

Associazione Nuova Cîteaux

Documenti

André Louf

Il cuore¹

Nella vita di tutti i giorni, il nostro cuore resta ordinariamente nascosto. Emerge appena alla coscienza. Viviamo quasi del tutto immersi nei sensi esteriori, ci perdiamo nelle nostre impressioni e nei nostri sentimenti, in tutto ciò che ci attira o si oppone. Anche se vogliamo vivere a un livello più profondo, deviamo di solito verso l'astratto: soppesiamo, componiamo, tiriamo le conclusioni logiche. Frattanto il cuore sonnecchia e non batte ancora al ritmo dello Spirito.

Gesù ce l'ha sovente rimproverato: il nostro cuore è cieco, indurito e sbarrato (cf Mc 8,17). È lento e pigro (cf Lc 24,25), pieno di tenebre. Si appesantisce nel piacere e nelle occupazioni (cf Lc 21,34). Il nostro cuore ha bisogno di essere circonciso. "Circoncidete i vostri cuori per amare il Signore vostro Dio e servirlo con tutto il cuore e tutta l'anima" (cf Dt 10,12-22). L'amore verso Dio e verso il prossimo ne saranno il frutto, perché un cuore buono produce buoni frutti (cf Mt 7,17). Ritrovare il cammino verso il proprio cuore è il compito più importante dell'uomo. In cerca di uno spazio interiore ancora sconosciuto, l'uomo è un pellegrino alla ricerca del suo cuore, del suo essere più profondo. Ognuno porta in sé, secondo la mirabile espressione di Pietro, nella sua Prima Lettera, "l'uomo nascosto nell'intimo del cuore" (1Pt 3,4). Ciò costituisce la nostra realtà più profonda: quello che siamo noi, nient'altro. Là Dio ci incontra e soltanto a partire di là noi possiamo a nostra volta incontrare gli uomini. Là Dio ci parla e a partire di là possiamo anche noi parlare agli uomini. Là riceviamo da Lui un nome nuovo e ancora misterioso, che Lui solo conosce e che sarà il nostro per l'eternità nel suo Amore; e a partire di là soltanto potremo fra poco pronunciare il nome di un altro, nello stesso Amore. Ma non vi siamo ancora giunti: siamo soltanto in cammino verso il nostro cuore. Il mondo meraviglioso che ci attende merita uno sforzo coraggioso.

¹ Estratto da P. ANDRÉ LOUF, *Lo Spirito Santo prega in noi*, Ed. Qiajon – Comunità di Bose, 18-21

Associazione Nuova Cîteaux

Il nostro cuore infatti è già in *stato di preghiera*. La preghiera l'abbiamo ricevuta, insieme alla grazia, al momento del nostro battesimo. Lo stato di grazia, come lo si chiama, significa infatti, al livello del cuore, *stato di preghiera*. Là, nell'intimo più profondo di noi stessi, siamo da allora in contatto continuo con Dio. Lo Spirito Santo di Dio si è impadronito di noi, si è completamente impossessato di noi: si è fatto il respiro del nostro respiro, lo Spirito del nostro spirito. Prende, per così dire, a rimorchio il nostro cuore e lo volge verso Dio. È lo Spirito che, secondo Paolo, parla incessantemente al nostro spirito e testimonia che noi siamo figli di Dio. Costantemente infatti lo Spirito grida in noi e prega: "Abbà, Padre!" supplicando e sospirando con parole inenarrabili ma che tuttavia non cessano mai (cf Rm 8,15; Gal 4,6).

Portiamo continuamente questo *stato di preghiera* con noi, come un tesoro nascosto di cui siamo ben poco o per nulla coscienti. Il nostro cuore respira da qualche parte in pienezza, ma senza che noi lo avvertiamo. Siamo sordi nei confronti del nostro cuore in preghiera, non gustiamo l'amore, non vediamo la luce in cui viviamo. Infatti il nostro cuore sonnecchia e bisogna destarlo progressivamente, per tutta la vita. Allora pregare non è davvero difficile. La preghiera ci è stata data da tanto tempo, ma raramente si è coscienti della propria preghiera. Ogni tecnica di preghiera non ha altro scopo che renderci coscienti di ciò che abbiamo già ricevuto, insegnare a sentire, a discernere, nella piena e tranquilla certezza dello Spirito, la preghiera che nel nostro intimo ha preso radice e non cessa di operare. Essa deve salire alla superficie della coscienza, impregnare e investire progressivamente tutte le facoltà, lo spirito, l'anima e il corpo. La nostra psiche e le nostre membra devono vibrare al ritmo di questa preghiera e venire coinvolte nella preghiera dall'interno, come un pezzo di legno secco che gettato sul fuoco si infiamma immediatamente. Un monaco lo diceva con forza: "Il nostro lavoro è bruciare legna".

La preghiera allora non è nient'altro che questo *stato di preghiera*, che con l'andare del tempo è divenuto ormai cosciente. La preghiera scaturisce *dall'abbondanza del cuore*, secondo il detto evangelico: "La bocca parla dalla pienezza del cuore" (Mt 12,34; Lc 6,45). La preghiera è un cuore che trabocca di gioia, di eucaristia [=ringraziamento], di lode e di gratitudine. È la sovrabbondanza di un cuore ben desto.

In effetti la condizione è che il nostro cuore si desti. Finché dorme, invano cerchiamo in noi il luogo della preghiera. Inutile immaginare: si cadrebbe nella distrazione. Inutile eccitare un sentimento religioso: si scivola presto nel sentimentalismo. E se l'intelligenza, prendendo il sopravvento, ha di mira idee chiare, la preghiera fredda e secca si sottrae a qualsiasi flusso vitale. Certo, immaginazione, sentimento e intelligenza non sono inutili. Ma queste facoltà non possono portar frutto se, a un livello molto più profondo, il nostro cuore non si è destato ed esse, divorate dalla fiamma di questo fuoco spirituale, non sono bruciate.

Associazione Nuova Cîteaux

Ogni metodo di preghiera mira a quest'unico scopo: ritrovare il cuore e destarlo. La preghiera deve consistere in una specie di vigilanza interiore. Gesù stesso ha accostato vigilanza e preghiera. La formula "vegliate e pregate" risale certamente a Lui (Mt 26,41; Mc 13,33). Solo un'attenzione profonda e pacata può metterci sulle tracce del nostro cuore e, in esso, della preghiera.

Bisogna dunque vigilare e incominciare con il ritrovare la via verso il nostro cuore per liberarlo e sbarazzarlo da tutto ciò che lo ingombra. La conversione non ha altro scopo che farci rientrare in noi stessi, farci ritornare al centro vero della nostra persona, *redire ad cor* (cf Is 46,8 Vulg.), ritornare la cuore, come si diceva volentieri nel medioevo. Nel cuore spirito e corpo si raccolgono; si tratta del punto centrale del nostro essere. Ritornati ad esso viviamo a un livello più profondo, in cui si è in riposo e in armonia con tutto e con tutti, in primo luogo con se stessi.

Questo ritorno è ritorno *in sé*. Genera raccoglimento e interiorità. Penetra fino al nostro o più profondo, all'immagine di Dio in noi. Giunge al centro ontologico in cui noi sgorgiamo costantemente dalla mano creatrice di Dio e da cui rifluiamo verso di Lui. Pregare ci insegna a vivere della vita che è interiore a noi stessi. Ogni uomo di preghiera possiede un *cor profundum*, un cuore insondabilmente profondo. La parabola del figliol prodigo (cf Lc 15,11-32) è stata spiegata in tal senso da alcuni Padri della Chiesa.