

Meditazione: una forma indispensabile di preghiera

La meditazione «salesiana» nell'itinerario cristiano verso la contemplazione (Józef STRUŚ, sdb) 5 - 15

1. L'itinerario classico — 2. La meditazione — 3. La meditazione secondo S. Francesco di Sales.

La meditazione nel pensiero e nella prassi di Don Bosco (Juan PICCA, sdb) 16 - 40

1. La meditazione nell'esperienza personale di Don Bosco — 2. La meditazione e le pratiche di pietà del buon cristiano — 3. La meditazione voluta da Don Bosco per i membri della Congregazione Salesiana — 4. La meditazione nella tradizione salesiana dopo Don Bosco.

Pregare la Parola (Enzo BIANCHI, Comunità di Bose) 41 - 56

1. Epifania della Parola di Dio nella comunità cristiana — 2. Dalla liturgia della Parola alla «lectio divina» — 3. Formazione alla «lectio divina».

a cura dell'**Istituto di Spiritualità**
della Facoltà di S. Teologia
dell'Università Pontificia Salesiana, Roma

PRESENTAZIONE

La scelta dell'argomento per questo numero dei QSS risponde ad una richiesta concreta. Sono ben note oggi le difficoltà che presenta la pratica dell'orazione mentale o meditazione.

D'altra parte, viene anche riconosciuta e riaffermata la necessità e validità della meditazione nella vita spirituale. L'articolo 93 delle Costituzioni dei Salesiani di Don Bosco la definiscono: «una forma indispensabile di preghiera».

Questo e il prossimo numero dei QSS intendono offrire alcuni contributi di stimolo e di sussidio per accompagnare la riflessione personale di ciascuno in quella ricerca di chiarificazione e di approfondimento che precede ogni tentativo di rinnovamento e di applicazione che non voglia restare superficiale ed inefficace.

Questo quaderno è dedicato a ciò che oggi si usa chiamare «memoria», cioè l'approccio storico. La «memoria» è preparazione e riferimento fondamentale per una corretta applicazione all'oggi. A tale «attualizzazione» sarà dedicato il prossimo numero dei QSS.

Molti santi e buoni scrittori hanno parlato del gran bene che si ricava esercitandosi nell'orazione, dico nell'orazione mentale. Ne sia ringraziato il Signore! Ma se così non fosse, per poco umile che sia, non sono però così superba d'arrischiarmi io a trattarne. Posso dire soltanto quello che so per esperienza: cioè che chi ha cominciato a fare orazione non pensi più di trattarla, malgrado i peccati in cui gli avvenga di cadere. Con l'orazione potrà presto rialzarsi, ma senza di essa sarà molto difficile. Non si faccia tentare dal demonio a lasciarla per umiltà, come ho fatto io, e si persuada che la parola di Dio non può mancare. Se il nostro pentimento è sincero e proponiamo di non più offenderlo, Egli ci accoglie nell'amicizia di prima, ci fa le medesime grazie di prima, e alle volte anche più grandi, se la sincerità del pentimento lo merita.

Quanto a coloro che non hanno ancora cominciato io li scongiuro, per amore di Dio, di non privarsi di un tanto bene. Qui non vi è nulla da temere, ma tutto da desiderare. Anche se non facessero progressi, né si sforzassero di essere così perfetti da meritare i favori e le delizie che Dio riserva agli altri, guadagnerebbero sempre con imparare il cammino del cielo; e perseverando essi in questo santo esercizio, ho molta fiducia nella misericordia di quel Dio che nessuno ha mai preso invano per amico, giacché l'orazione mentale non è altro, per me, che un intimo rapporto di amicizia, un frequente trattenimento da solo a solo con Colui da cui sappiamo d'essere amati. (S. TERESA DI GESÙ, Vita, 8.5, in: Opere, Roma, Post. Gen. OCD, 1981, p. 95).

Hanno collaborato in questo quaderno:

Enzo BIANCHI, uno dei fondatori della *Comunità ecumenica di Bose*, è autore di numerose pubblicazioni di spiritualità, con particolare riferimento alla preghiera. «*Bose* è una comunità di uomini e di donne che cercano di vivere l'evangelo nel solco della tradizione monastica e in uno spirito ecumenico: semplici cristiani in ricerca di Dio, assidui nell'ascolto della Parola, lavorano nella compagnia degli uomini». (Ed. Qiqajon, Comunità di Bose, 13050 Magnano VC, Tel. 015/679185).

Juan PICCA, sdb, argentino, docente di S. Scrittura presso la Facoltà di S. Teologia dell'Università Pontificia Salesiana di Roma, ha scritto diversi contributi riguardanti soprattutto S. Paolo. Attualmente è anche Direttore dell'Istituto di Spiritualità e cura le attività del Biennio di Licenza e di Diploma e le pubblicazioni del settore.

Józef STRUŚ, sdb, di nazionalità polacca, è specializzato in Teologia morale e in Teologia spirituale. Presso la Facoltà di S. Teologia dell'Università Pontificia Salesiana tiene i corsi di Teologia spirituale, Direzione spirituale e Spiritualità di S. Francesco di Sales. Nell'ambito di tali discipline ha pubblicato diversi articoli scientifici.

LA MEDITAZIONE «SALESIANA» NELL'ITINERARIO CRISTIANO VERSO LA CONTEMPLAZIONE

Józef STRUŚ, sdb

Questa esposizione parte da un dubbio sorto in me da un po' di tempo: la nostra meditazione, sia dal punto di vista del contenuto che da quello del metodo, è propriamente «meditazione» o piuttosto lettura spirituale?

Penso che, pur nella brevità, una attenta considerazione di tipo storico ci potrà aiutare a trovare una risposta soddisfacente sul vero significato della meditazione.

E mi auguro che queste chiarificazioni sul contenuto e sul metodo della meditazione confermino il dettato delle Costituzioni salesiane rinviate: «Una forma indispensabile di preghiera è per noi l'orazione mentale. Essa rafforza la nostra intimità con Dio, salva dall'abitudine, conserva il cuore libero e alimenta la dedizione verso il prossimo. Per Don Bosco è garanzia di gioiosa perseveranza nella vocazione» (art. 93).

Anche se la problematica di questo contributo porta necessariamente a considerare la meditazione nell'ampio contesto della spiritualità cristiana, lo scopo che mi propongo è di evidenziare alcuni spunti di immediata utilità ed applicazione pratica.

1. L'itinerario classico

La riscoperta della portata fondamentale della Sacra Scrittura per la vita spirituale del cristiano ha aiutato in questi ultimi decenni a rivalorizzare la *lectio divina*.

Che cos'è la *lectio divina*? Assieme alla preghiera liturgica, alla salmodia e al lavoro manuale ed intellettuale, la *lectio divina* costituiti per i monaci dell'antichità cristiana uno dei più caratteristici mezzi per raggiungere Dio. Bisogna anzitutto dire che la *lectio* non si identifica con l'ufficio

divino, consistente nella recita dei salmi e nella lettura di alcuni brani scritturistici; neppure si tratta di esgesi, ermeneutica, utilizzazione teologica od omiletica della Sacra Scrittura.

Lectio divina è una attenta lettura della Sacra Scrittura durante la quale il monaco pronuncia distintamente le parole e le ripete a voce alta o sottovoce o solo interiormente. Con questo procedimento, chiamato *ruminatio*, si cerca, in pratica, di fissare bene la Parola di Dio nella memoria (non è solo un fatto mnemonico, ma anche del cuore). *Ruminatio* indica, inoltre, una lettura gustosa e pregata della Parola di Dio, fatta alla presenza dello Spirito Santo, che introduce alla comprensione del testo. Il contatto con il testo biblico, la ripetizione, il continuo richiamo alla memoria, la riflessione, lasciandosi guidare dallo Spirito Santo, sono tutti requisiti per giungere all'*intelligenza spirituale* della Sacra Scrittura. La *lectio divina* è una lettura della Parola di Dio fatta individualmente e, come tale, essa ha il suo complemento nel colloquio (*collatio*). Questo consiste in un dialogo spirituale, in cui i due si scambiano le idee suggerite dal testo, e soprattutto in un aiuto vicendevole per chiarire i problemi che la lettura della Parola di Dio ha suscitato.

La storia ci informa adeguatamente sulla natura e sulle caratteristiche della *lectio divina*, valorizzata dalla tradizione cristiana nell'ambito dell'itinerario della contemplazione. Poco informati al riguardo, oggi con molta facilità si sarebbe portati a semplificare il problema, sostenendo che *lectio divina* e meditazione si equivalgono tanto da identificarsi.

Più che una «tecnica», la *lectio divina* è un comportamento contemplativo-mistico, grazie al quale l'uomo giunge, per mezzo della conoscenza, alla verità ed entra, per mezzo dell'affetto, in contatto con Dio. La *lectio divina*, perciò, si avvicina molto alla meditazione e all'orazione e certamente, sotto qualche aspetto, si identifica con esse.

Non è superfluo ricordare quanto, a proposito della unione dell'uomo con Dio per mezzo della preghiera fondata sulla Bibbia, hanno esposto due maestri di vita spirituale, raggiungendo una sistematizzazione che non ha perso validità ed attualità col passar dei secoli. Ugo di San Vittore († 1141) presenta questa preghiera secondo le seguenti accentuazioni: *lectio*, *meditatio*, *oratio*, *operatio*, *contemplatio*. Guigo II il Certosino († 1193) invece, dei precedenti cinque aspetti ne adotta solo quattro: *lectio*, *meditatio*, *oratio*, *contemplatio*. È ovvio che essi raccolgono il frutto di una esperienza plurisecolare a contatto con la Bibbia. È merito loro però il tentativo di illuminare con la riflessione teologica quella esperienza, specificandone la natura.

Risulta allora chiaro che la *lectio divina* apre l'itinerario della preghiera interiore evolvendosi verso la meditazione. Poggiando sulla Parola di Dio,

la meditazione si evolve poi, attraverso l'orazione, in contemplazione. Appare evidente, quindi, che la *lectio divina* e la *meditatio* non sono altro che le prime due tappe dell'itinerario contemplativo della vita spirituale.

L'interessamento per lo specifico della *lectio* e successivamente per quello della *meditatio*, dell'*oratio* e della *contemplatio* ha portato ad accentuare la distinzione di questi quattro aspetti dell'intero itinerario contemplativo, come quattro momenti successivi del progresso che porta l'uomo ad una maggiore unione spirituale con Dio. Questa distinzione dell'itinerario contemplativo in più tappe si è affermata soltanto nei secoli posteriori, mentre per molto tempo *lectio*, *meditatio*, *oratio*, *contemplatio* costituirono un tutt'uno. In pratica, non si trattava di altro che dell'atto di adorazione, di lode, di rendimento di grazie e di silenzio per ascoltare e contemplare Dio.

2. La meditazione

Da quanto si è detto fin qui appare chiaro che la *lectio* si evolve in *meditatio*. È certo che potrebbe anche regredire, diventando, nel migliore dei casi, una semplice lettura, senz'altro utile per la vita spirituale. Probabilmente non sempre ci si rende conto di tali possibilità di evoluzione o involuzione della *lectio divina*.

La continuità tra *lectio* e *meditatio* è data dall'oggetto, che è la Parola cui ci si accosta in atteggiamento di preghiera e di amore verso Dio. Come la *lectio*, anche la *meditatio*, per sua natura, cerca di assimilare il contenuto e il senso del mistero di fede che la Parola di Dio trasmette. Perciò le riflessioni condotte nella meditazione sono guidate dallo spirito di fede e non da finalità scientifiche. È questo che alla riflessione spirituale permette di favorire prima la nascita degli affetti e poi delle risoluzioni pratiche (atti della volontà). A differenza della *lectio*, nella meditazione si potenzia l'aspetto affettivo.

La meditazione, rispetto alla *lectio divina*, privilegia la riflessione, vincendo la Parola di Dio ad atteggiamenti suggeriti dai vari metodi di meditazione. Storicamente non è difficile dimostrare che i problemi tipici della meditazione erano sconosciuti agli antichi maestri di vita spirituale.

La dinamica del cammino proprio della meditazione si basa sulla relazione che esiste tra la volontà umana e il bene, al quale la volontà tende. Nella pratica, la meditazione consiste nel coinvolgere tutte le potenzialità spirituali dell'uomo: immaginazione, intelletto, memoria, volontà. Il loro intervento è subordinato alla volontà, dalla quale nasceranno gli affetti.

La storia della preghiera mentale conosce diversi metodi di meditazione, tra i quali in particolare: il metodo di S. Ignazio di Loyola, di Luigi

da Granada e della Scuola spagnola (il Carmelo riformato), di S. Francesco di Sales, del Seminario di S. Sulpizio. In tutti questi metodi la *lectio*, l'*oratio* e la *contemplatio* sono l'ambiente naturale della meditazione. Tolta da questa cornice, la meditazione diventa poco comprensibile, e piuttosto chiusa in se stessa ed esposta al pericolo di diventare un esercizio sterile. Per confermare tali affermazioni e per esemplificare vorrei ora presentare nei punti essenziali la meditazione secondo S. Francesco di Sales.

3. La meditazione secondo S. Francesco di Sales

Tra le quattro azioni dell'intelletto (semplice pensare, studio, meditazione, contemplazione) S. Francesco di Sales ritiene adatte per raggiungere l'amore di Dio solo la meditazione e la contemplazione.

Per dimostrare la differenza tra il semplice pensare, lo studio, la meditazione e la contemplazione egli si serve di un paragone preso dalla natura. La mosca è come il pensiero che vola dappertutto e, malgrado si posi sui fiori, non produce nulla; il maggiolino rispecchia il lavoro dello studio, mentre l'ape non solo vola come la mosca e lavora come il maggiolino, ma scende sui fiori, non per fermarsi come la mosca, o «per cibarsi e nutrirsi» come il maggiolino, ma per raccogliere il nettare, che porta nell'alveare. La contemplazione poi s'avvicina al volo dell'ape regina, la quale, senza risentire il peso del lavoro, gode del piacere per il bene conseguito (vedi *Teotimo*, capitolo secondo del libro VI).

Per spiegare ancora meglio la natura della meditazione S. Francesco di Sales ricorre ad un altro paragone. Nel capitolo sesto del libro VI del *Teotimo* egli scrive: «mangiare è meditare, perché meditando si mastica, volendo qua e là il cibo spirituale tra i denti della considerazione per smiuzzarlo, tritarlo e digerirlo, il che non si fa senza qualche fatica. Bere è contemplare, e questo si fa senza fatica né resistenza, anzi con piacere e facilmente».

La meditazione che S. Francesco di Sales propone dovrebbe svolgersi in quattro tappe: preparazione, considerazioni, affetti e risoluzioni, conclusione.

Mettersi alla presenza di Dio e invocare il suo aiuto

Nella preparazione la persona che si accinge a meditare si mette alla presenza di Dio, invocando la sua assistenza durante la meditazione, come pure quella dell'angelo custode e dei santi. Sulla necessità della preparazione alla meditazione S. Francesco scrive a Giovanna Francesca Frémiot de Chantal: «a voler parlare molto francamente con voi, sebbene, l'estate

scorsa, mi fossi messo due o tre volte alla presenza di Dio senza preparazione e senza un disegno preciso e mi fossi trovato molto vicino a sua Maestà con un solo e semplice sentimento d'amore quasi impercettibile, ma dolcissimo, è anche vero che non osai mai allontanarmi dalla via tradizionale per trasformare quel sistema casuale in abituale. [...] Non dico che, quando si è fatta la preparazione e ci si sente attirati da questa forma di meditazione, non la si debba seguire; dico solo che prendere come sistema di non prepararsi, per me, è alquanto difficile, come è troppo difficile ritirarsi dalla presenza di Dio senza ringraziamento, senza offerta e senza preghiere indirizzate espressamente a questo scopo» (*Lettera del* 11 marzo 1610).

Dall'epistolario salesiano appare con chiarezza che non è sempre possibile trovare Dio senza prepararsi, specialmente se si tratta di principianti. Francesco di Sales è però anche del parere che, quando nella meditazione si incontra subito Dio, allora non ha più senso disperdersi nell'esercizio preparatorio, ma ci si deve intrattenere nel colloquio con Lui.

Le considerazioni, seconda parte della meditazione

All'atto di mettersi alla presenza di Dio segue la *proposta del mistero* su cui si vuole meditare. Questa rappresentazione del mistero si realizza per mezzo della immaginazione quando riguarda un soggetto sensibile, come, per esempio, la passione e la morte del Cristo; e se il soggetto è astratto come, per esempio, la grandezza di Dio, la rappresentazione del mistero si attua mediante la semplice considerazione.

Questa seconda parte della meditazione, in cui è impegnato l'intelletto, è piuttosto conoscitiva. Dopo la rappresentazione del mistero, l'intelletto comincia il processo della meditazione per mezzo di considerazioni capaci di muovere gli affetti verso Dio. Senza gli affetti la meditazione diventerebbe uno studio o un semplice pensare. In concreto, nella meditazione sul mistero della passione di Cristo si rappresenterà la crocifissione e poi, mediante le considerazioni, si cercherà di riflettere sulle singole virtù che hanno portato Cristo ad accettare la croce: anzitutto il grande amore per il Padre, cui ha voluto obbedire; poi la dolcezza, l'umiltà e la pazienza con le quali ha sofferto tante ingiustizie; l'amore nel pregare il Padre per i nemici. Tali considerazioni stimolano nel cuore gli affetti e il desiderio di imitare Cristo.

Le considerazioni sul mistero scelto si devono condurre minutamente, nei particolari. Ai principianti, che meditano sulla passione del Signore, S. Francesco raccomanda di considerare le singole virtù, piuttosto che guardarle tutte insieme. Imitando «le api che raccolgono il miele dai singoli

fiori», chi medita deve ricavare «il miele» dalle singole virtù di Cristo per rafforzare il proprio desiderio di imitarlo. Ci si soffermi su un punto fino ad esaurirlo tutto e fino a che non si trovi il gusto e il frutto, senza preoccuparsi per le altre considerazioni che si potrebbero fare. La fatica della meditazione, raffigurata dall'atto del masticare, consiste proprio nel prendere una considerazione dopo l'altra.

Quali temi suggerisce S. Francesco per la meditazione?

Tra gli argomenti consigliati alle persone da lui dirette si trovano al primo posto la vita, la passione e la morte di Gesù, poi quelli che riguardano i quattro fini ultimi dell'uomo.

All'obiezione presentatagli da parte di una religiosa che cioè nella meditazione sulla passione e morte di Cristo si può essere disturbati da immagini sconvenienti, Francesco risponde insistendo di non tralasciare questo tema di meditazione; lasciarlo da parte favorirebbe soltanto il gioco del nemico, aggiunge il Santo. In questi casi non bisogna servirsi dell'immaginazione, ma della sola fede nella presentazione del mistero (*Lettera alla Madre Favre*, 17 aprile 1616). Secondo Francesco di Sales il tema della passione e morte di Gesù Cristo ha grande importanza nella meditazione ed è il mezzo più adatto per superare tante difficoltà. «Il fuoco acceso dalla meditazione della morte e passione guarisce, ma guarisce quelli che sono docili di natura; è una meditazione che calma e lenisce» (*Predica* del 10 ottobre 1593).

Nell'epistolario del Salesio si nota però che anche le diverse circostanze della vita possono suggerire argomenti su cui meditare. Per esempio, ad una persona che si prepara a fare il voto privato di castità consiglia di prepararsi con la meditazione sulla castità e sulla verginità (*Lettera a C. Chastel*, 18 maggio 1608).

Il ruolo delle facoltà spirituali nella meditazione salesiana

Prima che Giovanna di Chantal si trasferisse ad Annecy era solita frequentare il monastero delle Carmelitane di Digione, completando così la direzione spirituale. Infatti, nel 1604 S. Francesco di Sales aveva assunto tale impegno, che svolgeva prevalentemente per corrispondenza a causa della distanza. Durante uno degli incontri della Baronessa di Chantal con le Carmelitane una religiosa le aveva consigliato di non servirsi dell'immaginazione e dell'intelletto nella meditazione, ma della volontà. Per conto suo, Francesco di Sales rispondeva che non è possibile prescindere dall'immaginazione e dall'intelletto nell'orazione. Certo, una volta spronata,

la volontà prevale sull'immaginazione e sull'intelletto. Del resto, aggiungeva il Santo, l'immaginazione deve essere molto semplice e «servire da ago per infilare gli affetti e le risoluzioni nel nostro spirito» (*Lettera alla Baronessa di Chantal*, aprile 1606).

In un'altra lettera, due mesi dopo, Francesco affermava che non bisogna disprezzare l'immaginazione, la quale può essere molto utile per richiamare lo spirito all'attenzione. È necessario solo guardarsi dall'usare immagini violente (*Lettera alla Chantal*, 8 giugno 1606). Per comprendere queste difficoltà è opportuno accennare alle direttive che egli aveva dato sul modo di fare meditazione. Evidentemente il libro della *Filotea* (1608) non esisteva ancora. Scrivendo alla Signora Bourgeois, Badessa di Puits-d'Orbe e alla sorella, moglie del presidente Brulart, Francesco insisteva molto sull'importanza dell'immaginazione in ciò che riguarda la rappresentazione del mistero che si vuole meditare.* La lettura di questi testi poteva far pensare alla religiosa carmelitana che il metodo insegnato dal Vescovo di Ginevra attribuiva il successo della meditazione più all'immaginazione e all'intelletto che alla volontà. In realtà non era così. Per S. Francesco di Sales il ruolo dell'intelletto era soltanto ausiliario, favorendo gli affetti nella volontà; egli era pure d'accordo sul non usare l'intelletto nella meditazione, a condizione che la volontà riuscisse a passare subito agli affetti (vedi *Lettera alla Signorina de Souffour*, aprile-maggio 1603).

Sembra, ad ogni modo, che in quei primi anni la lontananza non consentiva a Francesco di rendersi bene conto dei progressi compiuti dalla sua penitente, la Baronessa di Chantal, nelle vie dell'orazione mentale e, d'altra parte, può darsi che egli stesso non avesse raggiunto ancora quell'equilibrio, frutto di esperienza e di molta riflessione, che si riscontra nella *Filotea* e nel *Teotimo*. In quest'ultimo scritto, infatti, è esposto il suo pensiero in modo preciso ed esauriente: la volontà riceve le indicazioni per mezzo dell'intelletto, ma nel momento in cui ha percepito il bene, essa non ha più bisogno dell'intelletto per amare. Ciò che conta è la forza d'azione che il bene esercita sulla volontà (vedi *Teotimo*, capitolo quarto del libro VI).

* Alla Signora Bourgeois, Badessa di Puits-d'Orbe, *Fragments d'avis sur la manière de méditer suivis d'une méditation incomplète sur le crucifermement de Notre-Seigneur Jésus-Christ*, Dijon, avril 1604, in: *Oeuvres...*, ed. Annecy, t. 26, pp. 173-179; alla Signora Brulart, *Ibidem*, pp. 180-184. Pare che queste istruzioni fossero conosciute anche da altre persone (cf *Lettere alla Bourgeois*, 9 ottobre 1604 e alla Brulart, 13 ottobre 1604) e probabilmente anche dalle Carmelitane di Digione.

La terza parte della meditazione salesiana è quella in cui gli affetti nati nella meditazione si trasformano in propositi. Senza questo passo, tutti gli affetti, anche quelli dell'amore di Dio e del prossimo, il desiderio della salvezza delle anime, la volontà di imitare la vita di Cristo, restano indefiniti. Si tratta, quindi, di tradurre questi affetti in risoluzioni concrete, affinché queste contribuiscano al proprio progresso. Mancando una realizzazione pratica ed immediata, la grandezza degli argomenti meditati non solo non contribuisce realmente al progresso spirituale ma, secondo S. Francesco di Sales, può essere anche nociva, perché porta a ritenersi quali si è desiderato essere nella meditazione, e non quali si è di fatto.

La risoluzione ben formulata conta anche indipendentemente dal sentimento che l'accompagna. Anzi, senza il sentimento di piacere, soddisfazione o godimento, la risoluzione può essere migliore, perché il motivo per cui la si sceglie è Dio e non altro.

Per il proprio progresso spirituale S. Francesco raccomanda ancora di prevedere le occasioni che potranno verificarsi durante la giornata e le difficoltà nelle quali bisognerà mettere in pratica le risoluzioni (cf *Lettera alla Signora de la Fléchère*, 19 maggio 1608).

La conclusione e il mazzolino spirituale

Prima di passare alle occupazioni quotidiane, e per concludere la meditazione, S. Francesco di Sales suggerisce tre atteggiamenti da vivere colla maggiore umiltà possibile. Anzitutto ringraziare Dio per gli affetti e le risoluzioni che sono nati mediante il suo intervento, come pure la sua bontà e misericordia, rivelatesi nella meditazione. In un secondo momento, assieme agli affetti ricevuti e alle risoluzioni prese, si offre a Dio la bontà e misericordia, la morte, il sangue e le virtù del Figlio suo. Infine, si domanda a Dio di comunicarci le grazie e le virtù del suo Figlio e di benedire i nostri affetti e le risoluzioni perché si possa attuarli fedelmente.

Perché le risoluzioni riescano davvero efficaci, egli propone di fare un mazzolino spirituale. Se l'espressione «bouquet spirituel» può apparire ormai desueta o adatta soltanto a certe categorie di persone, non si può però trascurarne il contenuto. Il «mazzolino spirituale», di cui parla S. Francesco di Sales, raccoglie qualche punto gustato particolarmente durante la meditazione, in modo da potere, durante il giorno, riprenderlo ed «odorarlo spiritualmente». Sarà un compito affidato alla preghiera giornaliera quello di estendere all'intera giornata il clima della meditazione mattutina, aiutando in modo particolare a rinnovare nel cuore quell'ardore necessario per attuare le risoluzioni.

La meditazione si fa per promuovere gli affetti e in particolare quello dell'amore. Con un'espressione molto bella S. Francesco di Sales afferma che la meditazione è madre dell'amore di Dio e la contemplazione ne è la figlia. Il desiderio di ottenere l'amore di Dio spinge a meditare e, dopo averlo ottenuto, lo fa contemplare. Abitualmente l'orazione si realizza nella forma di meditazione «finché non dà origine al miele della devozione» e, dopo aver elaborato il miele, «si converte in contemplazione».

La contemplazione differisce dalla meditazione in quanto il suo sguardo all'oggetto amato è semplice e totale. Essa non richiede un processo condotto minuziosamente, come nella meditazione. «Meditare è come odorare il garofano, la rosa, il rosmarino, il timo, il gelsomino, il fior d'arancio, l'uno dopo l'altro, separatamente; contemplare è come odorare l'essenza profumata composta di tutti quei fiori; con la contemplazione si sperimentano assieme tutti i profumi odorati successivamente con la meditazione, e non v'è dubbio che l'unica fragranza che riunisce in sé tutti i profumi è da sé sola più soave e delicata di tutti i profumi che la compongono sentiti separatamente ad uno ad uno» (*Teotimo*, capitolo quinto del libro VI).

La meditazione è sempre un po' faticosa, la contemplazione si fa con piacere, godendo della presenza di Dio che si è trovato e del suo amore. Il mangiare e il bere, cui sono stati paragonati questi due modi di orazione, ne rispecchiano sia lo sforzo sia la facilità, caratteristiche rispettivamente della meditazione e della contemplazione. È l'apertura alla contemplazione che dà il senso dell'orazione alla meditazione (vedi *Teotimo*, capitoli 3-6 del libro VI; ed anche: *Declaration Mystique sur le Cantique des Cantiques*, in: *Oeuvres...*, ed. Annecy, t. 26, pp. 11-15).

È necessario un metodo nella meditazione?

Un esame dei capitoli 2-9 della seconda parte della *Filotea* dimostra che nel pensiero di S. Francesco di Sales la meditazione dev'essere fatta secondo un metodo. Tuttavia le regole da lui proposte sono, in un certo senso elastiche. Quando il Santo parla, ad esempio, della preparazione alla meditazione, suggerisce quattro modi per l'esercizio della presenza di Dio, però aggiunge che ciascuno potrà scegliere di volta in volta quello più adatto.

Del resto, S. Francesco di Sales non cerca neppure di dare spiegazioni esaurienti sull'orazione mentale, ma rimanda ad altri autori e all'esperienza personale che ciascuno acquista facendo la meditazione. Egli si

rende conto che esistono delle persone in continua ricerca del metodo migliore d'orazione. Pur dando egli stesso dei suggerimenti, non pretende che ci si attacchi a metodi determinati, fino al punto di perdere la libertà interiore. Ciò che conta nella preghiera è la presenza dello Spirito Santo e questa non è legata ad alcun metodo.

La funzione del direttore spirituale

Dagli insegnamenti e dall'esperienza stessa di S. Francesco di Sales emerge quanto importante sia il ruolo del direttore spirituale in relazione alla meditazione. Gli scritti citati (e se ne potrebbero aggiungere ancora altri) rilevano, da una parte, la necessità dell'impegno di chi medita e, dall'altra, la gratuità del dono che il Signore dà nei tempi da Lui stabiliti. È compito del direttore spirituale incoraggiare alla pazienza e all'umiltà. «Restiamo ancora un poco in queste basse vallate, mia cara Figlia, — scrisse a Giovanna di Chantal, riprendendo il Cantico dei Cantici, — e baciama ancora un poco i piedi a nostro Signore: quando a Lui piacerà, ci chiamerà alla sua santa bocca». Un'altra espressione della stessa lettera conferma la relazione esistente tra lo sforzo umano e il dono di Dio: «è necessario ricorrere alle considerazioni ancora per qualche tempo» (*Lettera* dell'aprile 1606).

Come testimone dell'azione divina nell'anima, il direttore spirituale dovrà saper trovare in ogni momento i suggerimenti opportuni. Così, solo qualche anno più tardi, vedremo Francesco di Sales dispensare la Madre Chantal dalle applicazioni dell'intelletto, che le rendevano difficile l'orazione.

S. Francesco di Sales si domanda se tutti sono in grado di fare meditazione. E risponde: tutti possono dedicarsi alla meditazione, anche i più rozzi, purché abbiano dei buoni direttori di spirito e volontà di applicarsi per acquisire la capacità di meditare (vedi *Filotea*, capitolo diciassettesimo della quinta parte).

Conclusione: la dinamica della meditazione salesiana

L'insegnamento di Francesco di Sales sulla meditazione sottolinea la funzione prevalente della volontà. Durante la meditazione la volontà dev'essere aiutata dall'intelletto, che presenta le considerazioni sulla bontà divina per eccitare la volontà ad amarla. Ma appena la volontà percepisce la presenza del bene, non ha più bisogno dell'intelletto per amarlo. L'amore cresce da se stesso per la gioia che la volontà prova nell'unirsi al bene. D'altra parte, un aumento nella conoscenza del bene da parte del-

l'intelletto può aumentare la crescita dell'amore. In questo caso la volontà non è solo attirata dal bene, ma sollecitata anche dalla spinta dell'intelletto.

Lo scopo e la natura della meditazione si manifesta proprio nella successione di questi atti: l'intelletto presenta considerazioni e discorsi adatti per promuovere gli affetti nella volontà, a meno che Dio conceda affetti particolari senza alcun bisogno di considerazioni e discorsi. Concepiti gli affetti, la volontà decide di aderire alla volontà di Dio. A loro volta gli affetti si trasformano in risoluzioni, che la volontà s'impegna a concretizzare nella propria esistenza umana e cristiana.

Ricapitolando i punti principali della meditazione «salesiana» si ottiene uno schema logico e allo stesso tempo semplice:

1. *Preparazione*

- Mettersi alla presenza di Dio (quattro modi)
- Invocazione
- Rappresentazione del Mistero da meditare

2. *Considerazioni* (contributo dell'intelletto)

3. *Affetti e proponimenti* (applicazione della volontà)

- Affetti
- Colloquio
- Risoluzioni

4. *Conclusione e il «mazzolino spirituale»*

LA MEDITAZIONE NEL PENSIERO E NELLA PRASSI DI DON BOSCO

Juan PICCA, *sdb*

Queste pagine intendono presentare la prassi che per più di un secolo, dai tempi di Don Bosco ad oggi, ha caratterizzato l'orazione mentale o meditazione presso i Salesiani di Don Bosco.

Ci è parso indispensabile considerare attentamente il periodo delle origini, a partire dall'esperienza stessa di Don Bosco. Ciò che la meditazione ha significato per lui personalmente; ciò che la meditazione rappresentava per i suoi giovani, nella prospettiva del buon cristiano; ciò che la meditazione doveva essere per i suoi più diretti collaboratori, i membri della Congregazione Salesiana.

Abbiamo creduto utile portare il lettore a contatto diretto con i testi più interessanti e non limitare l'esposizione alla sola presentazione dei risultati.*

1. La meditazione nell'esperienza personale di Don Bosco

La meditazione era una pratica molto raccomandata nell'ambiente ecclesiale del secolo scorso, nel quale si colloca Don Bosco. Lo si può ricavare, tra l'altro, dalla sua testimonianza nelle *Memorie dell'Oratorio di San Francesco di Sales dal 1815 al 1855*.

* Il riferimento alle fonti si trova fra parentesi utilizzando le sigle consuete:

- ACS = *Atti del Capitolo [Consiglio] Superiore della [Pia] Società Salesiana*, Torino, 1920-1971; Roma, 1971...;
MB = G.B. LEMOYNE - A. AMADEI - E. CERIA, *Memorie biobrefiche di Don [del Venerabile... del Betao...], di San...]* Giovanni Bosco, S. Benigno Canavese - Torino, 1898-1939;
MO = SAN GIOVANNI BOSCO, *Memorie dell'Oratorio di San Francesco di Sales dal 1815 al 1855*, Torino, SEI, 1946;
OE = GIOVANNI BOSCO, *Opere editte*, Roma, LAS, 1976-1977.

Quando Don Calosso poté constatare in Giovannino adolescente la volontà di «abbracciare lo stato ecclesiale», si preoccupò non solo di impartirgli subito le prime nozioni di grammatica italiana e latina, ma anche di rassodare la sua pietà. Don Bosco lo registrerà con queste parole: «M'incoraggiò a frequentare la confessione e la comunione, e mi ammaestrò intorno al modo di fare ogni giorno una breve meditazione o meglio un po' di lettura spirituale» (MO p. 36).

Qualche anno dopo, in occasione della vestizione clericale, tra le risoluzioni del piccolo regolamento di vita che Don Bosco si prefisse, si legge: «oltre le pratiche ordinarie di pietà, non ometterò mai di fare ogni giorno un poco di meditazione ed un po' di lettura spirituale» (MO p. 88). Naturalmente la meditazione era anche una delle pratiche di pietà stabilite in seminario: «ogni mattina messa, meditazione, la terza parte del Rosario» (MO p. 92).

Nel 1841 uno dei propositi presi per l'ordinazione sacerdotale e la prima messa è questo: «Ogni giorno darò qualche tempo alla meditazione ed alla lettura spirituale» (MO p. 115, in nota; MB 1, p. 518). Durante i due anni seguenti, trascorsi al Convitto ecclesiale di Torino, dove «si impara ad essere preti, meditazione, lettura, due conferenze al giorno, lezioni di predicazione, vita ritirata, ogni comodità di studiare, leggere buoni autori, erano le cose intorno a cui ognuno doveva applicare la sua sollecitudine» (MO p. 121).

Che più tardi, nella vita da prete ed in mezzo ad un'intensa attività, Don Bosco abbia mantenuto fede a queste direttive e ai suoi proponimenti, non lo troviamo più scritto di suo pugno, risulta invece dalle numerose testimonianze dei processi di beatificazione e canonizzazione. Più volte, infatti, si trova richiamata l'abitudine dell'orazione mentale, fattasi ormai connaturale in lui (vedi il capitolo sulla vita di preghiera nel volume di P. BROCARDO, *Don Bosco, profondamente uomo - profondamente santo*, Roma, LAS, 1985, pp. 96-106).

2. La meditazione e le pratiche di pietà del buon cristiano

Tra i documenti a cui ricorrere per illustrare la questione, *Il giovane provveduto per la pratica de' suoi doveri negli esercizi di cristiana pietà* ha certamente un valore eccezionale. Il fatto che Don Bosco si sia ispirato ad altre opere del genere, prendendo anche profusamente da alcune di esse, non ne diminuisce il valore (cf P. STELLA, *Valori spirituali nel "Giovane provveduto" di San Giovanni Bosco*, Roma, 1960, pp. 21-79). Stampato per la prima volta nel 1847, il piccolo libro, vivente ancora Don Bosco, aveva oltrepassato la centesima edizione, conservando sostanzialmente immutata

la fisionomia e l'impostazione che lo caratterizzò dall'inizio (cf. per la prima ed., *OE* 2, pp. 183-532; per l'ed. del 1885, *OE* 35, pp. 130-648); vi era raccolto tutto ciò che Don Bosco riteneva «sufficiente perché i giovani possano diventare la consolazione dei parenti, l'onore della patria, buoni cittadini in terra, per essere poi un giorno fortunati abitatori in Cielo» (*OE* 35, p. 135).

Qual è il posto — ci domandiamo — che *Il giovane provveduto* assegna alla meditazione? Traspare in esso quell'importanza che per Giovanni Bosco sembra aver avuto la meditazione nel periodo della propria formazione, e di cui si ha sicura conferma nei suoi propositi?

Lettura spirituale e parola di Dio

Il giovane provveduto non parla esplicitamente di «meditazione». All'inizio, tra le «Cose necessarie ad un giovane per diventar virtuoso», c'è un capitoletto dedicato alla «Lettura spirituale e parola di Dio» (*OE* 35, p. 145s); la prima edizione porta semplicemente «Lettura e parola d'Iddio» (*OE* 2, p. 198).

«Oltre le consuete preghiere del mattino e della sera, — scrive Don Bosco — vi esorto a spendere eziando un po' di tempo a leggere qualche libro che tratti di cose spirituali, come il libro *Dell'Imitazione di Gesù Cristo*, la *Filotea* di S. Francesco di Sales, *l'Apparecchio alla morte* di S. Alfonso, *Gesù al cuor del giovane*, le vite dei Santi od altri simili. Dalla lettura di questi libri, riporterete grandissimo vantaggio per l'anima vostra» (*OE* 35, p. 145; cf. *OE* 2, p. 198). Un inciso, che manca nella prima edizione, raccomanda poi la fuga dai cattivi libri e dalla cattiva stampa.

Il resto della piccola istruzione è dedicato al buon ascolto della parola di Dio, ovviamente come essa veniva intesa allora. «Siccome poi il nostro corpo senza cibo diviene infermo e muore, così è dell'anima nostra, se non le diamo il suo cibo. Nutrimo e cibo dell'anima nostra è la parola di Dio, cioè le prediche, la spiegazione del Vangelo e il Catechismo. Fatevi pertanto grande premura di intervenire a tempo debito in chiesa, standovi con massima attenzione, applicando per voi le cose conformi al vostro stato. [...] Udendo la predica procurate di tenerla a mente, e lungo il giorno ed in ispecie alla sera prima di coricarvi fermatevi un tantino a riflettere sulle cose udite. Se così farete, grande vantaggio ridonderà all'anima vostra» (*OE* 35, p. 145s; cf. *OE* 2, p. 198s).

Don Bosco era convinto che la santità cristiana è per tutti, e quindi anche per i suoi ragazzi. Essere santi è facile e, per esserlo, non è necessario compiere molte pratiche o assumere un atteggiamento triste e malinconico. Don Bosco lo dichiarava senza ambiguità nel prologo: «Io voglio

insegnarvi un modo di vita cristiana, che vi possa nel tempo stesso rendere allegri e contenti, e additarvi quali siano i veri divertimenti e i veri piaceri...» (*OE* 35, p. 133; cf. *OE* 2, p. 185s). Don Bosco quindi cercava di rendere piacevole la pietà e di semplificarla, secondo la sensibilità e le capacità dei giovani, offrendo «un metodo di vivere breve e facile» (*OE* 35, p. 135). Ma si può affermare che, per ottenere questo scopo, egli rinunci alla sostanza? Oppure che egli tralasci quei mezzi, che, come la meditazione, i più qualificati maestri di vita spirituale raccomandavano insistentemente?

«Evidentemente Don Bosco non esige dai giovani una meditazione, quale è concepita dalle più classiche scuole di ascetica. Tuttavia, in quanto la lettura spirituale non è disgiunta da una certa riflessione (e quindi aperta alla meditazione vera e propria) Don Bosco interpreta la lettura spirituale come meditazione e si contenta di richiedere dai ragazzi questo minimum» (P. STELLA, *Valori spirituali*, p. 55).

Considerazioni per ciascun giorno della settimana e per ricorrenze particolari

Cercando il linguaggio più adatto ai giovani, pare che Don Bosco abbia voluto evitare la parola «meditazione». Si veda, ad esempio, come introduceva le «Sette considerazioni per ciascun giorno della settimana».

«Siccome io desidero grandemente che ogni giorno facciate qualche poco di lettura spirituale, per cui non tutti potranno avere i libri convenienti, così vi presento qui sette brevi considerazioni distribuite per ciascun giorno della settimana, le quali saranno di comodità a quelli, che non possono avere libri opportuni. Postivi pertanto ginocchioni direte: — Mio Dio, mi pento con tutto il cuore di avervi offeso; fatemi la grazia che ben conosca le verità che io sono per meditare, e mi accenda d'amore per Voi. Vergine Maria Madre di Gesù, pregate per me» (*OE* 35, p. 164; nella prima edizione però si legge: «... che io sono per considerare»: *OE* 2, p. 212; il corsivo è nostro).

Di queste sette meditazioncine, sei attingono agli scritti di S. Alfonso (Fine dell'uomo, Il peccato mortale, La morte, L'inferno, L'eternità delle pene; molto più liberamente, Il giudizio) e l'ultima (Il paradiso) s'ispira alla *Filotea* di S. Francesco di Sales (cf. *OE* 35, pp. 164-182; *OE* 2, pp. 211-230; P. STELLA, *Valori spirituali*, pp. 65-69).

Sono i temi classici, su cui insistono i grandi maestri della vita ascetica; quelli prediletti nella predicazione delle missioni popolari dal secolo XVII in poi e svolti, in sostanza, secondo il metodo tradizionale della meditazione. Brevità, semplicità, vivacità di stile le rendono molto adatte ai giovani. Il risultato che tali considerazioni si prefiggono è soprattutto quello

di portare al pentimento, alla confessione, a propositi di vita migliore. Costituiscono però un esercizio pratico e, in certa misura, sistematico, di orazione mentale, che poteva avere tanto più presa, in quanto protratto per un certo tempo, sia che fosse lasciato alla libera iniziativa dei singoli sia che fosse consigliato in circostanze particolari.

Anche altre pratiche proposte da Don Bosco, come quella delle *Sei Domeniche e la Novena di S. Luigi Gonzaga* (cf OE 35, pp. 183-199; OE 2, pp. 235-253), si riducono in realtà ad una serie di brevi meditazioni. Ripetendo queste «considerazioni e pratiche» dall'opuscolo del gesuita P. de' Mattei, Don Bosco non fa che attingere dall'abbondante letteratura esistente, nella quale «nello stile aloisiano, l'angelo Luigi veniva presentato come un modello di virtù (e di santità!) in tutto imitabile e facilmente imitabile» (P. STELLA, *Valori spirituali*, p. 36; cf anche p. 70).

Che siano in pratica, piccole meditazioni semplificate appare dal ricorrente schema di ogni giorno: — Considerazioni (su un aspetto della vita del Santo); — Giaculatoria (che riassume gli affetti); — Pratica (risoluzione o proposito); — Preghiera conclusiva. Don Bosco non attribuisce a questa «pratica» un valore puramente devozionale, come erroneamente credette «il volenteroso revisore, che, circa il 1920 trasportò le *Sei Domeniche di S. Luigi* nella parte seconda, prevalentemente devozionale, non riflettendo alla funzione di quelle dieci considerazioni tra le *Cose necessarie ad un giovane per diventare virtuoso*» (P. STELLA, *Valori spirituali*, p. 80). Malinteso questo che si doveva perpetuare fino alle ultime edizioni della fortunata operetta (1961).

Prolungando la «pratica» delle *Sei Domeniche* per un mese e mezzo, o durante i dieci giorni consecutivi della *Novena* e della *Festa*, potevano crearsi le condizioni favorevoli per il radicarsi di un abito. Gli stessi libri consigliati da Don Bosco avrebbero favorito lo sviluppo graduale dell'abito dell'orazione mentale. All'efficacia del metodo, sobrio e semplice, si aggiungeva lo stimolo del modello.

La proposta di Don Bosco per il buon cristiano

Nel terzo fascicolo delle *Letture Cattoliche*, nel quale Don Bosco pubblicava nel 1853 la vita di S. Zita e di S. Isidoro, è palese lo scopo apologetico, non disgiunto però da quello pedagogico ed esemplare. Anzi tutto veniva affermata la possibilità per tutti di farsi santi, indicandone poi il modo più semplice e adatto. Si legge, infatti, nell'introduzione: «Di quante cose adunque abbiamo bisogno per farci santi? Di una cosa sola: *Bisogna volerlo*. Sì, purché voi vogliate, potete essere santi: non vi manca altro che il *volere*. Gli esempi dei Santi, la cui vita ci accingiamo a porre

sotto i vostri occhi, sono di persone, che hanno vissuto in condizione bassa, e tra i travagli d'una vita attiva. Operai, agricoltori, artigiani, mercanti, e servi, e giovani, si sono santificati, ciascuno nel proprio stato. E come si sono santificati? Facendo bene tutto ciò, che dovevano fare». Non occorre «aver tempo per trattenerci di continuo in preghiere, o in chiesa» (OE 5, p. 177).

Il volume di modeste dimensioni stampato nel 1856 *La chiave del Paradiso in mano al cattolico che pratica i doveri di buon cristiano* offriva nella forma più semplice un «compendio di ciò che un cristiano deve sapere, credere e praticare» (OE 8, pp. 5-29) e, tra l'altro, consigliava: «Lungo il giorno, oppure dopo le preghiere del mattino o della sera procurate di fare un po' di lettura spirituale. Leggete per esempio qualche capo del *Vangelo*, la vita di qualche Santo, l'*Imitazione di Gesù Cristo*, la *Filotea* di S. Francesco di Sales, *Apparecchio alla morte* o *Pratica di amar Gesù Cristo* di S. Alfonso di Liguori od altri libri simili» (OE 8, p. 38).

Nel *Porta teo cristiano, ovvero Avvisi importanti intorno ai doveri del cristiano acciocché ciascuno possa conseguire la propria salvezza nello stato in cui si trova*, stampato nel 1858, tra molti suggerimenti e consigli per le più svariate categorie di persone, sono riportate due lettere del Beato Sebastiano Valfrè indirizzate a due madri di famiglia. In ambedue, assieme all'orazione vocale, viene proposta sia la meditazione, sia la lettura spirituale, con esplicito riferimento alla *Filotea* di S. Francesco di Sales, alla *Dottrina cristiana*, all'*Imitazione di Gesù Cristo*, alla vita di S. Alfonso (cf OE 11, pp. 48s e 51). Trovava certamente consenziente Don Bosco quest'altro avvertimento: «Legga volentieri qualche libro divoto, ma non di quelli che trattano di rigori, bensì di quelli che insegnano a servire Dio con amor santo e confidenza cordiale» (OE 11, p. 55).

Anche *Il mese di maggio consacrato a Maria SS. Immacolata ad uso del popolo*, pubblicato da Don Bosco sempre nel 1858, riprende uno schema allora già collaudato (cf P. STELLA, *I tempi e gli scritti che prepararono il "Mese di Maggio" di Don Bosco*, in: *Salesianum* 20 (1958) pp. 648-694), che offriva una forma fruttuosa di meditazione alla portata di tutti. Significativa è la raccomandazione di Don Bosco nell'introduzione: «Per facilitare le pratiche di questo mese è bene di non accrescere troppo gli esercizi cristiani, perché verrebbero a farsi troppo in fretta o di mala voglia, massime se vi sono fanciulli o persone molto occupate in affari temporali. Leggete con attenzione la considerazione assegnata per ciascun giorno, adempite puntualmente la pratica che sarà indicata dal fioretto estratto. La sera poi prima di coricarvi farete bene di richiamare alla memoria la lettura della giornata» (OE 10, p. 301).

Nel 1868 Don Bosco portava a termine con l'aiuto di Don Bonetti un libro, a cui pensava da diversi anni: *Il cattolico provveduto per le pratiche di pietà con analoghe istruzioni secondo il bisogno dei tempi*. Con i medesimi intenti che Don Bosco si era fissati per *Il giovane provveduto*, «la copiosa raccolta di pratiche di pietà ricavate dai più accreditati autori» (OE 19, p. 7) era preceduta e intramezzata da numerose istruzioni e considerazioni, che occupano quasi la metà del volume (ben 329 pagine su un totale complessivo di 765). Valorizzando una componente importante nella prassi pastorale di Don Bosco, per il ritiro mensile «in preparazione alla morte», si invitava a scegliere «quel giorno che torni di maggior comodità per meditare le grandi verità della religione, alle quali il mondo pensa solo superficialmente» (OE 19, p. 522). «Oltre i soliti esercizi di pietà facciamo una meditazione durante il mattino, oppure un'attenta lettura in un libro, che ci sarà indicato da chi ci dirige. [...] La preghiera, le letture, le meditazioni, l'esame, la visita al SS. Sacramento devono occupare di quel giorno tutto il tempo libero dai propri doveri» (OE 19, p. 523s).

Il cattolico provveduto riportava, inoltre, alcune «Regole di vita cristiana» per ordinare le diverse occupazioni della giornata, concludendo in questo modo: «A questi atti di vita divota ogni cristiano, che il possa, dovrebbe aggiungere una quotidiana lettura di un qualche divoto libro, almeno per breve tempo, al fine d'imprimersi bene nell'animo le massime cristiane ed averle presenti anche in mezzo al tumulto delle sue faccende. Ad esempio, il *Nuovo Testamento* con traduzione e note approvate dalla Chiesa, l'aureo libro *Dell'imitazione di Cristo*, il *Combattimento spirituale* dello Scupoli, la *Filotea* di S. Francesco di Sales, l'*Esercizio di cristiana perfezione* del Rodríguez, le vite dei santi, sono libri che ogni di doverbero porgere pascolo alla nostra mente, perché servono ad illuminare lo spirito, a riscaldare il cuore, a svegliare buoni pensieri, conservare, fortificare, ed accrescere i buoni sentimenti. Ma per farne profitto bisogna leggerli con attenzione e con piacere, e fermarsi a farvi sopra dei riflessi. Accompagnate e terminate la lettura con buoni proponimenti» (OE 19, p. 217).

Un metodo per l'orazione mentale?

Per muovere l'*intelletto* c'erano le «considerazioni», poche, dirette, chiare; per stimolare la *volontà* agli «affetti» e ai «proponimenti» non mancavano soprattutto i richiami, brevi, essenziali, efficaci; era pure presente l'*orazione* con piccole formule di «pentimento», di «supplica» e di «ringraziamento». Queste sono nient'altro che parti integranti della medi-

tazione, così come veniva allora intesa e proposta soprattutto per le persone semplici. S. Alfonso, di cui Don Bosco era grande ammiratore e imitatore, affermava: «Bisogna poi avvertire che i frutti della meditazione sono tre: fare affetti, pregare e risolvere; ed in questo consiste il profitto dell'orazione mentale» (*Via della salute*, parte III, cap. II, par. 2).

Meditazione, se si vuole, molto semplificata nel metodo e ridotta all'indispensabile nei contenuti; ma per Don Bosco contava molto la forma semplice, la spontaneità serena, la brevità incisiva.

Si potrà anche ammettere che, talvolta, lo stile di Don Bosco si discosti assai da quello più rigoroso della meditazione metodica tradizionale; che egli preferisca parlare di «lettura spirituale» o anche semplicemente di «lettura di qualche buon libro». Ma, a ben guardare, questo non cambia la sostanza. Basandosi sulla personale esperienza e su una non comune sensibilità pastorale, Don Bosco intende e ricerca indubbiamente anche il risultato dell'orazione mentale e si adatta alle esigenze e alle capacità dei suoi destinatari per ottenerlo più efficacemente. Egli si comporta così, convinto che, per trasmettere ai giovani «un metodo di vivere breve e facile», valga di più abituare alla «pratica» di alcuni «pochi suggerimenti», piuttosto che spiegare tecniche complesse e detagliate. Nell'estate del 1862, a chiusura dell'anno scolastico, Don Bosco consegnava agli alunni i «ricordi per le vacanze». Al primo posto si legge: «Ogni giorno: Servire la S. Messa se si può; meditazione ed un po' di lettura spirituale; fuga dell'ozio; buon esempio ovunque» (MB 7, p. 234). Ancora nei «ricordi per le vacanze» del 1876 si trovava ugualmente consigliata la meditazione (cf MB 12, p. 673).

Nelle opere classiche da cui Don Bosco prendeva gran parte del materiale per compilare i suoi libri o di cui egli stesso consigliava la lettura, si trovano schemi e proposte particolareggiate sul metodo della meditazione (ad esempio, in S. Francesco di Sales, nel Gobinet, nel Beato S. Valfré, in S. Alfonso), ma Don Bosco non si è mai soffermato su questi aspetti.

Don Bosco riteneva, invece, molto importante l'elevazione della mente a Dio, con preghiere brevi e frequenti, affettuose e concrete, capaci di confermare e ridare autentico significato a tutte le azioni della giornata. «Un buon figliuolo lungo il giorno deve attendere diligentemente a quelle cose che riguardano al proprio stato, e indirizzare ogni azione al Signore dicendo: Signore, vi offerisco questo lavoro, dategli la vostra santa benedizione» (*Il giovane provveduto*, in: OE 2, p. 262; cf OE 35, p. 211).

Il cattolico provveduto, spiegando nelle prime pagine «che cosa voglia dire pregare», sottolinea: «Ognuno può in ogni luogo, in ogni momento sollevare il suo cuore a Dio per mezzo di pii sentimenti. Non sono necessarie parole ricercate e squisite, ma bastano semplici pensieri accompa-

gnati da divoti interni affetti. Una preghiera che consista in soli pensieri, p. es. in una tranquilla ammirazione della grandezza ed onnipotenza divina, è una preghiera interna, o meditazione, oppure contemplazione. Se si esterna per mezzo di parole si appella preghiera vocale. Si l'una che l'altra maniera di pregare deve essere cara al cristiano, che ama Iddio. Un buon figlio pensa volentieri al proprio padre, e sfoga con lui gli affetti del proprio cuore» (OE 19, p. 10s).

3. La meditazione voluta da Don Bosco per i membri della Congregazione Salesiana

Don Bosco «parlava poco di meditazione. Un realismo, forse discutibile, gli impediva di consigliare l'orazione mentale alla media dei cristiani. [...] Fatto senza dubbio più sorprendente in un ammiratore di S. Francesco di Sales, le prime redazioni delle Costituzioni salesiane prevedevano solo una mezz'ora di preghiera quotidiana "tra mentale e vocale"; e la "mezz'ora" di meditazione quotidiana per i suoi religiosi venne introdotta soltanto dopo le osservazioni di un trasecolato consultore romano. Del resto, Don Bosco faceva meditare tanto i laici che gli ecclesiastici. [...] Ma non immaginiamoci nulla di complicato: questo esercizio consisteva sovente in una lettura spirituale lentamente assaporata» (F. DESRAMAUT, *Don Bosco e la vita spirituale*, Leumann [Torino], LDC, 1970, p. 193s).

Tutto sommato, sembrerebbe che per Don Bosco la meditazione, in quanto tale, aveva una portata piuttosto irrilevante.

L'importanza che Don Bosco attribuiva alla meditazione

Dopo il 1860 esistevano già le prime stesure delle Costituzioni. Le osservazioni del Consultore Angelo Savini, alle quali accenna F. Desramaut, verranno ufficialmente comunicate più tardi, nel luglio del 1864, dal pro-Segretario della S. Congregazione Stanislao Svegliati (cf OE 25, p. 341, n. 8; ed. crit. a cura di F. MORRO, *Costituzioni della Società di San Francesco di Sales 1858j-1875*, Roma, LAS, 1982, pp. 184, 230 e 231). Eppure già allora Don Bosco proponeva la meditazione come una pratica di grande importanza, distinta dalla lettura spirituale. Ne è la conferma l'accenno esplicito, che si trova negli «avvisi» che Don Bosco diede a Don Rua, appena fatto direttore del Collegio di Mirabello nel 1863: «Ogni mattina un poco di meditazione, lungo il giorno una visita al SS. Sacramento. Il rimanente come è disposto dalle regole della società» (*Epistolario di S. Giovanni Bosco*, per cura di E. CERIA, Torino, SEI, 1955-1959, vol. 1, p. 288). Quando, più tardi, questi avvisi diventeranno i «ricordi

confidenziali ai direttori», Don Bosco correggerà il precedente dettato, rendendo la raccomandazione più assoluta: «Non mai omettere ogni mattina la meditazione» (cf MB 10, p. 1041s; ed. crit. in: *Ricerche Storiche Salesiane* 2 [1984] pp. 146 e 150, stampato anche in fascicolo a parte, Roma, LAS, 1984, pp. 24 e 28).

D'altronde l'osservazione fatta dalla S. Sede al suddetto articolo delle Costituzioni trovò Don Bosco pienamente accondiscendente, a differenza di quanto avvenne per altri articoli: «Essendo quest'osservazione per il miglior bene della società, di buon grado viene ammessa e in questo senso si modifica [il testo] nelle Costituzioni» (cf F. MORRO, *Costituzioni*, p. 233).

Si conservano alcuni appunti delle mute degli Esercizi Spirituali tenuti a Trofarello nel mese di settembre del 1868 e del 1869. Erano presenti non soltanto i membri già aggregati alla Società, chierici e laici, ma anche gli ascritti (= novizi) e gli aspiranti.

Il 26 settembre 1868, a conclusione della seconda muta, Don Bosco esordiva: «In questi giorni avrei voluto parlarvi anche delle pratiche di pietà della nostra casa, ma vedo che ci è mancato il tempo. Molto si ebbe a dire sui voti e sulla vita religiosa. Tuttavia accennerò almeno alcune cose. Le pratiche giornaliera sono la meditazione, la lettura spirituale, la visita al SS. Sacramento e l'esame di coscienza. La meditazione è l'orazione mentale. *Nostra conversatio in coelis est...*» (MB 9, p. 355). Dava poi alcuni suggerimenti sul modo pratico per farla, insistendo ripetutamente sull'importanza: «Raccomando adunque l'orazione mentale. [...] Uno che abbia fede, che faccia visita a Gesù Sacramentato, che faccia la sua meditazione tutti i giorni, purché non abbia qualche fine mondano, ah! io dico, è impossibile che pecchi» (MB 9, p. 355s).

Degli esercizi del 1869 abbiamo la fortuna di conservare alcuni appunti autografi di Don Bosco, con il sunto degli argomenti da lui sviluppati nelle istruzioni. Almeno in due di questi si trova il riferimento alle pratiche di pietà e alla meditazione. Tra i mezzi positivi per conservare la castità Don Bosco proponeva anzitutto la preghiera. «Per preghiera s'intende tutto ciò che solleva i nostri affetti a Dio. La meditazione al mattino è la prima. Ciascuno la faccia sempre, ma, scendendo alla pratica, concluda sempre colla risoluzione di ricavarne frutto, di evitare un difetto, di praticare qualche virtù» (MB 9, p. 708). E concludeva: intorno alla preghiera «debbo notare che la maggior parte di voi fa ciò che vi ho raccomandato e io ne son contento» (MB 9, p. 709). Anche nella traccia autografa del quadernetto Don Bosco elenca al primo posto la meditazione (cf MB 9, p. 992).

In un altro foglio autografo senza data e alquanto logoro, forse più volte ripreso da Don Bosco in quelli anni, ci sono tre schemi, di cui uno tutto dedicato all'orazione. Dopo alcune considerazioni sulla necessità della preghiera, si passano in rassegna le diverse pratiche. Sulla meditazione si legge: «Più breve o più lunga farla sempre. Col libro se si può. Sia per noi uno specchio, dice S. Nilo, per conoscere i nostri vizii, e la mancanza delle virtù. Ma non si ometta mai. — L'uomo che non ha orazione è un uomo di perdizione (Santa Teresa). In *meditatione mea exarscet ignis* (Salmo 38,4). — All'anima è come il calore al corpo. Orazione vocale senza che intervenga la mentale, è come un corpo senz'anima. — Lamento del Signore: *Populus hic labiis me honorat: cor autem eorum longe est a me* (Marco 7,6)» (MB 9, p. 997).

Questa traccia riprende, in sostanza, impostazione e concetti ricorrenti tra gli Autori più conosciuti allora. Il fatto però che Don Bosco abbia scelto questo tema negli Esercizi Spirituali dei suoi Salesiani indica che ne condivideva l'importanza e che, nonostante una diversa prima impressione, per lui la meditazione non era assolutamente da trascurare.

La vita attiva non permette di fare molte pratiche in comune

Nelle Costituzioni salesiane scritte da Don Bosco il primo articolo sulle «pratiche di pietà» non ha avuto variazioni sostanziali dalla prima stesura a quella approvata nel 1874: «La vita attiva, cui tende specialmente questa Congregazione, fa che i suoi membri non possano avere comodità di far molte pratiche in comune. Quindi procureranno di supplire col vicendevole buon esempio e col perfetto adempimento dei doveri generali del cristiano».

I doveri generali del cristiano e del prete erano presupposti da Don Bosco. Nel 1869 negli appunti autografi per una introduzione agli Esercizi Spirituali si legge: «Alla nostra Congregazione è più facile la chiamata, perché non propone altro che la volontà di voler vivere da buon cristiano per i laici, e da buoni ecclesiastici se preti» (MB 9, p. 993). In tal senso era da intendersi quel «non meno di mezz'ora di preghiera tra mentale e vocale» dell'articolo terzo, poi corretto in «oltre le orazioni vocali... non meno di mezz'ora di orazione mentale». Giustificato impedimento non era solo il sacro ministero, a cui si accenna esplicitamente nell'articolo; anche altre ragioni, a giudizio del superiore, potevano dispensare dalle pratiche in comune (Cost., art. 7 [8/9], soppresso prima dell'approvazione del 1874: cf F. MORRO, *Costituzioni*, pp. 186s, 244s). Per i revisori quest'ultimo articolo era da sopprimere perché esponeva l'obbligo delle pratiche di pietà in comune ad eccezioni arbitrarie o comunque troppo facili

e frequenti; per Don Bosco, invece, era l'espressione di una flessibilità tutta sua, puntando più alla sostanza che alle forme. Non che egli ignorasse la validità dei mezzi, ma li voleva talmente subordinati al fine, da poterne prescindere quando il fine non era compromesso.

Abbiamo una testimonianza singolare nella dichiarazione del secondo Rettor Maggiore, Don Albera, ai processi di beatificazione e canonizzazione di Don Bosco. Egli, entrato nell'Oratorio di Torino nel 1858 e, quindi, vissuto a lungo accanto a Don Bosco, non esitò ad affermare: «Da principio si faceva solo in comune ogni giorno la lettura spirituale con alcune parole di Don Bosco, il quale ci inculcava la divozione alla SS. Eucaristia, alla Madonna e alla pratica delle virtù proprie del nostro stato. Più tardi poi si faceva la meditazione in comune...» (*Confutazione delle accuse formulate contro la causa del Ven. Giovanni Bosco*, Roma, 1922, p. 302s).

In questa linea si esprimeva già Don Bosco negli Esercizi Spirituali del 1868: «Raccomando poi anche la lettura spirituale specialmente a chi non fosse capace a far la meditazione senza libro. Perciò leggere qualche tratto, riflettere a quel che si è letto, per conoscere ciò che dobbiamo correggere nella nostra condotta. Ciò servirà anche ad innamorarci sempre più del Signore e a prendere lena per salvar l'anima. Chi può, faccia la lettura e la visita in comune; chi non potesse la faccia in privato. La meditazione può farla anche in camera» (MB 9, p. 356).

La meditazione in comune

«Come pratiche in comune [la meditazione e la lettura spirituale] vennero introdotte attorno al 1870, quando anche si cercò di dare assetto alla vita religiosa di professi e novizi» (P. STELLA, *Don Bosco nella storia della religiosità cattolica*, Roma, LAS, 1981, vol. 2, p. 427s).

Nelle Conferenze annuali di S. Francesco di Sales per i Direttori del 1875 Don Rua riferiva sulla Casa dell'Oratorio di Torino: «Riguardo ai soci, divenuta obbligatoria per tutti la meditazione, ammirarsi molta puntualità e diligenza, nonostante la necessità di sforzi per intervenire. Farsi questa meditazione dai professi e dagli ascritti separatamente. Essersi anticipato di mezz'ora il levarsi, affinché se ne avesse tempo, che altrimenti sarebbe stato impossibile trovare per quest'esercizio di pietà lungo la giornata» (MB 11, p. 27).

E Don Ceria commenta: «Le ultime osservazioni di Don Rua sopra i soci e i novizi non rechino meraviglia, quasi che fino allora si fosse tirato avanti senza meditazione e senza regolarità. Prima che fossero approvate le Regole, Don Bosco dirigeva, si può dire, individualmente i suoi figli; di

esercizi comuni manteneva fra essi quanto solo giudicasse necessario e opportuno. Ma una volta avvenuta l'approvazione, bisognava entrare nella legalità, procedendosi però anche in questo per gradi...» (MB 11, p. 27).

L'8 dicembre 1877 il Conte Carlo Cays emetteva i voti nella chiesa di S. Francesco di Sales, e Don Bosco ne approfittava per parlare a tutti i suoi figli riuniti. Sottolineando i vantaggi che si possono avere in Congregazione rispetto a chi vive nel secolo, spiegava: «essendo questi atti [di pietà] prescritti per regola, ed essendo stabilito il tempo per praticarli, resta facilissimo dare il pascolo spirituale all'anima. Quanti sono, per esempio, i cristiani nel mondo che fanno la meditazione? Pochissimi. Quali fra i cristiani la possono fare più bene? Qui fra di noi per fortuna vi ha la santa usanza di fare la meditazione tutti i giorni. Se la vogliamo far tutti insieme, non abbiamo da far altro che alzarci presto al mattino. Ci leviamo alle cinque, e andiamo in chiesa senza che alcuno ci disturbi. Nel mondo invece farla molti insieme non si può. Da soli lungo la giornata non si sa qual momento prendere, perché le faccende di casa incalzano da tutte le parti. [...] Se conducessimo anche noi questa vita, che cosa ne sarebbe della meditazione? Eh!! di meditazione non se ne parlerebbe più» (MB 13, p. 232).

Le ragioni che portarono a fare la meditazione in comune e al mattino presto furono prevalentemente di ordine pratico, frutto di esperienza; in questo modo il pericolo di tralasciarla a causa delle improrogabili e molteplici occupazioni della giornata era eliminato. Dalle dichiarazioni, sia di Don Bosco sia di Don Rua, Don Albera e Don Ceria, l'introduzione di questa prassi era ritenuta un progresso e un beneficio. L'osservanza fedele del dettato delle Costituzioni veniva così facilitato e assicurato. Tra i vantaggi certamente c'era anche lo stimolo del «vicendevole buon esempio», che Don Bosco ebbe sempre in grande stima e non lasciò di richiamare nel primo articolo riguardante le pratiche di pietà. Ma questa soprattutto era la garanzia del quotidiano nutrimento spirituale per tutti.

La meditazione metodica e la meditazione dei «mercanti»

Negli Esercizi Spirituali di Trofarello nel 1868, già ricordati, Don Bosco spiegò anche come fare la meditazione. «Scegliere il soggetto che si vuol meditare, mettendosi prima alla presenza di Dio. Quindi riflettere attentamente su ciò che mediteremo e applicare a noi ciò che fa per noi. Venire alla conclusione risolvendo di lasciar certi difetti e esercitarci in certe virtù e, quindi, mettere in pratica lungo il giorno quel che abbiamo risolto al mattino. Dobbiamo anche eccitarci ad affetti di amore, di riconoscenza, di umiltà verso Dio; chiedergli tante grazie delle quali abbisog-

gnamo; e domandargli colle lagrime perdono dei nostri peccati. Ricordiamoci sempre che Dio è padre e noi siamo i suoi figliuoli...» (MB 9, p. 355). Quest'ultima raccomandazione offre, in sintesi, la motivazione teologicamente più profonda e, allo stesso tempo, più immediata, semplice, efficace.

«Buona parte della meditazione comunitaria era occupata dalla lettura pubblica e la meditazione in definitiva consisteva in una lettura ponderata, che rapidamente doveva muovere l'affetto religioso e portare a risoluzioni pratiche. Per la meditazione i testi preferiti erano Ludovico da Ponte, l'*Apparecchio alla morte* di S. Alfonso, la *Pratica di amare Gesù Cristo*, forse anche il gesuita seicentesco Spinola. [...] Per i novizi si adottò, oltre che l'*Apparecchio alla morte*, *La scuola di Gesù appassionato*, opera del passionista Ignazio del Costato di Gesù. L'operetta si muove su una linea descrittiva dei momenti della Passione e affettiva. [...] Ogni meditazione è in tre punti, seguiti dal cosiddetto «frutto» (propositi) e da un esempio. [...] Congeniale alla mentalità di Don Bosco poteva essere l'esempio, talora di straordinaria attinenza alla vita salesiana» (P. STELLA, *Don Bosco*, vol. 2, p. 428s).

Come abbiamo visto, alcuni di questi libri Don Bosco li consigliava anche ai giovani o ai cristiani secolari. Si può pensare che Don Bosco li ritenesse tra i più adatti, per semplicità ed essenzialità di esposizione, anche per i suoi religiosi, soprattutto principianti.

Nel primo Capitolo Generale del 1877, trattando della meditazione, è stata confermata anche la validità delle meditazioni del Padre da Ponte: «si giudicò doversi continuare a usarlo, sia per l'abbondanza della materia, sia perché, una volta finito, si può ricominciare anche più volte. [...] È da commendarsi altamente l'introduzione; [...] chi segue bene quanto in essa si dice, troverà assai facilitato il modo di fare la meditazione» (MB 13, p. 269s; cf la precisazione di P. STELLA, *Don Bosco*, vol. 2, p. 428, nota 233). L'opera del gesuita spagnolo (Luis de la Puente), oltre che per la sua meritata diffusione (fra le numerose edizioni ottocentesche in Italia, Marietti ne stampò a Torino non meno di tre: 1835, 1860, 1892), si imponeva anche per la completezza e l'organicità della trattazione, articolata in sei parti e tutta centrata sui misteri di Cristo e sull'economia della salvezza, non meno che per la marcata impostazione sacramentale e per la sua equilibrata soluzione tra vita attiva e contemplativa.

Da uomo pratico qual era, oltre che uomo di profonda santità ed acuto senso pedagogico, Don Bosco puntava allo scopo, come si è detto. Mirava al risultato, voleva che ci fossero dei frutti. Teneva soprattutto a che nella propria attività, nel lavoro della giornata tutto fosse centrato nella prospettiva di fede e della missione: per la gloria di Dio e per la sal-

vezza delle anime. Questa la sua costante preoccupazione, questo il principale obiettivo della sua vita: *Da mihi animas, cætera tolle!*

Quest'atteggiamento interiore, così profondamente radicato in Don Bosco, affiorava spontaneamente in espressioni tanto inattese quanto incisive, quando doveva risolvere problemi concreti o consigliare soluzioni pratiche.

Eccome una a proposito del nostro soggetto: «Chi non potesse far la meditazione metodica a cagione di viaggi, o di qualche impiego o affare che non permetta dilazione, faccia almeno la meditazione che io dico dei mercanti. Questi pensano sempre ai loro negozii in qualunque luogo si trovino. Pensano a comprare le merci, a rivenderle con loro profitto, alle perdite che potrebbero fare, a quelle fatte e come ripararvi, ai guadagni realizzati o quelli maggiori che potrebbero conseguire e via discorrendo... Tale meditazione è anche l'esame di coscienza. Alla sera prima di coricarsi esaminiamoci se abbiamo messo in pratica i proponimenti già fatti su qualche difetto determinato: se siamo in guadagno o se siamo in perdita. Sia un po' di bilancio spirituale; se vediamo di aver mancato ai proponimenti si ripetano per l'indomani, fintantoché non siamo giunti ad acquistare quella virtù e ad estinguere o fuggire quel vizio o quel difetto» (*MB* 9, p. 355).

Una soluzione, apparentemente di ripiego, in realtà tutt'altro che lasista, né tantomeno ridicibile a merito pragmatismo. Integrazione sostanziale, in questa realistica visione della vita cristiana e religiosa, è per Don Bosco quella che lui chiama «orazione mista, cioè le giaculatorie» (cf *MB* 10, p. 1078), «brevi orazioni, e quasi slanci del cuore verso Dio», «a pari in merito ed efficacia colle altre orazioni, benché assai più lunghe. Per la qual cosa ad ogni cristiano desideroso di servire Iddio con un po' di zelo furono sempre molto famigliari, ed i fedeli se ne servirono in ogni tempo, in ogni luogo, in ogni occupazione per ringagliardire col mezzo loro lo spirito, purificare l'intenzione, e attirare sovra di sé e sovra i proprii lavori l'assistenza divina. Per via di questi trasporti dello spirito il cristiano viveva quasi in una continua unione con Dio, e procaccia a tutte le sue azioni un maggior valore, ed una bontà speciale» (*Il cattolico provveduto*, in: *OE* 19, p. 199s).

La possibilità di supplire la mancanza di tempo per la meditazione metodica «colla maggior frequenza di giaculatorie» era certamente affermata da S. Francesco di Sales, ma i Salesiani la trovavano anche consigliata nell'*Introduzione* alle meditazioni del Padre da Ponte: «quelli che non hanno tal tempo [da dedicare alla meditazione metodica], per supplire a questo mancamento dovrebbero esercitarsi ogni dì molte volte negli atti di orazione mentale e vocale, brevi, che chiamiano orazioni già-

culatorie. [...] Queste maniere d'orazioni, per esser brevi, sono facili per tutti, e si possono fare con più attenzione e fervore» (ed. Marietti, 1835, vol. 1, p. 57s).

Attività, quindi, quella voluta da Don Bosco, orientata e sostenuta dall'orazione mentale e dall'orazione mista, tutta accesa di zelo, pervasa di slancio verso Dio, aperta alla contemplazione.

Vita mista: contemplativi nell'azione

«La vita spirituale è composta parte di azioni esteriori, e chiamasi attività; parte di operazioni interiori, e si dice contemplativa. Congiungendosi ambedue, se ne fa la vita mista, di cui Cristo è modello» (Ludovico da Ponte, nell'*Introduzione* alla terza parte delle meditazioni). Questa impostazione trova pienamente d'accordo Don Bosco. Lo abbiamo constatato nelle pagine precedenti, soprattutto attraverso gli stralci dei suoi scritti, sia che si rivolga ai giovani ed ai cristiani secolari, sia che pensi ai suoi Salesiani. Il capitoletto sulle «pratiche di pietà» delle Costituzioni redatte da Don Bosco ne è anche un'espressione, semplice ed essenziale.

Per Don Bosco, come per tutti quelli che cercavano di proporre un modo pratico di vita cristiana e di santità, la meditazione non era una pratica isolata, a sé stante. Quando Don Bosco parlava della meditazione, ne trattava nell'insieme di tutte le pratiche di pietà; abbiamo ricordato già le istruzioni degli Esercizi Spirituali, aggiungiamo ora l'*Introduzione alle Regole*, pubblicata nel 1877 (cf *OE* 29, p. 235). Nel 1879, scrivendo a Don Tomatis, missionario in Argentina e da poco direttore del collegio di S. Nicolás, Don Bosco raccomandava: «Procura di precedere gli altri nella pietà e nell'osservanza delle nostre regole; e adoperati affinché siano dagli altri osservate, specialmente la meditazione, la visita al SS. Sacramento, la Confessione settimanale, la Messa ben celebrata, e pei non preti la frequente comunione» (*Epistolario*, vol. 3, p. 525).

Don Bosco voleva tutte queste pratiche collegate fra loro complementandosi. La meditazione non era un assoluto, ma non era nemmeno trascurabile. Aveva una sua funzione strumentale, un mezzo di grande valore, se ben utilizzato. Valutandola e applicandola secondo le diverse circostanze e secondo modalità consone alla vita di ciascuno, Don Bosco non dimostra disistima per la meditazione, ma agisce con quella penetrazione e flessibilità che è caratteristica degli uomini di Dio.

4. La meditazione nella tradizione salesiana dopo Don Bosco

Nella prima lettera circolare scritta da Don Rua «nella nuova qualità di Rettor Maggiore», egli affermava: «noi dobbiamo stimarci ben fortunati di essere figli di un tal Padre. Perciò nostra sollecitudine dev'essere di sostenere e a suo tempo sviluppare ognora più le opere da lui iniziate, seguire fedelmente i metodi da lui praticati ed insegnati, e nel nostro modo di parlare e di operare cercare di imitare il modello che il Signore nella sua bontà ci ha in lui somministrato. Questo, o Figli carissimi, sarà il programma che io seguirò nella mia carica; questo pure sia la mira e lo studio di ciascuno dei Salesiani» (*Lettere circolari di Don Michele Rua ai Salesiani*, Torino, 1965, p. 26s).

Rifarsi in tutto all'esempio di Don Bosco e mantenersi fedelmente nell'alveo della tradizione non fu soltanto il programma di Don Rua, ma segnò anche l'orientamento dei Rettori Maggiori successivi. Per ciò che riguarda le pratiche di pietà e la meditazione il richiamo alla fedeltà significò insistere sull'importanza della vita di preghiera e sull'osservanza regolare. L'insistenza si polarizzò soprattutto in due punti: esigenza comunitaria ed esigenza di uniformità.

I primi Capitoli Generali e il Manuale delle «Pratiche di pietà»

«La vita comune è il legame che sostiene le istituzioni religiose, le conserva nel fervore e nell'osservanza delle loro Costituzioni. Pertanto noi dobbiamo darci premura di introdurla perfettamente, conservarla e farla osservare tra di noi con molta esattezza» (*Deliberazioni del [primo] Capitolo Generale... 1877: OE 29, p. 401*). La prima parte dell'enunciato si trovava già nella traccia preparatoria redatta da Don Bosco (cf *OE 28, p. 316*). L'aggiunta è, invece, il risultato delle decisioni capitolarie.

F. Desramaut, studiando «Il capitolo delle "Pratiche di pietà" nelle costituzioni salesiane» [dal 1858 al 1966], segnala una progressiva evoluzione. Dalla formulazione del 1877: «Se le occupazioni lo permettono ciascuno veda di trovarsi a tutte le pratiche di pietà che si fanno in comune», si arrivava a quest'altra nelle *Deliberazioni del decimo Capitolo Generale* (1904), pubblicate dopo l'approvazione della S. Sede nel 1906: «Ciascuno si trovi puntualmente alle pratiche di pietà [...]; nessuno se ne creda dispensato senza esplicita dichiarazione del Superiore» (in: AA.VV., *La vita di preghiera del religioso salesiano*, Leumann [Torino], LDC, 1969, p. 79).

Ben presto si impose anche l'esigenza di uniformità, segnalata già da Don Bosco, ma percepita come imprescindibile dopo la morte del Fondatore. La regolamentazione definitiva arrivò solo nel 1916 con la pubblicazione del manuale delle *Pratiche di pietà in uso nelle case salesiane*. Prevedendolo, così si esprimeva l'allora Rettor Maggiore Don Albera: «era vivissimo desiderio del Ven. nostro Padre Don Bosco e del compianto Sig. D. Rua che si conservasse ognora e dappertutto la più completa uniformità nelle pratiche di pietà che sogliansi fare nei nostri Istituti; e che nessuno avesse autorità di togliere o aggiungere, stabilmente, cosa alcuna senza l'esplicito consenso del Rettor Maggiore. [...] Comprendevano perfettamente che le pratiche di pietà costituiscono l'anima della vita religiosa, e volevano perciò che tra i salesiani fossero dappertutto identiche».

Sulla meditazione il «Manuale» indicava in forma molto particolareggiata tutto ciò che bisognava fare, dal *Veni Sancte Spiritus* iniziale, alla Preghiera e Consacrazione a Maria Ausiliatrice, che riportava integralmente, con l'*Agimus, Ave Maria* e *Maria Auxilium Christianorum* di conclusione.

Queste disposizioni furono poi inserite anche nel *Regolamento per le Case della Pia Società di S. Francesco di Sales* (Torino, 1920, pp. 37-39). Le *Costituzioni*, rivedute secondo il Codice di Diritto Canonico e promulgate nel 1923, facevano propria quest'insistenza sulla vita comune e sull'uniformità (art. 13), mentre nei *Regolamenti* veniva incorporata la deliberazione del 1906 e si esigeva la rigorosa applicazione del Manuale delle Pratiche di Pietà (art. 16). Le raccomandazioni dei Successori di Don Bosco si limitarono, nella maggior parte dei casi, a ribadire queste norme.

Don Michele Rua Rettor Maggiore (1888-1910)

In una circolare del 1906 indirizzata agli Ispettori e Direttori, Don Rua scriveva: «È poi particolarmente necessaria la vigilanza del Direttore sulle pratiche di pietà. Sant'Eufrem scrisse che il sonno del pastore è la gioia del lupo. Perciò, o miei cari Ispettori, vegliate perché nessuno del vostro personale tralasci la meditazione e la lettura spirituale. Voi stessi, anche a costo di qualche sacrificio, date il buon esempio prendendovi parte. A dir vero mi pare sia seriamente imbarazzato quel Direttore che debba inculcare ad altri di far la meditazione, mentre egli non si trova mai. Oh! Quando saremo tutti ben persuasi che si è specialmente nella meditazione che noi impareremo a farci santi ed a santificare gli altri?» (*Lettere circolari...*, Torino, 1965, p. 421).

La sua seconda lettera circolare del 15 maggio 1911 era dedicata allo «spirito di pietà» (cf *Lettere circolari di Don Paolo Albera ai Salesiani*, Torino 1965, pp. 26-42). Oltre il fatto, era assai significativa soprattutto l'accentuazione che ne dava: «Lo spirito di pietà dev'essere considerato come il fine; gli esercizi di pietà non sono che il mezzo per conseguirlo e conservarlo» (*Ibidem*, p. 31). Pur senza scendere alle applicazioni, si moltiplicavano i richiami all'esperienza vissuta con Don Bosco con l'intento di coglierne lo spirito, che doveva vivificare l'osservanza delle norme.

Dieci anni più tardi, il 19 marzo 1921, Don Albera riprendeva in parte l'argomento e precisava: «Noi dobbiamo rimanere quali ci volle Don Bosco, e muteremo la fisionomia ch'egli imprime nella Pia Società, se, mossi da troppo zelo di santità esteriore, volessimo dare alla vita nostra una molteplicità di pratiche devote, le quali, pur essendo ottime per altri Istituti, tendono a snaturare il carattere di spiritualità intima e non appariscente che Don Bosco imprime al suo. Sarebbe poi male peggiore se si andasse all'estremo opposto, e, mal interpretando le intenzioni del Fondatore, si ritenesse che per essere suoi seguaci basti aver la passione per la gioventù, la tendenza alla scuola e alla vita chiassosa in mezzo alle turbe giovanili, quantunque non si abbia diligente premura di esercitarsi attivamente nella propria santificazione» (*Ibidem*, p. 442).

«L'orazione, che le Costituzioni ci prescrivono a nutrimento dello spirito, è la mentale», aggiungeva spiegando come dev'essere l'orazione del Salesiano (*Ibidem*, p. 443). «Qualcuno forse penserà che un Salesiano non debba mirare tant'alto [cioè, all'orazione unitiva, chiamata dai maestri di spirito orazione contemplativa ordinaria], e che Don Bosco non abbia voluto questo dai suoi figli, giacché da principio egli non impose loro neanche la meditazione metodica in comune. Ma io posso assicurarvi che fu sempre suo desiderio di vedere i suoi figli elevarsi, per mezzo della meditazione, a quell'intima unione con Dio ch'egli aveva così mirabilmente attuata in se stesso, e a questo non si stancò mai d'incitarci in ogni occasione propizia. Non abbandoniamo però l'orazione mentale semplice senza avere insistito a lungo negli sforzi per farla bene, né senza aver preso consiglio da qualche illuminato direttore di spirito» (*Ibidem*, p. 444).

Don Filippo Rinaldi Rettor Maggiore (1922-1931)

Non si allontanava da queste direttive la posizione del terzo Successore di Don Bosco, il quale scriveva nel 1926: «Ho parlato della speciale

necessità che abbiamo noi, religiosi di vita attiva, di fare gli esercizi spirituali. Ma, per quanto grande sia il giovamento che se ne ritrae, essi tuttavia non durano che pochi giorni, e non potrebbero bastare da soli a mantenere in noi la vita interiore per tutto l'anno. V'è un altro gran mezzo che ci aiuta a ciò, un mezzo quotidiano, indispensabile alla vita religiosa precisamente come lo è il cibo alla vita del corpo: la meditazione. Sopra questo mezzo io avevo già richiamato la vostra attenzione, miei buoni confratelli, con la Strenna dell'anno scorso: «Fare bene quotidianamente la meditazione. Essa deve illuminare le opere, le parole, i pensieri di tutta la giornata». Era la Strenna per il 1925, ma non vuol dire che dovesse praticarsi solo in quell'anno: questa è una cosa da farsi sempre, se si vuol conservare lo spirito religioso. [...] Dobbiamo essere persuasi che senza la meditazione ben fatta il Salesiano si mette a gravissimo rischio di ridursi a lavorare come un semplice impiegato, e fors'anche, Dio non voglia! di perdere la vocazione. Non mancarono purtroppo esempi che hanno dato a questa verità una dolorosa conferma; e disgraziato chi non ne fosse convinto! Ora io vorrei che questa convinzione i predicatori cercassero di imprimerla saldamente negli animi degli esercitandi, insistendo molto sull'importanza somma, fondamentale, della meditazione quale mezzo per conservare il raccoglimento tra il frastuono delle faccende esteriori, e quale rimedio preventivo contro tutti i pericoli inerenti alla vita salesiana» (*ACS*, n. 35, p. 458s).

E nell'aprile del 1931, raccomandando «l'osservanza delle nostre tradizioni», ribadiva: «Importa poi assai che le pratiche di pietà siano fatte non solo con regolarità d'orario, ma soprattutto con la regolarità del metodo fissato dai Regolamenti. [...] Si stia da tutti e dappertutto a quanto è prescritto nel libro delle Pratiche di pietà tanto per i Confratelli, come per i giovani, interni ed esterni. Sono le stesse pratiche di pietà dei tempi di Don Bosco, e la loro uniformità nelle nostre Case è dimostrazione sicura che siamo veramente suoi» (*ACS*, n. 56, p. 939).

Don Pietro Ricaldone Rettor Maggiore (1932-1951)

Una circolare del 24 agosto 1942, che raccoglieva raccomandazioni varie in quel calamitoso tempo di guerra, con accenti non meno accorati insisteva anche sulla preghiera: «Quanto sarebbe da rimpiangere quel Salesiano che, durante l'anno scolastico e nel periodo estivo, con il pretesto del lavoro o delle occupazioni pressanti, trascurasse le pratiche religiose! [...] Voglia il Cielo che non si abbiano mai a lamentare i tristi effetti del lavoro che soffoca la pietà. Quale sventura in verità se, in qualche Collegio, Scuola Professionale o Agricola, Oratorio, per la trascuranza delle

pratiche di pietà, si venisse a creare un ambiente secolare, mondano, senza ardore di carità, ove, a cominciare dalle funzioni del mattino, si vedessero in cappella i posti vuoti e, durante il giorno, vi fosse tempo per ogni cosa, per la scuola, pel giuoco, pel laboratorio, per la stalla, per la terra, per tutto, meno che per la Cappella, ch'è là, deserta, gelida, muta! Guai se taluno trovasse il tempo destinato alla pietà sempre troppo lungo! [...] Voi ben lo sapete che nessun Ispettore, nessun Direttore, nessun Catechista ha il potere di togliere, cambiare, abbreviare, intaccare insomma il tesoro delle nostre pratiche di pietà» (ACS, n. 112, p. 182s).

Di Don Ricaldone è anche l'ottavo volumetto della collana "Formazione salesiana", pubblicato postumo nel 1955. In 512 pagine si passano in rassegna tutti gli aspetti e momenti della vita di pietà del Salesiano; non poteva mancare una trattazione, concisa ma sistematica e completa, sulla meditazione (P. RICALDONE, *La pietà*, Colle Don Bosco, LDC, 1955, pp. 155-194).

Il metodo che si vuole tenere da noi

La presentazione organica della vita salesiana voluta e compiuta da Don Ricaldone non era il primo tentativo. Sull'argomento che ora ci interessa si possono segnalare almeno altri tre meritevoli, per opera di Don Barberis, di Don Terrone e di Don Ceria.

Era naturale che Don Giulio Barberis, nominato primo maestro dei novizi da Don Bosco già nel 1874, cercasse di presentare sistematicamente un quadro completo delle caratteristiche e delle esigenze della vita salesiana, rifacendosi alla sua privilegiata esperienza di tanti anni trascorsi vicino al Padre e Fondatore. Soltanto dopo molti anni, accodiscendendo a molte richieste, tra cui quella del Rettor Maggiore Don Michele Rua, «si decise di dare alle stampe i principali ammaestramenti», che ebbero ripetute edizioni dopo la prima del 1901.

Nella terza parte, dedicata alle «pratiche di pietà», due capitoli riguardano la meditazione, spiegando in che cosa consista, la necessità e i vantaggi, e poi «il metodo che si vuole tenere da noi, che non possiamo consacrarne gran tempo alla meditazione, avendo sempre da stare coi giovani, da attendere ad altre cose relative alla nostra vita molto operativa in bene delle anime. Esso è basato su quanto c'insegna nelle ammirabili sue opere il nostro titolare, il gran dottore di santa Chiesa, S. Francesco di Sales, e su quanto c'insegnano S. Ignazio, S. Alfonso, e gli altri autori più accreditati in materia» (*Il Vade Mecum dei giovani salesiani*, S. Benigno Canavese, 2^a 1906, parte III, p. 224). Si può capire da queste parole come il metodo che egli propone è sostanzialmente quello «salesiano», aggiun-

gendo soltanto qualche precisazione o suggerimento pratico dalla prassi di Don Bosco. «Noi siamo soliti dividere la nostra meditazione in tre punti: si legge sul libro adottato un punto, e poi si medita qualche minuto (in modo che tra la lettura e la riflessione scorrono circa sette minuti), quindi si legge il secondo, poi il terzo punto, e di nuovo, dopo ogni lettura si lascia un tempo adeguato di riflessione. [...] Questa è la parte più importante; ma riesce anche la più difficile, perché da molti non si è capaci di tenere la mente ben fissa sul soggetto, e non si sanno occupar bene i ritagli di tempo. Questa pertanto è la parte a cui maggiormente devi attendere» (*Ibidem*, p. 230).

Anche Don Luigi Terrone, per trent'anni Maestro dei Novizi, conseguendo allo scritto il risultato di una lunga esperienza, presentava brevemente il «Metodo pratico di fare la meditazione». «Dovendo io indicare un metodo per i novizi è evidente che non posso fare alcuna esitazione nella scelta. Il nostro non può essere che il metodo salesiano, quello cioè che è stato insegnato e propagato da S. Francesco di Sales, nostro Patrono» (*Il Salesiano. Piccolo trattato di vita religiosa*, vol. 1, *Il Novizio*, Torino, SEI, 1928, p. 123).

Don Eugenio Ceria, avendo curato una traduzione della *Filotea* e parlando quella del *Teotimo*, poteva riassumere bene il pensiero del Santo Vescovo di Ginevra; tra i vari argomenti scelti tratta anche *Dell'orazione* e dedica alcune pagine alla meditazione e all'orazione mentale (E. CERIA, *La vita religiosa negli insegnamenti di S. Francesco di Sales*, Torino, SEI, 1926 pp. 267-270, 286-291; Colle Don Bosco, LDC, 3^a 1949, pp. 423-427, 453-461).

Accanto a queste presentazioni sistematiche non mancarono anche Salesiani che offrirono testi per la meditazione, adattati alle nostre comunità e allo spirito proprio. Dopo le Meditazioni per tutto l'anno di Don Albino Carmagnola (Torino, 1913, con diverse ristampe e traduzioni) e qualche piccola raccolta di altri Autori, il Rettor Maggiore Don Renato Ziggotti raccomandava nel 1956 «la meditazione su Don Bosco» accennando alle pubblicazioni di Don Francisco de la Hoz e di Don Domenico Bertetto (cf ACS, n. 190, pp. 4-7).

Il Capitolo Generale XVIII (1958)

Dal 27 luglio al 9 agosto 1958 nella Casa Madre di Torino-Valdocco si radunava il XVIII Capitolo Generale. Il primo tema proposto allo studio riguardava l'Osservanza religiosa ed includeva, tra l'altro, le Pratiche di pietà. Il testo degli Atti, pur lasciando trasparire difficoltà di applicazione e l'affiorare di nuove istanze, ribadiva risolutamente la prassi e le norme vigenti nella Congregazione.

«La fedeltà alle pratiche di pietà è la base dell'osservanza religiosa. Ricordando l'accorata insistenza del nostro Santo Fondatore nell'inculcare l'importanza delle pratiche di pietà, il Capitolo Generale fa le seguenti raccomandazioni [...]: Si dia la massima importanza alla meditazione in comune. Non si accettino cappellanie il cui servizio non si possa conciliare con l'orario della meditazione. Di questa si facciano, dove occorra, diversi turni. Si raccomanda d'insegnare ai giovani confratelli e ai coadiutori come si fa a meditare, e si insiste su un più vigile controllo da parte del Direttore. Si procuri che i libri che si usano siano adatti anche per i coadiutori. Altrettanto si faccia per la lettura spirituale, affinché non sia con tanta facilità trascurata. Si preferiscano i libri salesiani, la collana di formazione salesiana, le lettere circolari di Don Rua, Don Albera, Don Rinaldi. Il Rodriguez è sempre di attualità. Si eviti di andar dietro alle novità e peggio alle stranezze nel campo dell'ascetica» (ACS, n. 203, p. 28s).

Il Capitolo Generale XIX (1965)

Il Capitolo Generale XIX accoglieva la *Costituzione sulla Sacra Liturgia* del Concilio Ecumenico Vaticano II come documento fondamentale della pietà salesiana (cf ACS, n. 244, p. 92). Quale criterio di attuazione, aggiungeva: «Il Capitolo Generale XIX, perché la pietà salesiana sia vitale ed autentica, propone tre orientamenti pratici, secondo i quali essa deve essere fedele: alla lettera ed allo spirito della riforma liturgica della Chiesa; alle caratteristiche essenziali della pietà salesiana; alle aspirazioni legittime e nuove dell'uomo contemporaneo» (*Ibidem*, p. 93). L'istituzione di una apposita commissione centrale e di analoghe commissioni per gruppi di Ispettorie, doveva provvedere agli opportuni adattamenti, «salva l'unità sostanziale delle Pratiche di Pietà» (*Ibidem*, p. 94).

L'articolo 16 dei *Regolamenti* [del 1923] veniva riconfermato con l'aggiunta di una clausola finale: «I Soci compiano in comune tutte le pratiche di pietà prescritte e non se ne dispensino mai senza un esplicito permesso del Superiore. In ciò si segua fedelmente il manuale intitolato: *Pratiche di pietà in uso nelle Case Salesiane*, edito per ordine del Rettor Maggiore, con gli adattamenti opportuni stabiliti dalle Conferenze Ispettoriali» (*Ibidem*, p. 242). Ugualmente l'articolo 17 riprendeva nella sostanza il dettato precedente, con la seguente novità nella linea conciliare: «La Meditazione si farà in comune nel luogo e nelle ore più opportune della giornata; è consentito l'uso del libro individuale approvato dal Direttore e provvisto dalla Casa. Quand'è possibile si recitino in comune le Lodi come preghiera del mattino e Compieta come preghiera della sera» (*Ibidem*, p. 243).

Anche se apparentemente non molto rilevanti, queste innovazioni venivano a modificare un uso ormai centenari in Congregazione. La Relazione della relativa Commissione capitolare giustificava in questo modo sia la novità sia ciò che rimaneva immutato: «La meditazione attinge come a sorgente privilegiata, alla Sacra Scrittura e ai testi della Liturgia. Tuttavia ogni soggetto atto a riportarci al dialogo con Dio, potrà essere proposto alla meditazione, soprattutto se esso rechi il timbro della spiritualità salesiana. Per sua natura la meditazione è un pio esercizio ordinato al perfezionamento di se stessi (S. FRANCESCO DI SALES, *Teotimo* 6,2) e quindi personale. La prassi salesiana di fare la meditazione in comune appare un aiuto disciplinare che agevola il compimento di un esercizio di pietà di vitale importanza per il religioso. Ci si guardi comunque dall'errore di pensare che basti il "libro personale" per meditare convenientemente. La meditazione infatti è sforzo per realizzare la finalità contemplativa della vita religiosa ed esige una seria preparazione. Perciò nelle Case di Formazione, negli Esercizi Spirituali, nelle Conferenze e nella direzione spirituale si insista sulla necessità della meditazione, se ne indichino e insegnino la tecnica e i metodi» (*Appendice agli Atti del Capitolo Generale XIX-1965*, Torino, 1966, p. 31s).

Dal Capitolo Generale Speciale XX (1971-1972) al Capitolo Generale XXII (1984)

Le linee di fondo che portarono il Capitolo Generale Speciale alla riformulazione del capitolo delle Regole sulle "Pratiche di pietà" nel nuovo su "La comunità orante" si trovano nel documento nono degli Atti (*Capitolo Generale Speciale della Società Salesiana*, Roma, 1972, pp. 335-352).

Fondamentale è l'enunciato del n. 523: «Siamo convinti che solo una rinascita spirituale e non una semplice ristrutturazione darà il via a una nuova epoca nella storia della Chiesa. Essa ci invita a coltivare una preghiera — soprattutto mentale — qualitativamente valida e in piena rispondenza alla spiritualità specifica della nostra vocazione» (*Ibidem*, p. 337). Tutto il lavoro capitolare si riassume, per ciò che riguarda specificamente la meditazione, nel dettato degli articoli 64 delle *Costituzioni* e 45 dei *Regolamenti*.

Dopo dodici anni di applicazione sperimentale e in base alle proposte pervenute (*Cost.*, art. 64: 17 schede; *Reg.*, art. 45: 8 schede), il Capitolo Generale XXII riprendeva i due articoli inserendoli, senza sostanziali variazioni, nella sistemazione ristrutturata delle *Costituzioni* e dei *Regolamenti* (capo VII. *In dialogo con il Signore*).

«Una forma indispensabile di preghiera è per noi l'orazione mentale. Essa rafforza la nostra intimità con Dio, salva dall'abitudine, conserva il cuore libero e alimenta la dedizione verso il prossimo. Per Don Bosco è garanzia di gioiosa perseveranza nella vocazione» (*Cost.*, art. 93).

«Ogni giorno i soci attenderanno in comune per almeno mezz'ora alla meditazione e per qualche tempo alla lettura spirituale. Spetta alla comunità locale favorire la varietà delle forme e incoraggiare i confratelli nel loro impegno» (*Reg.*, art. 71).

PREGARE LA PAROLA

Enzo BIANCHI*

1. Epifania della Parola di Dio nella comunità cristiana

Uno degli aspetti più importanti della vita spirituale del cristianesimo in questi anni del postconcilio è la riscoperta della Parola di Dio. [...] Assistiamo dunque a una «epifania» della Parola di Dio nella comunità cristiana e dobbiamo rallegrarci e ringraziare il Signore della Chiesa per averci richiamati e fatti tornare alla sua Parola. Non vanno tacite, tuttavia, certe perplessità che suscita l'uso che generalmente vien fatto di tale Parola divina nella predicazione, nella liturgia, nella meditazione, nella ricerca, nella vita del credente di oggi.

Perplessità e diffidenza

Una prima perplessità deriva dalla strada seguita da molti nell'accolgere il nuovo lezionario. Si è subito scatenata una produzione di libri e di riviste specializzate, volte ad aiutare i predicatori e i fedeli nella comprensione della Parola. [...] Questo tipo di pubblicazioni favorisce la passività personale e comunitaria di fronte ai testi proposti, esime il predicator e l'uditore dallo sforzo personale. Sicché potremmo dire di aver posto dei «sommari» della predicazione che dispensano dalla preparazione, dalla penetrazione e soprattutto dalla preghiera del testo, essenziale a chi lo predica, perché ne dia una vera testimonianza, e a chi l'ascolta, perché ne abbia una profonda comprensione. [...]

Altre perplessità suscita l'uso che se ne fa nella ricerca delle comunità ecclesiali cosiddette di base e nei gruppi ufficiali, volenterosi di accostarsi

* Don Enzo BIANCHI, membro e animatore della *Comunità ecumenica di Bose*, ci ha gentilmente autorizzati a riprendere qui un suo contributo già pubblicato in : *Dall'ascolto della Parola alla predicazione*, Ed. Qiqajon, Comunità di Bose-Magnano, 1984, pp. 61-106 (per ragioni di spazio sono stati tralasciati alcuni brani).

alla Parola di Dio. Qui la lettura, che vuole essere il centro spirituale di adunanza e di crescita, lettura sovente dialogata, non clericale, manca delle dimensioni di ascolto e di sforzo di penetrazione personale. Anche qui lo sforzo di attualizzazione è spinto al massimo e l'uso diventa pericoloso e settario per la scelta che normalmente vien fatta delle pagine bibliche su temi scottanti per la vita del gruppo. [...] Totalmente assente pare poi lo sforzo di far diventare preghiera la Parola di Dio. La preghiera è scomparsa per lasciare il posto alle analisi delle situazioni. Ma una lettura simile rischia di restare intellettuale e sociologica, incapace di possedere quell'efficacia che produce la conversione e la crescita della statura spirituale in Cristo.

Si nutre infine un'ultima diffidenza verso un altro tipo di lettura, quella fondata sulla cosiddetta meditazione. Metodo questo che si riscontra soprattutto nella vita religiosa, in cui si fa uso della Scrittura quotidianamente, e che risulta molto povero rispetto a quello della *lectio divina*, che ha dietro di sé una tradizione tanto ricca da segnare la vita di preghiera dei primi quindici secoli della Chiesa. Nella meditazione normalmente intesa, con una certa deformazione dell'intuizione loyoliana, si abbonda troppo di intellettualismo e soprattutto di psicologismo. Le sue connotazioni di sistematicità e di complessità psicologica, unite a uno sforzo volontaristico, fanno del credente non un contemplativo, ma un «esercitante». Eppure è questo il metodo solito usato nelle comunità religiose. Il contenuto e il termine stesso di *lectio divina* sono sconosciuti a gran parte della vita religiosa e relegati all'ambito strettamente monastico.

La Parola di Dio è parola di vita

Nella vita spirituale la Parola di Dio, la Scrittura cioè, non può mai essere intesa come un'esposizione ideologica, né può essere ridotta a un libro a cui si ispirano solo la teologia e la catechesi. La Parola di Dio è un messaggio di Dio all'uomo, a ogni uomo, un appello rivolto alla persona affinché conosca Dio personalmente, s'incontri col Cristo, e viva per lui e non più per se stessa.

Ecco perché la Parola di Dio, perché sia tale, va letta e accostata nella fede, va penetrata attraverso l'intervento dello Spirito Santo, come Parola che viene da Dio e a Dio conduce. Se, nonostante i progressi degli studi biblici e la loro divulgazione a larghi strati del popolo cristiano, noi oggi dobbiamo confessare una sterilità della Parola, è proprio perché ci accostiamo a essa in un modo più intellettuale che sapienziale, più speculativo che conoscitivo, più meditativo che orante.

La Parola di Dio è parola di vita, cioè mezzo di vita in Dio. Senza di essa noi non arriveremo mai a essere portatori della vita di Cristo in noi, non giungeremo mai a vivere della stessa vita trinitaria divina. Il senso etimologico di «parola» (*dabar*) è il fondo delle cose, ciò che in esse è nascosto. Parlare significa esprimere ciò che si trova nelle cose, rendere visibile e operante ciò che è dietro ad esse, come la loro più profonda realtà dinamica, la loro vocazione. Quando Dio parla, crea le cose, le fa emergere, quando Dio dà un nome alle cose (*Gen* 2,19s) le domina, estende su loro la sua potenza, le porta alla realizzazione della loro propria vocazione.

In questa visione ebraica della Parola, così diversa dalla nostra concezione usuale di estrazione culturale greca, la Parola è sempre efficace, è potente e non si oppone all'azione, anzi congloba in sé l'azione, come un elemento sostanziale di essa.

Ecco dunque cosa ritroviamo nella Scrittura: non un trattato sulle cose, sull'uomo e sulla storia, ma la realtà profonda di tutto questo, la potenza sovrana di Dio che è esercitata e sta in questa realtà. La Parola di Dio non è un libro, una collezione di scritti, è un *seme*, qualcosa che contiene la vita in sé e che sviluppa questa vita fino a creare il grande albero del Regno. Germoglia dunque nella storia come nella vita personale di ogni uomo, cresce riempiendo la realtà di una nuova presenza, santifica perché nutre e dà il cibo a quanti la ricevono, e illumina perché svela il segreto delle cose portandole al loro compimento ultimo. [...] In definitiva, unica e onnicomprensiva è la Parola attualmente esistente: il Cristo. Paolo (*2Cor* 1,19s) afferma che in Cristo tutte le promesse hanno ricevuto il loro «sì», il loro avveramento. Il Dio che aveva parlato in molti modi e in diverse maniere (*Eb* 1,1s) è colui che ci ha parlato in modo ultimo e definitivo in Cristo. Ireneo di Lione con ragione diceva che il Cristo «ha ricapitolato in sé il lungo sviluppo della storia, offrendoci concentrato in lui la salvezza». Aprendo dunque le pagine sia del primo che del secondo Testamento, noi ci troviamo di fronte a un libro solo, «e quel libro unico è Cristo, perché ogni Scrittura divina ci parla di Cristo e ogni Scrittura in Cristo si è compiuta» (Ugo di San Vittore, *De arca Noe*, 2,8). Leggendo la Parola con questo criterio unificante noi siamo coloro che tolgono il velo dal volto del Signore (*2Cor* 3,12), e sanno scorgere il Cristo nelle Scritture. [...]

2. Dalla liturgia della Parola alla «lectio divina»

La Parola di Dio rivolta agli autori biblici è stata fissata nello scritto non per fornire un codice della Parola di Dio ai credenti, ma perché essa potesse sempre ridiventare Parola.

E il luogo privilegiato in cui la Scrittura diventa Parola è la liturgia. [...] La Parola nella liturgia ridiventa vivente ed efficace perché Cristo è presente e impedisce, facendola risuonare con la sua stessa voce, che essa resti documento.

L'assemblea liturgica è molto più che una manifestazione dell'unità del popolo di Dio, è il sacramento visibile del Verbo, secondo una definizione di Agostino, è il sacramento del Verbo che si fa udire. È Cristo stesso infatti che parla quando nella Chiesa si leggono le Scritture, è Cristo stesso che agisce e opera con la sua Parola. Con estrema intelligenza spirituale la Chiesa ortodossa, alla proclamazione del Vangelo, innalzando il testo, grida: «State attenti alla sapienza di Dio», o «State attenti, è Dio che parla».

E la Parola diventa così, in questa proclamazione, potenza di Dio, capacità creativa. [...] La liturgia della Parola ha dunque un indiscutibile primato, perché «nessuna parola della Scrittura soggiace a privata interpretazione» (2Pt 1,20), e ogni *lectio divina* personale deve trovare in essa il termine ultimo ed essere, nei confronti della liturgia della Parola, nello stesso tempo preparazione e prolungamento.

Pur se va sottolineato e rilevato il primato della liturgia della Parola su ogni contatto personale con la Scrittura, questo rimane essenziale e indispensabile per diverse ragioni.

Innanzitutto perché esiste una Parola diretta di Dio, implicita nelle Scritture, ma rivolta a noi personalmente fuori della Scrittura stessa. È una Parola di Dio che noi percepiamo in modo personale, che non diventerà parola scritta ma che resta parola di Dio. Unica condizione necessaria perché questo messaggio di Dio arrivi a noi personalmente è che noi possediamo la qualità di ascoltatori della Parola liturgica. [...]

Un'altra ragione dell'importanza della *lectio divina* è la preparazione della liturgia. Se la Parola si riceve senza preparazione, senza fede, senza amore e senza conoscenza, essa non vivifica più, resta per noi parola morta. Se l'interpretazione e l'ascolto della Parola devono essere dossologici, cioè devono avvenire col criterio di commentare la Parola con la Parola, questa occorre conoscerla bene e profondamente, e ciò è possibile solo con l'amorosa assiduità alla Parola. I brani scelti dalla Chiesa per il lezionario sono il minimo per vivere di fede, ma occorre conoscere tutta la Parola per capirli in profondità. Alle loro proclamazioni il credente dovrebbe saper vibrare ricordando tutti i testi e tutta la teologia richiamata dalla pericope liturgica. Insomma, il credente dovrebbe essere una *summa* vivente di concordanze.

Ma non è solo questione di allargamento, di estensione e di approfondimento della conoscenza della Scrittura, è anche questione di personalizza-

zazione. Nella liturgia Dio parla al popolo, ma questo è solo l'inizio e la causa di quello che dev'essere un incontro personale con Dio. Dio chiama nel testo Abramo, Mosè, ma questa vocazione deve diventare una voce che ripete il *mio nome*. Dio cambia il nome a un uomo, ma questo mutamento, suggeritomi dal testo, devo sentirlo in me stesso. Ciò che è dialogo con il popolo nella liturgia, deve diventare dialogo unico e personale nella *lectio divina*. [...]

La *lectio divina* non è un fatto specialistico dei monaci, è di tutta la Chiesa, è una condizione necessaria affinché la Parola fruttifichi in noi. Non ci si illuda: chi vive solo della Parola di Dio proclamata liturgicamente è come il terreno della parabola che accoglie il seme, ma non lo porta a fruttificazione. Su di lui, terreno arido, gli uccelli mangeranno il seme, le spine lo soffocheranno, il calore farà seccare i germogli. Giovanni Crisostomo insiste con molto vigore e richiama i fedeli con queste parole: «Alcuni di voi dicono: "io non sono monaco" (...). Ma è qui che vi sbagliate, perché credete che la Scrittura riguardi solo i monaci, mentre essa è ancor più necessaria a voi fedeli che siete in mezzo al mondo. Vi è qualcosa di più grave e peccaminoso di non leggere le Scritture ed è il credere che la lettura sia inutile e non serva». Chi vive senza la *lectio*, dice ancora il grande Padre della Chiesa, esercita una «pratica satanica». La Parola udita deve parlare incessantemente, e per questo dev'essere conservata e ridedata nel cuore. Come potrebbe esserci vita spirituale senza questo respirare la Parola giorno e notte?

Per poter dire «io Chiesa», per avere cioè un'anima ecclesiale, occorre questa lettura che rende l'uomo, secondo l'espressione di Clemente Alessandrino, «teodidacta», istruito da Dio.

Soprattutto va tenuto presente che nella *lectio divina* l'orazione è personale ma non individuale, perché essa è divina solo se è lettura fatta con l'Altro, lettura dialogica, lettura fatta a due.

Se è vero che la Scrittura è un messaggio di Dio all'uomo, è vero che essa o diventa colloquio con Dio o resta infruttuosa. Quando leggo la Scrittura Dio è «egli», ma se la leggo nella fede e la prego, Dio diventa un «tu», cioè è qualcuno che mi sta di fronte, che mi parla e a cui io rispondo. Questo è anche il risultato finale della *lectio divina*. Ciò che è proclamato su Dio, diventa messaggio per me, e nella preghiera su quel messaggio io parlo a lui. Quando ascoltiamo la Parola ascoltiamo lui, quando preghiamo parliamo a lui.

3. Formazione alla «lectio divina»

Uno dei più gravi ammonimenti che risuona presso i Padri è quello di non profanare la Scrittura facendo di essa un oggetto di speculazione o di conoscenza per la conoscenza, perché questa è un'attività che può svolgere anche un ateo, mentre il credente sa che quando prende in mano la Scrittura può comprendere ciò che legge solo per grazia di Dio.

La *lectio divina* è dunque la maniera più autentica e più atta per leggere la Scrittura ricevendone la grazia. La *lectio divina*, lettura orante, parola pregata, orazione meditata, resta dunque il metodo privilegiato, e noi vogliamo indicare qui alcune linee di introduzione a esso.

Nella enucleazione delle varie fasi della *lectio divina* ci serviamo di un invito di Guigo il Certosino, che applica a una parola di Gesù sull'orazione il metodo da lui schematizzato e organizzato nella *Scala dei monaci*.

In Matteo 7,7 è riportata la seguente parola di Cristo: «Chiedete e vi sarà dato, cercate e troverete, bussate e vi sarà aperto».

E Guigo così parafrasa: «Cercate nella lettura, troverete con la meditazione; picchiate nella preghiera, entrerete nella contemplazione». Come si vede, Guigo parafrasa e riassume il metodo della lettura pregata nei due ultimi inviti della parola evangelica, ma noi crediamo opportuno aggiungere e parafrasare anche il primo invito: «Chiedete e riceverete», in questo modo: chiedete lo Spirito, riceverete la capacità di leggere.

Tale schema crediamo sia valido per la formazione alla *lectio divina*. Nel dinamismo della vita spirituale per giungere alla preghiera vera, alla comunione con Dio, al nostro incontro faccia a faccia con lui, questa struttura è valida sia per l'orazione che per la *lectio*, ed è pedagogica per la nostra iniziazione.

Chiedete lo Spirito, riceverete l'illuminazione

Davanti alla Scrittura Giovanni Crisostomo pregava: «Apri gli occhi del mio cuore affinché io comprenda e compia la tua volontà (...), illumina i miei occhi con la tua luce», e sant'Efrem il siro consiglia: «Prima della lettura prega e supplica Dio che si riveli a te». Ecco l'atteggiamento primo e fondamentale per chiunque si accinge alla *lectio divina*: chiedere che lo Spirito di Dio venga a illuminare tutto il nostro essere affinché sia possibile l'incontro con il Signore. La nostra realtà è infatti quella di uomini ciechi che devono gridare dinanzi al libro: «Signore, fa' che io veda», «Signore, apri i miei occhi e il mio cuore», allo stesso modo in cui prima di lodare Dio nella liturgia ebraica e latina si implora: «Signore, apri le mie labbra». Ogni lettura della Parola presuppone l'epiclesi, perché la Parola

diventa vivente solo attraverso lo Spirito che in essa è contenuto e in essa riposa, come ha riposato sul Figlio nel battesimo.

Occorre leggere nella dimensione pneumatologica, che è quella del corpo di Cristo, della Chiesa, della tradizione in cui la Parola parla.

C'è un corpo in cui le parole divine possono risuonare come parole di vita: la Chiesa. Epiclesi è dunque invocazione dello Spirito in unione con colui che non possiede la Parola ma la custodisce attraverso lo Spirito che riposa su di lui e le Scritture. Nella liturgia la convocazione del popolo è già di fatto una epiclesi, ma nella *lectio divina* il credente deve farla esplicitamente, in unione con la grande epiclesi eucaristica che la Chiesa costantemente fa nella comunione totale e sostanziale con lo sposo, il Cristo. Cade così ogni pericolo di consumismo privatistico della Parola del Signore, cade il pericolo del soggettivismo interpretativo, il pericolo del sogno o dell'arbitrio, e l'approccio privato alla Parola diventa sacramento dell'unità della Chiesa e della Parola come fonte unica della parola del Signore.

Si chiede lo Spirito nella certezza che ci venga dato, perché questa è l'unica domanda che sarà sempre esaudita con certezza, essendo lo Spirito la «cosa buona» per eccellenza che il Padre non può mai negare al figlio (cf Lc 11,13).

Lo Spirito Santo non ha agito soltanto una volta sugli agiografi, dando origine ai testi sacri, ma agisce sempre su chi legge le Scritture, e solo la sua presenza assicura che la lettera diventi spirito, solo lui assicura una giovinezza perenne al testo. La Parola diventa feconda se lo Spirito di Dio anima chi la legge.

È lo Spirito che ha creato la Parola, ed è lo Spirito che non l'abbandonò nel suo migrare, ma la rende nuovamente Parola viva in chi l'ascolta. Senza epiclesi non troveremo il Verbo di Dio nel testo, perché il testo in sé non lo contiene e tutto dipende dalla disposizione, dalla docilità del lettore. Gregorio Magno dice che «lo stesso Spirito che ha toccato l'anima del profeta, tocca l'animo del lettore», e sant'Efrem dice che «solo se siamo saziati di Spirito Santo noi possiamo bere il Cristo».

L'epiclesi dunque produce in noi anzitutto la docilità, la compunzione, l'illuminazione.

La docilità è l'attitudine che l'uomo deve cercare e imporsi, ma che dipende dallo Spirito, in una sinergia tra volontà dell'uomo e azione dello Spirito. Momento questo certamente molto trascurato sino a oggi nell'occidente, dato lo scarso peso nella vita del credente di una teologia dello Spirito. E tuttavia esso risulta essenziale se non si vuol cadere nell'ascolto di una lettera morta o, tutt'al più, in un ascolto puramente intellettuale e speculativo. [...]

La venuta dello Spirito, preparata con la preghiera e la docilità, produce il distacco. Occorre questo distacco da noi stessi. Non possiamo prestare ascolto alla Parola di Dio se non facciamo tacere il nostro profondo, non possiamo metterci a leggere se il centro della nostra attenzione resta il nostro io, non possiamo essere liberi di fronte all'azione divina se riserviamo qualcosa per noi stessi e non ci abbandoniamo totalmente a lui.

È questa una pura, elementare e semplicissima esigenza che va messa in rilievo soprattutto oggi, dato che il ritmo della vita e l'assordamento generale ben difficilmente ci fanno entrare con naturalezza in questa dimensione. [...] Se l'attenzione è totale, l'abbandono completo, è facile allora l'adesione piena a Dio, restando, come dice Gregorio Magno, noi «sospesi all'amore di Dio».

Questa serie di disposizioni — badiamo bene e lo ripetiamo — sono necessarie, ma solo se lo Spirito le feconda esse diventano utili per raggiungere il vero scopo della *lectio divina*. Se chiediamo lo Spirito, se ci disponiamo a lui, sicuramente riceveremo l'illuminazione necessaria per leggere.

Cercate nella lettura, troverete con la meditazione

Se è vero che è importante saper pregare, è altrettanto vero che è importante saper leggere. La lettura, secondo Cassiano, è quella che ci porta alla comprensione, all'intelligenza della Scrittura, alla vera conoscenza. Ma prima di parlare specificamente della lettura, come fase della *lectio divina*, occorre fissare alcuni elementi necessari perché essa sia autentica.

Innanzitutto la lettura richiede un tempo determinato: occorre che il credente eserciti una ascesi sul tempo, per trovare il momento specifico e adatto. Questo differisce da persona a persona, ma richiede come condizione essenziale la fedeltà. La specificità del tempo è richiesta perché l'uomo è limitato e riesce a operare soltanto in azioni successive, di cui l'una esclude l'altra. Per la lettura, occorre dirlo con forza, ci vuole tempo e un tempo adatto: nella notte, all'alba, al tramonto, comunque in tempi che favoriscano la calma, il silenzio, la solitudine. Non si può dimenticare che ci sono mezzi esterni al nostro spirito che lo possono aiutare a essere più capace.

Guillaume di St. Thierry nella *Lettera d'oro* invita a fare la lettura in ore determinate. Questo perché alla *lectio* non possono essere riservati i ritagli di tempo; essa come la preghiera non può mai essere un riempitivo nella giornata. Indubbiamente in questo tempo di febbre e di agitazione la tentazione per il credente di relegare la *lectio divina* nelle ore eventual-

mente rimanenti della giornata è forte. Ma così, con questa relegazione della *lectio* a tempi ristretti e poco adatti, non si potranno avere i frutti sperati. Senza il raccoglimento di «chi entra in camera e chiude la porta e legge nel segreto» (cf *Mt* 6,6), senza il silenzio esterno non è possibile un'attesa di Dio. [...]

E se è vero che occorre leggere a tempi determinati, è anche vero che occorre leggere *passi determinati*. Non si deve e non si può sfogliare a caso la Scrittura e passare capricciosamente da un passo all'altro. La grazia di avere un lezionario quotidiano deve portare il cristiano ad attenersi ad esso; solo la lettura continua di un libro può esimerlo dall'osservarlo. Cercare dei passi a proprio piacimento sarebbe infatti ridurre la Bibbia a un libro in cui si cerca ciò che si vuole trovare. Aprite la Parola e leggerla, secondo S. Girolamo, «è tendere le vele allo Spirito Santo senza sapere a quali lidi approderemo».

Non ci si lasci prendere da nessuna sete di novità, da nessuna sete di curiosità di fronte alla Parola che racchiude il messaggio di Dio, di fronte a un libro che parla da sé attraverso lo Spirito, e ci si guardi dal far parlare la Parola a nostro piacimento. «Dio non attende che noi facciamo parole sul testo, aspetta bensì il nostro cuore», dice Sant'Agostino. Certo, noi siamo tentati di scegliere testi che producano esaltazioni interiori, ma non dimentichiamo che la qualità della Parola di Dio è di essere cibo quotidiano e, come ogni nostro pasto, non sempre può dare a noi quella soddisfazione e quell'appagamento di cui soltanto in rari momenti ci è dato godere. Non dobbiamo dunque andare verso la lettura con il cuore pieno di cose da dire o da sentire nel testo. Il colloquio d'amicizia non è fatto solo di scambi di parole, ma anche di silenzi, che possono essere eloquenti perché dicono a Dio la nostra vuotezza di fronte alla sua pienezza che si mostra in noi nella sua Parola. E questi silenzi sovente sono salutari, anche se portano il segno dell'aridità e della sechezza spirituale, perché ci aiutano a fissare lo sguardo su Dio solo, ad attenderlo nella lettura della Parola e a lodarlo con quel silenzio che solo può darci il senso della nostra incapacità a pregare. Ma Dio riempie questi silenzi come riempie le labbra del salmista che apre la sua bocca (cf *Sal* 81).

Infine un'ultima caratteristica della lettura è l'*assiduità*. La continuità è richiesta perché si oppone alla dissipazione e aiuta ad assimilare, a raccogliere, a memorizzare, a concentrare la Parola. Occorre leggere e rileggere la Scrittura affinché penetri spirito e corpo del credente. I Padri antichi tendevano a una tale assiduità da imparare i testi delle Scritture a memoria, e non solo perché la loro cultura era orale, ma perché nella memorizzazione, così come per noi nella lettura continua, è possibile fare memoria, rivivere in sé la Parola. Già il salmista del Salmo 119 mormo-

rava, ridiceva le parole interiormente, leggendo e rileggendo i passi della Scrittura. [...]

Con queste precisazioni possiamo leggere. Ma leggere il testo non basta. Occorre leggere il testo in se stesso e contemplarlo, fermarsi subito dopo senza ancora impegnare le altre nostre facoltà oltre l'attenzione. Nella semplice lettura, dice Guglielmo Firmat, «è il Padre, il Figlio e lo Spirito Santo che parlano. O dolce colloquio! *Legens loquitur et loquendo legit*». Si tratta di ascoltare e accogliere, prima ancora di riflettere. Ascoltare cioè la Parola in modo vitale. La lettura viene fatta con tutto l'essere: col corpo, perché normalmente si pronunciano le parole anche con le labbra; con la memoria che le fissa, con l'intelligenza che ne comprende il senso. Frutto di tale lettura è l'esperienza.

Si legga il testo come è, al fine di prenderlo sul serio nella forma e nel pensiero che gli sono propri, e non si cerchi perciò di applicare il testo troppo in fretta, né di ascoltarlo in funzione di realtà o idee nostre. Si eviti ogni soggettivismo; la Parola venga accolta nella sua oggettività e si cerchi di comprendere cosa il testo significhi in se stesso. Occorre sentire la voce, ascoltare la Parola che viene a noi sempre in un *oggi*. Questa parola la troviamo, sì, legata a un evento passato, a una storia lontana, ma essendo forza e potenza di Dio essa ricrea per noi un nuovo oggi, ogni volta che l'ascoltiamo: «Ascoltate oggi la sua voce» (*Sal* 95,8).

Non bisogna dunque tanto cercare le risonanze che la Parola ebbe nel momento in cui fu scritta, ma accoglierla come se fosse pronunciata oggi per la prima volta. Solo così la lettura è viva, capace di messaggio, attraverso il Cristo, e saremo capaci di aderire a questa voce, di accoglierla e ritenerla.

Una volta accolta la Parola di Dio, occorre conservarla nel cuore come Maria (cf *Lc* 2,19). Il seme è stato deposto nel terreno buono e sia che vegliamo sia che dormiamo cresce, si sviluppa. Il nostro sforzo è rimanere nella Parola: «Se rimanete nella mia parola sarete veramente miei discepoli e conoscerete la verità!» (*Gv* 8,31).

Rimanete nella Parola significa rimanere accanto a Cristo per diventare suoi discepoli. I due chiamati (*Gv* 1,39) andarono da lui e restarono con lui: Gesù non chiese loro altro. «Se rimanete in me e le mie parole resteranno in voi» (*Gv* 15,7), potrete veramente pregare ed essere esauriti. E questo è l'essenziale per una *lectio divina*: perché a questo punto sgorga la preghiera pura, gradita a Dio, e il fine della *lectio* è pertanto raggiunto.

Ma cerchiamo di delineare tutte le ricchezze che sono contenute, che sono implicite in questo metodo.

Nella lettura infatti occorre cercare. *Cercate nella lettura!* Chi dobbiamo cercare o che cosa? Con quali facoltà e con quali mezzi?

Cercare significa fare l'analisi del testo, prestare attenzione alle sue parole, al suo contesto. Certamente non possiamo non tener conto del fatto che oggi siamo molto facilitati dalle attuali ricerche bibliche, letterarie ed esegetiche. L'erudizione non sterile può portare a una lettura più ricca, più piena del testo, come ci mostra, ad esempio, un San Girolamo. E noi dobbiamo, pertanto, fare uso dei mezzi culturali che abbiamo a disposizione per arrivare a una ulteriore e sempre più profonda comprensione del testo.

Non intendiamo qui trasformare la *lectio divina* in scienza, ma non possiamo certo ignorare i mezzi che meglio ci aiutano a comprendere la prospettiva salvifica, il senso del testo. [...] Dunque, cercate nella lettura attraverso l'intelligenza e i mezzi culturali è doveroso, ma quello che conta è la fede che è punto di partenza e termine della riflessione, e che è la sola condizione indispensabile per cercare Cristo nel testo. Resta dunque che la parte più importante da cercare nella lettura è la *ruminatio*, il ruminare, il masticare la Parola. Tale termine proviene dal vocabolario pacomiano ed è applicato alla Parola per indicare l'operazione con cui si assimila la parola letta, udita e compresa. È il gustare e vedere come è buono il Signore (cf *Sal* 34,9).

Guillaume di St. Thierry così si esprime: «La lettura applicata (la *ruminatio*) differisce dalla semplice lettura quanto l'amicizia dall'incontro passeggero, e quanto l'affetto nato da contatti frequenti differisce da un saluto fortuito. Un passo della Scrittura va assimilato completamente, va riportato alla memoria, deve essere oggetto di una incessante ruminazione».

Se nella lettura è l'attenzione che ha il primato, nella ruminazione è la memoria che deve intervenire in maniera definitiva. Occorre ritornare sul testo, ritrovarne il tema centrale, richiamare le parole, e imprimerle profondamente nel cuore.

Questo ruminare la Parola è mangiare spiritualmente la Scrittura, e così diventa cibo e bevanda nella prolungata riflessione contemplativa.

Ricordare e avere presente le Scritture non è un semplice fatto mnemonico, perché si tratta di una memoria del cuore che ha accolto in sé parola e immagini del testo biblico. La lettura ebraica e la *lectio divina* non avvengono solo nello spirito, ma impegnano l'uomo tutto intero: mormorio della Parola, sforzo di attenzione del pensiero, del sentimento, della memoria, affinché le parole si imprimano nel cuore. Meditazione attiva dunque in cui la stessa Parola è ripresa e ridetta come nel Salmo 119: «Gradisci, o Signore, le parole della mia bocca e il mormorio del mio cuore». [...]

Su questo ultimo punto, il fine della *lectio*, noi saremo molto discreti, perché crediamo sia difficile determinare e guidare un tale momento, che differisce da persona a persona e che è il risultato e non il mezzo della *lectio divina*.

In realtà tutto quel che abbiamo descritto finora è già una forma di preghiera, ma è a questo punto che il lettore deve prendere coscienza di questo fatto e sentirsi più che mai orante.

La lettura, infatti, nella meditazione tende a portare noi al rapimento in Dio. Sant'Agostino con intelligenza ci avverte su questo passaggio: «Se il testo è preghiera pregate, se è gemito gemete, se è riconoscenza siate nella gioia, se è un testo di speranza sperate, se esprime il timore temete. Perché le cose che sentite nel testo sono lo specchio di voi stessi».

Si entra così nella conversazione con Dio con lo spirito e l'atteggiamento del testo, e noi non possiamo far altro che una preghiera gradita. La Parola è venuta in noi e ora torna a Dio sotto forma di preghiera. Il «quando ascolti, Dio ti parla; quando preghi, tu parli a Dio» di Agostino, si compie: il movimento si chiude, è completo. Ed è questa la vera preghiera cristiana. Purtroppo noi abbiamo ereditato dal mondo pagano la preghiera quale *deprecatio*, quale domanda, ma la vera preghiera è questa. Non a caso la preghiera monastica conosceva scarse intercessioni ed era essenzialmente *opus Dei*, parola cantata, proclamata, ridetta, mormorata, meditata. «Cerca di non dire niente senza lui», ammonisce ancora Agostino, «e lui non dirà nulla senza di te». Cioè prega con le parole di Dio e lui allora non manderà a vuoto la sua parola e non avrà segreti per te. Tutto ti dirà, tutto Dio ti mostrerà. [...]

Preghiera franca, forte e potente è quella che sgorga dalla *lectio divina*! Il cristiano non ha altro mezzo più certo per una preghiera autentica, come ha capito l'intelligenza liturgica della Chiesa cattolica. Infatti alle letture proclamate essa non fa altro nel responsorio che fare acclamare i fedeli con parole bibliche.

L'*oratio* segue forzatamente alcune fasi come risposta alla lettura. Innanzitutto la preghiera inizia con il canto, il ringraziamento orale, verbale, sensibile sovente: «Come sei grande, Signore mio Dio» (*Sal* 104,2), «Come sono grandi le tue opere, o Signore», «Tu mi rallegrì, o signore, nel tuo agire, mi stupisco davanti alle tue opere».

È un momento di ebbrezza che può sfociare in lacrime di gioia come in una danza. Danzerò per te, l'Altissimo! Ci si sente pazzi di amore per il Signore (*Sal* 34), si vorrebbero convocare amici, fedeli, credenti, poveri,

Dopo la *lectio* vera e propria, la *ruminatio* ci introduce alla *meditatio*. La meditazione è far passare la Parola di Dio nella vita affinché diventi uno strumento di preghiera. Meditare, secondo una definizione di Jean Leclercq, è cercare il sapore della Scrittura, non la scienza. «La Scrittura è il pozzo di Giacobbe, e con la meditazione si attingono le acque che si spandono nell'orazione». La meditazione esige un lavoro rude e costante, ma generazioni intere, dall'età patristica al medioevo, vi hanno attinto in modo ricco. Perfino Francesco, così critico verso il mondo monastico, stimerà tale metodo che informerà la scuola degli ordini mendicanti.

È ancora Guigo che ci dà esempio della meditazione. Ci piace trascrivere perché è molto eloquente nel distinguere la *meditatio* dalla meditazione delle scuole degli ultimi secoli. Egli parte dal versetto evangelico: «Beati i puri di cuore, perché vedranno Dio», e comincia a ricercarne il centro che è la purezza di cuore. Purezza di cuore che a Guigo non fa affatto venire in mente l'esame di coscienza o il confronto di se stesso con la parola evangelica, ma invece, riferendosi al Salmo 24,3s, ricorda le qualità di chi entra in intimità col Signore. E da qui il richiamo va al Salmo 51,12: «Crea in me un cuore puro». Ecco, Dio ha questa capacità di creare la purezza, di rinnovarci lo spirito e il cuore. Il frutto di questa azione di Dio in noi è vedere Dio, vedere il volto del Signore dopo averlo tanto cercato. Poter vedere Dio, in Cristo trasfigurato. La vita ci purificherà, la morte ci brucerà e «al nostro risveglio saremo saziati della sua immagine» (*Sal* 17,15). Ecco come è la meditazione patristica. Guigo interrompe a questo punto le sue riflessioni e dice al lettore: «Hai visto quale incendio ha propagato una piccola scintilla?» C'è una dilatazione nella *lectio divina* che ci porta ad accogliere sempre di più la Parola di Dio, a riempirci la bocca delle sue parole, ad averne così tante davanti da ridirle ansimando (*Sal* 119). [...]

Nella meditazione si coglie il sapore, si accresce il gusto sempre più grande della Parola di Dio. Isacco di Ninive ci avverte che «nella meditazione le parole acquistano una soavità particolare nella bocca, e si può ripetere interminabilmente la stessa parola senza diventarne sazi». Si resta su quel testo e non si va oltre, non si ha bisogno di altro se non di meditare sempre più in profondità dicendo e mormorando la stessa parola. E così la Parola di Dio mi parla, anzi Dio stesso mi parla, e la Parola mi dice ed esige ciò che ieri non mi diceva e non chiedeva. L'uomo uditore della Parola si eleva alla dignità di «uomo che risponde» al Creatore. Inizia così l'altra fase della *lectio* e dell'*orazione*.

per comunicare loro questa esperienza, che sarebbe poi inenarrabile. Ma si ha il cuore così pieno di Dio che questo trabocca: «I poveri vedano e si rallegriano», e tutti gustino come è buono e soave il Signore.

Indubbiamente questa sensazione non può essere abituale e quotidiana, ma a volte ci è riservata, e noi dobbiamo accoglierla allora con ringraziamento e per nulla contenerla. Davide sembrò ebbro quando vide la Parola di Dio nell'arca venire a lui; Anna sembrava ubriaca quando parlava piena di commozione a Dio; i profeti sovente erano in preda a questi stati di gioia. E non sono privilegio loro, a volte sono anche nostri. Certo noi non dobbiamo cercarli come fine, ma se arrivano non respingiamoli.

Segue poi una fase di stupore e di meraviglia, in cui la Parola che ci ha fatto gioire cessa di essere accanto a Dio, ma nel nostro profondo è luce, via, vita. Non abbiamo più il bisogno di gridare, lasciamo che questa Parola salga, come incenso, senza rumore e pacificamente, al cielo. È la fase dei gemiti inenarrabili e ineffabili dello Spirito che noi appena percepiamo. Di fatto ci riposiamo in questa Parola, ed è lo Spirito che ci eleva interamente verso Dio, che ci innalza totalmente e ci rapisce. Qui l'oratio si riduce a essere fede più forte, più chiara di quanto l'avevamo prima, e niente di più. La sentiamo come la focaccia apprestata per Elia nel suo viaggio nel deserto, come l'acqua di Agar languente nel deserto, come la presenza fisica di Gesù fu sentita da Giovanni posato sul petto nell'ultima cena. Colloquio quieto con Dio, senz'altro desiderio che quello di restare accanto a lui. Presenza e vicinanza che diventano sempre più silenziose, come in una passeggiata tra amato e amante in cui, a un certo punto, dopo il dialogo e la gioia dello stare insieme si sta semplicemente accanto. Non si dice più nulla, parlano soltanto gli occhi, il cuore. Così, sempre più vicini a Dio, si conosce a fondo il suo pensiero, si sente il suo cuore scoperto nel testo e ci si abbandona.

Tutto questo a volte non è facile, e questa preghiera finale non è naturale; ecco perché occorre picchiare nella preghiera, bussare perché ci venga aperto, o meglio ancora occorre lasciar bussare il Cristo nel testo sempre più forte, finché siamo vinti dalla sua voce e apriamo la porta.

Allora egli entra, siede a mensa con noi, non ci parla neanche perché quando c'è lui non abbiamo più bisogno di udire la sua parola. È lui la Parola fatta carne. Non ci resta che contemplarlo nella fase ultima cui ci ha portato nella *lectio divina* che è la contemplazione. Così ci rendiamo conto che la contemplazione non è qualcosa cui arriviamo con sforzi personali, non è uno stato che sopraggiunge dall'esterno, bensì è il frutto naturale maturato sul germoglio della nostra lettura pregata.

Certo, ormai è di fronte a noi a tavola. Abbiamo picchiato nella preghiera e siamo entrati nella contemplazione. Sinergia anche qui, perché

anche lui ha picchiato nel testo al nostro cuore ed è entrato nella parte più interiore e più profonda del nostro essere. Non ci resta che guardarlo e contemplarlo come Maria di Magdala ai piedi del Maestro; e allora, se ci distraiamo, c'è sempre una voce che ci dice: «Il Maestro è qui e ti chiama» (Gv 11,8). E ogni pagina della Scrittura ci svela questo Cristo, e ce lo fa emergere nella *lectio divina*. Lo si annuncia con stupore. Ammirazione, sorpresa, stupore: la contemplazione è questo e solamente questo. Non è estasi, né esperienza straordinaria, ma è l'ordinario, il guardare a chi è «il più bello tra i figli dell'uomo» (Sal 45), a colui che è «buono a compiere il bene» (Sal 103 e 119).

È esperienza di fede, non di visione, perché noi continuiamo a camminare alla luce della fede e non delle apparizioni (cf 2Cor 5,7). Il velo che era tra noi e la Scrittura è stato rimosso perché in Cristo si è dissolto (2Cor 3,14). Perveniamo così a una conoscenza contemplativa, quella di cui ci parla Paolo in Efesini 3,16s: Cristo abita nei nostri cuori mediante la fede e l'uomo interiore, cioè il nostro cuore lo contempla, lo vede con gli occhi della fede. Dunque la contemplazione non può provenire dalla meditazione ignaziana fatta di sforzi e di esercizio di volontà, ma è un dono di chi illumina i nostri occhi, anzi «gli occhi del nostro cuore» (Ef 1,18). Perveniamo a quella conoscenza di Dio richiesta dai profeti e soprattutto da Osea 6,6: «Voglio la conoscenza di Dio piuttosto che azioni volontaristiche (olocausti)». Giovanni di Fecamp così trascrive la sua esperienza: «In nulla il mio spirito gode quanto nel momento in cui alzo verso di te, Dio solo, lo sguardo semplice di un cuore puro! Tutto tace, tutto è calmo, il cuore arde di amore, l'anima è ricolma di gioia, la memoria è piena di forza e l'intelligenza di luce. È lo spirito intero, infiammato dal desiderio di vedere la sua bellezza, si vede rapito nell'amore delle realtà invisibili!»

La contemplazione ci deve portare al rapimento dei beni invisibili, come canta il prefazio di Natale con le parole di Paolo (2Cor 4,18). Un rapimento nella fede, non sentimentale, tanto meno sensitivo, un rapimento in cui ci sentiamo cogliere rinunciando a cogliere, e con il quale ci rimettiamo totalmente in Dio. Ciò che presiede a questo passaggio dall'orazione alla contemplazione, non dimentichiamolo, è la fede unita all'amore: la fede che ci fa scorgere quella gloria che brilla sul volto di Cristo (2Cor 4,6), l'amore che ci toglie lo sforzo del pensare molto e ci fa invece desiderare molto, amare molto. E a questo punto c'è poco da dire. Solo ognuno di noi può scoprire la profondità della contemplazione, la larghezza, la profondità, la lunghezza e l'altezza del mistero di Cristo. Qui posiamo non aver più coscienza di pregare e la nostra preghiera è allora perfetta. Antonio il Grande, padre dei monaci, diceva giustamente: «La pre-

ghiera non è perfetta quando il monaco ha coscienza di sé e ha coscienza di pregare!» Nessuno sguardo su di noi è più possibile, nessun sentimento della preghiera, solo il volto di Cristo ci sta davanti e nella sua luce noi contempliamo la luce di Dio, del Padre. Il nostro corpo c'è ma non ci pesa, e senza che noi ce ne accorgiamo è trasformato a immagine di colui che contempliamo di gloria in gloria (2Cor 3,18). A viso scoperto rispecchiamo infatti la gloria di Cristo e diventiamo una sola cosa con lui. La *lectio divina*, giunta così alla soglia della visione, si fa escatologica, prepara a quel momento finale, che è la venuta di Cristo, quando la contemplazione sarà eterna. La *lectio divina* produce quel frutto che accelera l'evento finale e ultimo, e ne è insieme la profezia.

Conclusioni

Con queste elementari note sulla *lectio divina* abbiamo voluto dare la possibilità di gustare nuovamente un metodo di lettura antico quanto la Chiesa, metodo che cercava a sua volta profonde radici nel giudaismo. Non crediamo di aver detto cose nuove, semplicemente abbiamo rapidamente fatto ricorso alla tradizione patristica e monastica, che della *lectio divina* hanno fatto il proprio cibo nell'*opus Dei*, nell'ufficio, nella liturgia della Parola.

Scopo dei "QSS" è offrire degli spunti per una riflessione sufficientemente ampia e ben fondata su argomenti particolari, scelti di volta in volta, indicando le linee di approfondimento e di una più accurata messa a punto, ed evidenziando le implicanze teoriche e le possibili applicazioni pratiche.



Per la richiesta di copie e ulteriori informazioni sui "QSS" rivolgersi a:

Istituto di Spiritualità
Facoltà di S. Teologia - U.P.S.
Piazza dell'Ateneo Salesiano, 1
00139 R O M A - Tel. (06) 8132041



Per informazioni riguardanti il Biennio di Spiritualità rivolgersi di preferenza a:

Segreteria Generale U.P.S.
(con lo stesso indirizzo)

Quaderni di Spiritualità Salesiana

MEDITAZIONE:

UNA FORMA INDISPENSABILE

DI P R E G H I E R A

a cura
dell'Istituto di Spiritualità
Facoltà di S. Teologia
Università Pontificia Salesiana-Roma