammina lungo la via, più ci si sente all'inizio. A chi è stato portato sul giusto sentiero e continua a camminare non mancherà mai l'aiuto. Egli deve solo avere fiducia e Dio continuerà a tenerlo per mano e a guidarlo.*

¹A riguardo, suggerisco la lettura di questo breve articolo <https://wccmitalia.org/pablo-dors-venedi-13-maggio-2022/>.