

# GIORNALINO DEL CUORE



[www.sanmattiaonlus.it](http://www.sanmattiaonlus.it)  sanmattiaonlus

## Carissimi Giovani,

in questo numero voglio soffermarmi sul tema del silenzio, che oggi suona quasi come una bestemmia in una società fatta di parole sempre più vuote. Ho visto di recente il film *Una bugia di troppo* con Eddy Murphy (2012): interpreta un agente letterario imbroglione e logorroico che resta vittima di un sortilegio per il quale ad ogni parola che pronuncia un albero magico perde una foglia; più parla, più l'albero muore. Quando tutte le foglie saranno cadute l'albero e lui moriranno. L'uomo intraprende allora una lotta forzata con se stesso, costringendosi al silenzio per guadagnare del tempo. Pensa poi che per spezzare questo sortilegio sia necessario rivedere la propria vita: comincia ad essere caritatevole e gentile con tutti laddove prima era scostante e superbo. Ma le foglie continuano a cadere... Da ultimo ritorna a trovare la sua anziana mamma rinchiusa in ospedale. E' costretto ad ascoltarla mentre prima ne soffriva la presenza. La madre gli parla della famiglia e dell'importanza di stare uniti nonostante tutto. Illuminato dalle parole della madre compie l'ultimo gesto: va al cimitero sulla tomba del padre. Intanto sull'albero sono

rimaste tre foglie. Dinanzi alla lapide del padre - rivedendo la sua vita - riesce a dire: "Io ti perdono". Le ultime tre foglie cadono, lui rimane a terra per un po'... e magicamente l'albero rifiorisce tutto insieme di una bellezza ancora più straordinaria di prima!

Per metterci sulle tracce di uno stile di vita più essenziale che ci porti a chiedere e dare perdono sembra opportuno allora fermarsi e riflettere sul **tema del Silenzio**. Proviamo ad accogliere nel nostro cuore le riflessioni che seguono. Il silenzio è davvero il luogo privilegiato per accogliere la parola di Dio e dunque un autentico incontro con Cristo Signore.

### Il silenzio si può vivere, ma non si può descrivere.

Lo si vive nell'interiorità dell'io e si manifesta nella bocca sigillata, nello sguardo attento, però rivela un'esperienza qualitativamente molto più ricca. Dietro il volto di un uomo silenzioso si nasconde un'esperienza inesprimibile, dietro la sua faccia inespressiva vibra un sentimento molto profondo. Il Silenzio è l'espressione senza contenuto e senza forma, senza sostanza e senza immagine. Il canto è l'espressione di un sentimento, il grido è la manifestazione di un dolore o di una sofferenza... il Silenzio, al contrario, è l'espressione minima, la più debole, la più umile, la più timida. Il Silenzio è un'espressione continua ed equilibrata che non turba l'ambiente, non vi causa alcuna alterazione; esso diventa un mezzo potente di comunicazione quando contrasta fortemente con l'ambiente in cui si colloca. Un volto silenzioso, in una disputa a più parti, dice molto di più di

un urlo potente. D'altronde in un clima esagerato di urla e insulti, una voce in più è del tutto sterile e inutile. **Il Silenzio è eroico e implica un certo grado di resistenza emotiva.** In prima battuta sembra che un gesto ben orientato o un urlo azzeccato abbiano più forza e più potere di convinzione rispetto a un Silenzio contenuto in una frazione di tempo. Il Silenzio ha un'efficacia più lenta, sottile e mediata, sconcerata, fa pensare, attira l'attenzione e frena la dinamica viziosa del confronto. Il Silenzio è l'espressione inespressa che riferisce qualcosa di inesprimibile. E che cosa è inesprimibile? Ciò che non si può dire, e tuttavia, c'è. Vi sono realtà molto concrete e forti che non possono essere imbrigliate nel discorso concettuale o verbale. D'altronde il linguaggio verbale è solo un'interpretazione soggettiva e interessata della realtà esteriore; esso non è neutrale, ma pieno di pregiudizi. Il Silenzio invece si riferisce a quel contesto di vissuti umani che non si possono raccontare. La vita umana è piena di istanti inesprimibili con la parola: sono momenti di pienezza, allegria, delusione, fallimento, drammatico abbandono. Vi sono limiti che non si possono oltrepassare con la parola. Ci sono situazioni della vita molto più profonde dell'espressione verbale. Soltanto l'arte può raggiungere la profondità di qualcosa di inesprimibile. E tuttavia la parola cerca di invadere tutti i territori, assecondando la tendenza umana ad andare contro i limiti del linguaggio. L'uso eccessivo delle parole (iperverbalismo) è quella tendenza umana che cerca di esaurire tutto attraverso la parola. Questo atteggiamento denota un'enorme ignoranza e una superficialità assoluta verso il mistero. Quando la parola oltrepassa il suo territorio, allora cammina nell'inganno e diventa ridicola.



**Le caratteristiche del Silenzio - In primo luogo** il Silenzio denota un **atteggiamento di rispetto**: tacciamo davanti a una persona che merita rispetto, davanti a un vissuto che ci intimorisce o davanti a una notizia grave o inaspettata. **In secondo luogo** il Silenzio è una realtà che permette di riflettere, di manifestarsi e di **addentrarsi in se stessi per dare un significato pieno alla propria vita**. Da questo punto di vista il Silenzio è un avvenimento originale come la vita, la morte, la fede, l'amore. **In terzo luogo** il Silenzio è per l'uomo la **condizione per esprimere la propria libertà e per esprimersi come persona libera**: nel fare Silenzio il soggetto non sa il perché, né sa cosa accadrà dopo quel Silenzio; e questo obbliga la persona a decidersi, a scegliere, a essere libero. **In quarto luogo** il Silenzio è l'espressione del mistero e il mistero è proprio ciò che è nascosto. È quell'incognita estranea alla comprensione umana e alle sue reti concettuali. In fondo l'uomo è un punto fluttuante nello spazio celeste, uno che interroga gridando per esistere e affermarsi nel silenzio del vuoto. D'altronde il mistero è ciò che è sconosciuto e di ciò che è sconosciuto conviene, ancor più, non parlare. Al di là di tutto questo vi è poi un vissuto conosciuto e sentito che non possiamo esprimere con le parole, perché mentre lo esprimiamo lo sviliamo, lo falsifichiamo. Si pensi ad esempio allo sconvolgimento di una morte, alla pienezza di una relazione interpersonale, alla contemplazione estetica... Queste esperienze le pos-

siamo vivere, le possiamo sentire, le possiamo anche condividere in un certo modo, però non possiamo descriverle in modo finito e specifico. In queste circostanze la parola deve lasciare il passo al Silenzio.

**Un tempo per tacere...** - Dunque il Silenzio è l'atteggiamento più rispettoso davanti a ciò che è sconosciuto! Eppure ogni epoca inventa un metodo per 'mettere a tacere il Silenzio', per eliminarlo... senza mai riuscirci. E' finalmente ora che l'uomo occidentale impari a controllare la lingua nel momento di riferirsi a certi temi e a certe esperienze. Le nostre parole devono imparare a contenere la loro ansia di conquistare, e rispettare l'ambito del Silenzio. Il saggio Qohelet della bibbia lo dice a chiare lettere: *"vi è un tempo per tacere e un tempo per parlare"* (Qo 3,7), *"vi è un tempo per piangere e un tempo per ridere"* (Qo 3,4). Ma l'ignoranza è terribilmente insolente: parliamo di quello di cui non possiamo parlare e lo facciamo con arroganza. Siamo arrivati al punto di trasformare il Silenzio in qualcosa di negativo: nella nostra cultura tacere è diventato segno di ignoranza, di noia; tace chi non sa cosa dire! Viviamo nell'epoca dei dibattiti. La parola si vende a prezzo molto basso. Ai nostri tempi l'arte di saper parlare per sedurre si unisce ai mass media (radio e televisione) e ai social network (facebook, twitter): in questi settori il Silenzio è come un intruso. Ed allora solo la riscoperta del Silenzio può aiutare l'uomo a ritrovarsi.

Vi sono molte tipologie di Silenzio, anche se a livello esteriore sembrano tutti uguali: se potessimo oltrepassare la maschera della realtà evidente, ci accorgeremmo che dietro il volto silenzioso vi sono tanti tipi di esperienza conosciuta.

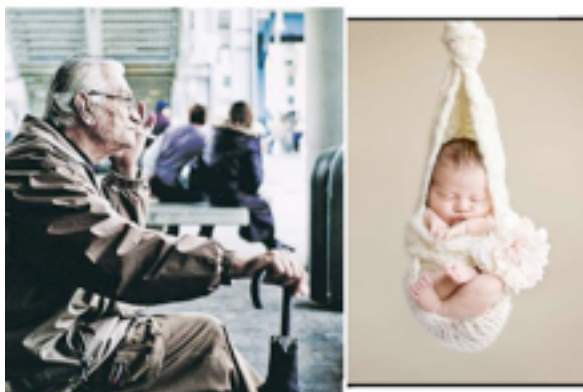
**Diversi tipi di Silenzio -** In genere usiamo indistintamente i due verbi *stare in silenzio* e *tacere*;

essi indicano espressioni ben diverse. Il verbo latino *tacere* è un verbo attivo, il cui soggetto è un essere personale e indica l'assenza di parola in una precisa situazione. Il verbo latino *silere*, al contrario, è un verbo intransitivo, il cui soggetto è impersonale e ha un senso più profondo e più originale, esso dice tranquillità, assenza di confusione. Nell'ambito religioso acquista significato il verbo 'stare in silenzio' per esprimere l'atteggiamento umano davanti alla divinità.

La diversità dei silenzi è da un punto di vista interiore: è diverso il silenzio dell'angosciato dal silenzio della persona felice, il silenzio del nonno dal silenzio del bambino, il silenzio imposto dal silenzio scelto, il silenzio del rancore dal silenzio dell'attenzione e così via. Già Cicerone distingueva tra 'silenzio buono' e 'silenzio doloroso': il silenzio buono è quello di chi ascolta per comprendere meglio il pensiero di chi parla e lascia che si esprima senza condizionarlo in alcun modo; il silenzio doloroso è invece quello di chi semplicemente evita il dovere di parlare o per tristezza, o per collera, o semplicemente per paura. Il filosofo Heidegger invece distingue il 'discorso autentico' dal 'discorso inautentico': il primo davvero comunica e lascia la persona nuda davanti all'altro; quello inautentico invece è sterile, epidermico, non tratta nulla in profondità, è un parlare che maschera.

Descrivendo le diverse forme di Silenzio non si vuole certamente esaurire il tema, ma è un modo per capire anche noi stessi quando facciamo silenzio e soprattutto per orientarci verso un Silenzio sempre più maturo che diviene modo di entrare nel mistero di Dio.

**\*Il Silenzio epidermico -** E' il più diffuso e il più praticato: è il silenzio superficiale. Esso è puramente esteriore, equivale all'assenza di parola ma non alla tranquillità dello spirito; è irrazionale, casuale, che appare senza volerlo e scompare alla stessa maniera. E' il silenzio senza alcuna finalità, di chi guarda una vetrina senza vedere niente, dello studente che vola verso i suoi impegni extrascolastici. Questo tipo di



silenzio non è edificante né pedagogico; distrae la persona, Anche se la persona sta zitta, non smette di pensare a tutto quel che ha da fare o non fare. E' un silenzio falso, perché sotto la sua scorza di apparente silenzio, si nasconde una massa enorme di voci, preoccupazioni, ansie e aspettative. La maggior parte delle volte il silenzio dell'uomo è solo epidermico, è come una pausa tra parola e parola. Tuttavia questo tipo di silenzio ha anche un tratto positivo: ogni tanto conviene lasciare la mente completamente libera senza sottometerla a qualche pensiero.

**\*Il Silenzio interiore** - Esso è diametralmente opposto a quello epidermico. Esso è ricercato ed esige un lavoro di purificazione e di concentrazione personale. E' il silenzio senza obiettivi, senza contenuti e voci interiori. Questo silenzio è possibile solamente dopo un lungo cammino di purificazione interiore, esige un mettersi a distanza mentalmente dalla realtà. Questo è molto difficile: possiamo allontanarci fisicamente da un luogo ma non mentalmente. Le realtà si attaccano fortemente al cuore e per questo c'è bisogno di molta tenacia e disciplina per riuscire in ciò. Il silenzio interiore è veramente edificante per la persona poiché solo distanziandosi può riscoprire i veri legami affettivi, il suo senso e la sua ragion d'essere. Con esso si impara a separare le cose importanti dalle cose superficiali, a intravedere il cuore delle persone oltre le loro azioni. Pitagora esortava i suoi discepoli a rimanere cinque anni interi in silenzio per raggiungere il retto cammino della perfezione. Secondo Ippolito di Roma il discepolo per iniziare il suo cammino doveva mostrare un'attitudine al silenzio e una venerazione del mistero. Purtroppo noi riempiamo la mente di una quantità enorme di cose estranee e superficiali, copriamo il nostro io con un carico pesante di cose, azioni, ricordi, a tal punto che ci perdiamo in questo labirinto di forme, ricordi e preoccupazioni. Col

silenzio interiore invece la mente va in totale riposo e libertà, spogliata da quanto la sovraccarica. Su questi aspetti lavora - ad esempio - lo yoga con le sue varie tecniche. Al di là di ogni altra cosa il silenzio interiore è frutto della libertà, di un atto di volontà.



**\*Il Silenzio ostinato** - E' il silenzio che scaturisce dall'odio, dall'incomprensione, dal disamore. E' conseguenza diretta di un confronto, di una disputa, dello scontro tra due mentalità; esso segue alla discussione, alle reciproche minacce. E' il frutto diretto della mancanza di comunicazione. Questo silenzio rivela l'impotenza della parola a portare pace, concordia tra due persone o due gruppi. Quando la parola fallisce si apre un abisso prolungato e glaciale tra i due estremi: e questo è il silenzio ostinato che fermenta nella impulsività ed è una conseguenza del risentimento. Nel terreno di questa ostinazione cresce l'odio e lo scontro. Solamente la parola del perdono può troncare questo tipo di silenzio; solo l'umiltà può far crollare il muro che separa il soggetto dal suo oppositore. L'orgoglio però è il grande nemico per raggiungere questo fine: ognuno è convinto delle sue ragioni, protegge il suo amor proprio e condanna silenziosamente l'altro. Il silenzio ostinato fa male perché toglie la parola all'altro: è un silenzio che castiga e ignora l'altro. Attraverso questo silenzio l'offeso tratta l'altro come se non esistesse, e questo è terribilmente umiliante. Da questo punto di vista il silenzio

ostinato è molto più grave e doloroso dell'insulto e della disputa infuocata. Nell'insulto almeno c'è un minimo di riconoscimento dell'altro, nel silenzio ostinato l'abisso tra offeso e oppositore si fa sempre più profondo. A volte basta un gesto, un dono per ricomporre il legame spezzato, ma per realizzare questo vi è bisogno di grande umiltà e amore verso l'altro.

**\*Il Silenzio della pienezza** -

Questa forma di silenzio è agli antipodi del silenzio ostinato. Esso esprime l'unione più intima, la fusione più piena tra due persone. E' il silenzio degli innamorati, degli amici, degli sposi. In esso la dualità tra il tu e l'io si fonde in un'unità superiore. Il silenzio pieno nasce dalla parola ma va molto oltre: con la parola la persona esprime sentimenti, idee ma non può dire tutto. L'innamorato guarda l'amata e non ha bisogno che dica niente perché il suo silenzio è già prova che rivela l'amore che sente per lei. Lei lo sa e si sente unita al cuore dell'amante. I due non si sono detti una parola però quel silenzio è abbastanza significativo e supera le parole. Oppure: il padre guarda il figlio appena nato e non dice niente, però il suo silenzio è prova eloquente della sua gioia, della felicità che sente davanti a quell'evento. Questo è il silenzio della pienezza: esso rivela i piani molto diversi della parola e dei sentimenti.

**\*Il Silenzio etico** - L'uomo continuamente giudica le sue azioni e le azioni degli altri alla luce di alcuni valori o di alcuni criteri accettati. Nei fatti ognuno si trova a decidere costantemente che cosa farà o che cosa vorrà essere nel futuro immediato e lontano. Queste decisioni non sono sempre facili. Siamo continuamente di fronte ad un *aut aut* e questo genera angoscia e indecisione: valutiamo i pro e i contro per capire quale sia la scelta migliore o più appropriata. E' questo il silenzio dell'angoscia, dell'indecisione che può durare giorni, settimane e persino tutta la vita. Siamo sotto il peso

della responsabilità e abbiamo bisogno di tutta la libertà. Ma essere liberi non è facile. L'autentica libertà è un peso gravoso perché obbliga a decidere, a essere se stessi. Spesso risulta più facile lasciarsi trascinare dalla massa o dal sistema piuttosto che decidere con coraggio il proprio cammino in solitudine. Resta il fatto che il retto giudizio su cosa fare bisogna realizzarlo in silenzio. Il silenzio è necessario per entrare in se stessi e valutare le possibilità senza condizionamenti né imposizioni esterne: è questo il silenzio etico. Finalmente entriamo in noi stessi e cominciamo a valutare dentro di noi le possibilità che ci offre la realtà. Nel silenzio etico si possono distinguere due momenti: prima vi è il silenzio dell'allontanamento, poi arriva il silenzio della decisione. Nel mezzo c'è il silenzio dell'angoscia: è il momento doloroso della scelta. Quale fare? Essere liberi significa essere fedeli alla propria volontà, assumerne tutte le conseguenze positive e negative. Chi è schiavo invece cambia la sua decisione in base a come soffia il vento e la fortuna. Il silenzio etico dà luogo poi a due caratteri: quando abbiamo fatto la scelta giusta sperimentiamo un silenzio soddisfatto; quando invece subiamo le conseguenze di una scelta sbagliata sperimentiamo il silenzio del rimorso nel quale vorremmo tornare indietro ma il tempo non torna indietro.

**\*Il Silenzio estetico/contemplativo**

- Mentre il silenzio etico ci obbliga a decidere e a orientarci per una determinata scelta, il Silenzio estetico è assolutamente necessario per coltivare la libertà e la propria autonomia; è il silenzio della contemplazione. Con questo tipo di silenzio si coltiva la dimensione contemplativa della vita. Esso è fondamentale: la maggioranza delle persone sono sommerse sotto il peso dell'attivismo. Viviamo nell'era dell'azione, a volte senza senso, senza finalità. Siamo abituati a fare molte cose simultaneamente senza pensare al senso delle nostre azioni. Al contra-

rio la contemplazione è la visione estatica della realtà, è lo sguardo attento che si ferma su se stessi e sull'uomo. L'azione cambia l'ambiente senza averlo contemplato. Senza lo sguardo estatico è impossibile valorizzare la realtà e stabilire la direzione delle nostre azioni. Il silenzio contemplativo è il silenzio di chi si apre all'essere e lo accoglie così com'è, senza modificarlo con le nostre tecniche. Questo tipo di silenzio è il punto di partenza del nostro pensare, fa sorgere le domande importanti e ci stimola a dare risposte. Il silenzio contemplativo è prima delle grandi scelte. Il senso di questo silenzio è espresso dal poeta austriaco Rainer Maria Rilke che in una lettera a Franz



Xaver Kappus gli consiglia questo atteggiamento se vuole essere produttivo e costruttivo nel prosieguo della sua vita: *"Questo solo è ciò di cui hai bisogno: solitudine, grande intima solitudine. Penetrare in se stessi e per ore non incontrare nessuno, questo si deve poter raggiungere. Essere soli come si era soli da bambini, quando gli adulti andavano attorno, impigliati in cose che sembravano importanti e grandi, perché i grandi apparivano così affaccendati e nulla si comprendeva del loro agire".* Mentre l'attività che segue al silenzio contemplativo è libera e responsabile, quella che nasce senza contemplazione è solo attivismo e non conduce a un perfezionamento interiore, ma solo ad una corsa infinita. Contempla-

re significa fermarsi lungo il cammino, sedersi tranquillamente e lasciarsi interpellare dai colori, dai suoni, dagli odori e dalle voci del mondo. Al contrario l'agitazione che ci attraversa è il vero responsabile della povertà della nostra esperienza di vita. Abbiamo l'impressione di vivere a cronometro, il tempo si è trasformato in un torrente impetuoso e inarrestabile per l'uomo. Contemplare in silenzio la realtà significa ritrovare il proprio tempo interiore, la visione delle cose e l'innocenza interiore. Senza contemplazione non vi è religione.

**\*Il Silenzio compassionevole -**

Compatire qualcuno vuol dire condividere la sua sofferenza e farsi carico del suo dolore e della gravità del suo momento. La compassione nasce dall'amore e unisce intimamente l'io e il tu. Attraverso questo sentimento l'altro smette di essere un estraneo e diventa un problema personale, uno che ci interpellava. In un certo senso la compassione è l'interiorizzazione della disgrazia altrui. L'amore lega i cuori e pertanto anche le emozioni, le gioie, le pene, le disgrazie e le euforie. L'amico si sentirebbe indignato se l'amato chiudesse la porta ai sentimenti e non gli permettesse di viverli in profondità. L'amore unisce fino al punto che a sofferenza dell'altro è vissuta come una sofferenza personale e la gioia dell'altro è sentita come qualcosa di proprio. Si distinguono due classi di compassione: la falsa compassione e la compassione autentica. La **falsa compassione** è un sentimento di pena per la disgrazia altrui, però superficiale, senza consistenza; si esprime con un colpo sulla spalla, con la solita parola, avvilita ancor di più l'altro, non trasmette un sentimento interiore ma solo una maschera esterna. La **compassione autentica** è invece un sentimento profondo, legato al cuore: essa si fa carico della situazione dell'altro, piange con le sue stesse lacrime e respira con il suo respiro. Vi sono molti modi di esprimere l'autentica compassione: la parola che conforta

e trasmette ottimismo e speranza, la lacrima, il sospiro, il respiro frenato, il battito accelerato del cuore. Chi ha compassione autentica si accorge che le parole sono improprie. La maniera migliore per comunicare la condivisione della sofferenza è il silenzio compassionevole. A questo silenzio autentico segue poi il gesto di solidarietà: l'aiuto, il sostegno concreto per la persona che soffre. Il vero sentimento muove infatti la persona a cambiare la situazione, a mettersi a disposizione.

**\*Il Silenzio mistico** - La mistica si riferisce a quelle situazioni in cui la persona dice di essersi trovata con la realtà assoluta o con il godimento perfetto dell'amore di Dio. In queste circostanze il nostro io sembra superare i limiti dell'esperienza quotidiana e immergersi nella sfera di Dio, stabilendo una comunione diretta con lui. Tutte le grandi religioni parlano di mistica e hanno dei mistici. La mistica cristiana si riferisce ad una visione di Dio che giunge ad una trasformazione dell'anima in Dio. Al di là di questo resta importante che il silenzio ha un ruolo centrale nella ricerca di questa esperienza di rottura. Il silenzio mistico è il silenzio che accompagna e favorisce questa rottura con la realtà immediata e che proietta la persona verso una dimensione superiore. Dio si manifesta nel silenzio del cuore e delle passioni. Attraverso il silenzio il soggetto entra in se stesso e si estranea da sé. Si vede differente dagli altri, differente dal mondo. Si accorge che il suo spirito è una porta verso una dimensione oltre. Il silenzio mistico proietta l'anima verso Dio. Solo nel silenzio delle voci si rivela l'autentica voce. Nel silenzio l'uomo si eleva dalla sua materialità e si integra con la vita di Dio: da allora tutte le cose, tutti gli esseri gli ricordano il passo dell'amato. Questa unione mistica tra Dio e l'uomo è tanto intima che non si può esprimere con parole; si può solo vivere nel silenzio, nel profondo silenzio. Raimondo di Lullo, il più grande dei mistici catalani, ha spiegato questo silenzio in questo modo: *"L'amico e l'amato si incontrarono, e*

*l'amico disse: 'Non è necessario che mi parli; fammi segno con gli occhi, che sono parole per il mio cuore, perché ti dia ciò che mi chiedi'"* (Il libro dell'amico e dell'amato. Dialoghi mistici).

Ovviamente questa unione con Dio non è immediata, perché richiede una serie di passi e di conquiste. Il mistico nel suo cammino verso Dio attraversa tappe piene di dolore, di incomprendimento e di vuoto. Il silenzio del mistico è il più denso e più fruttuoso: è denso perché difficile da capire e farlo vivere dentro se stessi; è fruttuoso perché conduce la persona verso una vitalità completamente nuova.

**\*Il Silenzio ascetico** - Intimamente unito al silenzio mistico vi è il silenzio ascetico: esso è un silenzio strumentale che serve per raggiungere qualcosa, è preparatorio a una vita buona, santa e perfetta. La parola *asceti* significa 'esercizio', 'allenamento' e indica una serie di pratiche che hanno come finalità il controllo di sé mediante la disciplina del corpo e dello spirito. Essa richiede esercizi fisici, pratiche di concentrazione mentale, austerità nel mangiare e dormire, astensione da attività sessuale e una buona dose di silenzio e concentrazione. In un testo siriano dei padri del deserto si legge: *"La tua lingua non pronunci alcuna parola quando ti metti a pregare"*. Famosa è anche l'espressione conosciuta come la consegna di Arsenio: *"Fuggi, taci, sta' nella quiete"*. Poimen afferma che se l'uomo è silenzioso allora in qualunque luogo troverà pace e riposo. Agatone testimonia invece che occorrono tre anni di silenzio per imparare semplicemente ... a tacere. Filosseno di Mablug, in una lettera a un ebreo diventato discepolo, dice che il silenzio materiale porta al silenzio spirituale e il silenzio spirituale fa ascendere l'uomo fino a Dio.



Giovanni Climaco elogia largamente le virtù del silenzio quando scrive: *"Il silenzio intelligente è padre della preghiera, liberazione dalla prigione, guardia del fuoco, sorvegliante dei pensieri, vedetta contro i nemici... avversario del gusto di insegnare, sostegno della conoscenza, creatore della contemplazione, progresso invisibile, ascensione nascosta..."* L'amico del silenzio si avvicina a Dio e, intrattenendosi segretamente con lui, riceve l'illuminazione" (La scala II,3-4).

Isacco di Ninive, monaco siro-orientale della fine del VII secolo, parla spesso del silenzio e lo differenzia dalla parola: *"Il silenzio è il mistero del mondo futuro, la parola è l'organo del mondo presente..."* Attraverso il suo silenzio e il suo digiuno continuo, l'uomo impara a perseverare, nel suo essere nascosto, nell'ascesi divina. Attraverso questi misteri è celebrato, anche tramite le forze invisibili, quel santo servizio dato a Colui che governa il mondo" (Prima collezione 66).

Per San Benedetto infine il silenzio significa la vittoria della vita interiore sui movimenti disordinati della lingua.

**\*Il Silenzio liturgico** - La liturgia è l'espressione esterna della fede della comunità che attraverso i riti e le celebrazioni manifesta il proprio sacrificio di lode al Signore Dio. Ahimè dobbiamo riconoscere che nella liturgia occidentale il silenzio è stato espulso: i momenti di silenzio scarseggiano. Le nostre celebrazioni sono piene di parole, esclamazioni, concetti. Ma il concilio Vaticano II ha posto di nuovo attenzione al silenzio come momento centrale: si insiste sulla ne-

cessità di dedicare un certo tempo al silenzio nel corso della celebrazione liturgica. Il silenzio è il culmine della preghiera e la sua qualità si misura con lo sforzo di partecipazione, favorisce l'accoglienza della parola di Dio e la risposta della preghiera. Nella celebrazione liturgica possiamo distinguere diversi momenti di silenzio. In primo luogo il silenzio del raccoglimento: è quello che si produce quando si invita tutta l'assemblea a raccogliersi per rendersi conto di stare alla presenza di Dio. Il silenzio di avvicinamento è il silenzio dell'ascolto e dell'interiorizzazione, durante le grandi preghiere dell'assemblea, in unione spirituale col sacerdote che presiede l'eucaristia. Il silenzio meditativo è il silenzio della risposta alla proclamazione della parola di Dio: invita a riflettere brevemente su quanto si è ascoltato, fa sì che la parola di Dio sia meglio intesa per ciascuno e che le si conceda più adesione. Il silenzio di adorazione esprime invece l'unione intima del credente con il mistero dell'eucaristia. Attraverso questo silenzio, i fedeli si preparano a ricevere il corpo e il sangue di Cristo. Attraverso il silenzio liturgico si edifica e si forma la comunità che celebra.

**\*Il Silenzio del neonato** - Nel guardare un neonato nella sua culla mentre è in silenzio ci accorgiamo che il suo volto silenzioso trasmette una pace indescrivibile, una tranquillità straordinaria. Il volto del neonato è un volto sereno. Di tanto in tanto apre gli occhi e proietta uno sguardo spaventato verso l'orizzonte. E' uno sguardo di sorpresa, di estraneità. Guarda tutto intorno ma non vede con chiarezza, percepisce ombre, chiarori e forme indistinte; articola gesti della

faccia, agita le braccia in modo incoerente e muove il capo su e giù. La sua presenza tanto piccola e inconsistente attira lo sguardo di tutti gli adulti. Nel vederlo ci si sente presi da un sentimento di tenerezza e di affetto. Il suo silenzio è un silenzio urlante e forte perché brilla ammirevolmente e centra l'attenzione di tutti i presenti. Tutti gli occhi sono fissi e attenti su quel visetto così piccolo e bello, trasparente, tanto nuovo e sorprendente. La presenza del neonato è indescrivibile. Dice debolezza e dipendenza. E' una presenza muta perché non dice niente, però sommamente espressiva perché chiede attenzione continua. Nel contemplare il neonato nel suo silenzio ci sentiamo interrogati sul mistero dell'esistenza e della bellezza, ci accorgiamo che nascere è un miracolo. Il silenzio del neonato è fragile, spesso interrotto da un gemito, ma che ispira tranquillità e purezza di cuore. E' un silenzio che interroga fino in fondo chi lo ascolta.

**\*Il Silenzio dei morti** - Il silenzio dei morti è il silenzio per definizione, allo stato puro, senza interruzione, freddo, terribile, sconcertante, indefinito. Il silenzio dei morti ci obbliga a pensare alla nostra morte e alla speranza del dopo morte. La visione di un cadavere è un'esperienza terribilmente angosciante. Ci dice che la vita non è perenne, non è eterna, ma ha limiti temporali e circoscritti. Vedere questo nel volto glaciale del morto è una lezione estremamente positiva per la persona. La visione della morte ci fa prendere coscienza della fragilità del nostro essere e delle nostre parole. In definitiva possiamo dire che il silenzio è il nostro destino. Il silenzio dei morti ci obbliga ad affrontare la vita e il

tempo limitato che viviamo in modo completamente diverso fuggendo uno stile di vita che si immerge solo nelle cose, o a fare quello che fa la massa, o ad affogare la propria vita nelle chiacchiere! Il silenzio dei morti invece accelera un'esistenza che va verso l'autenticità, ci fa prendere più seriamente ogni momento della nostra vita. Se la vita non è eterna, bisognerà approfittare di ogni momento per vivere in pienezza e trasmettere amore agli altri. Chi ha contemplato in silenzio il volto di un morto e, soprattutto, quello di una persona amata sa che la vita non è un gioco ma una possibilità unica e irripetibile, che merita di essere vissuta con tutta l'intensità, con tutta la serietà possibile. In conclusione il silenzio dei morti obbliga a pensare, obbliga a riflettere sul senso della propria vita e sul valore dell'esistenza. E' il silenzio per antonomasia, perché è il silenzio più puro, più aspro e più indecifrabile.

Guardiamo la nostra vita e in particolare la nostra vita spirituale. Con onestà e sincerità consideriamo le scelte che il vangelo ci chiede e le difficoltà a compierle. Nel vero silenzio scopriremo Dio che parla decisamente al nostro io e in questo suo parlare c'è la forza per compiere ed agire da credenti.

Rafforziamo le ginocchia vacillanti lungo il cammino, il Signore ci ama.

don Vittorio

**Vi chiedo di prendere nota accuratamente e di trasmettere agli altri i seguenti AVVISI:**

- *Pellegrinaggio a Medjugorje dal 16 al 19 aprile con aereo. Prenotazioni in corso.*
- *Giornate di Condivisione 28-29-30 giugno 2013: prenotarsi da Enzo e Imma. Ricordo che il tema è: "Sospiriamo... desiderosi di rivestirci del nostro corpo celeste" (2Cor 5,2): cominciate a mettere in moto la fantasia dello Spirito Santo.*
- *Famiglie San Mattia: il fine settimana è 19-20-21 luglio 2013. Le famiglie che hanno dato la loro disponibilità devono pagare a Maurizio Perna almeno il soggiorno nel residence. Stiamo poi vedendo di fittare dei pullmini per muoverci con più tranquillità. La partenza sarà Venerdì 19 mattina. Le reliquie di San Mattia apostolo ci attendono. GIORNALINO DEL CUORE: vai sul sito [www.sanmattiaonlus.it](http://www.sanmattiaonlus.it) e iscriviti alla mailing list per ricevere sulla tua casella di posta elettronica il Giornalino del Cuore.*