

STEPHAN LEIMGRUBER

**SPIRITO SANTO,
SOFFIA SU DI NOI!**

*Piccola introduzione
alla vita spirituale*

Queriniana

Prefazione

“Spira in noi, Spirito Santo!” è una *Piccola introduzione alla vita spirituale*. Viene dagli anni trascorsi come padre spirituale nel seminario St. Beat a Lucerna (2014-2017). Il mio compito principale era quello di cercare tracce e configurare elementi di una vita spirituale con cristiane e cristiani giovani e variamente esperti in questo campo. Si trattava di preparare studenti di teologia, candidati al sacerdozio o futuri teologhe e teologi laici a un servizio futuro nella cura d’anime generale o specifica per categorie in una società plurale, con caratteristiche ecumeniche e interreligiose. Una sfida particolare era rappresentata dalla capacità di trovare la tranquillità e percepire il respiro di Dio muovendo da una vita quotidiana frenetica. Lo scopo era quello di condurre una vita a partire dallo Spirito di Dio, con il suo respiro e di orientare di conseguenza il quotidiano. Oggi, i compiti della cura d’anime sono molteplici, le richieste poste ad una pastorale che si estende

alle generazioni sono elevate, per cui occorre una buona preparazione per questo servizio!

Nei sabati e domeniche di riflessione, negli esercizi e nelle giornate di ritiro, non da ultimo, nei dialoghi di accompagnamento spirituale, abbiamo puntato sugli elementi essenziali della vita cristiana, disponendo anche di celebrazioni liturgiche, di tempi di preghiera e di momenti di silenzio per configurare il tutto in modo vivo e stimolante. Nel corso degli anni abbiamo scoperto che la tradizione cristiana contiene ricchi tesori di vita spirituale – sia come contenuti (per esempio, i Salmi, le grandi preghiere) sia come forme e metodi (ad esempio, la meditazione della Scrittura, la preghiera di Gesù, la preghiera di affettuosa attenzione). Abbiamo scoperto le tradizioni degli ordini religiosi fino a giungere a Taizé, il “monastero” ecumenico, e i santi eminenti, che ci offrono nuovi stimoli nel cammino e rafforzano la nostra speranza. Abbiamo gettato uno sguardo sul patrimonio spirituale delle grandi religioni non cristiane, che possono ulteriormente arricchirci. Più riflettevamo insieme sulla vita spirituale, più mi appariva evidente quanto è difficile una vita spirituale ai nostri giorni, perché in alcune persone esiste solo una socializzazione religiosa-cristiana frammentaria, mentre altre sono formate da essa. Altre sono disposte ad aderirvi e a configurarsi a questa in modo creativo. Molte ne traggono nuove forze. Perciò, questa introduzione è rivolta anzitutto agli studenti, ai teologi di oggi e alle teologhe di domani, e alle/agli

insegnanti di religione e poi a tutti coloro che si interessano alla vita spirituale. Questa *Piccola introduzione* vorrebbe mettere a disposizione il materiale per percepire sempre in un mondo secolare il respiro dello Spirito e ancorarsi nel mistero del Dio triuno. Perciò il libro è dedicato a tutti coloro che vogliono percorrere un cammino spirituale in vista del servizio di cura delle anime.

Ebrei, cristiani e musulmani condividono la convinzione che Dio ha creato l'essere umano dotandolo di libertà e dignità. La *Genesi* racconta in un linguaggio simbolico come Dio plasmò l'uomo dalla polvere del suolo e abbia soffiato nelle sue narici un alito di vita, «e l'uomo divenne un essere vivente» (*Gen 2,7*)¹. Dio diede un' "anima" e uno "spirito" all'essere umano, affinché potesse rispondere e condurre una vita responsabile. Anche il *Corano* conosce lo Spirito di Dio. Nella *Notte del destino*² venne donato con la discesa del *Corano* come "Spirito di santità" a tutti i credenti, specialmente ai profeti e quindi anche a Gesù:

«In verità esso [il Corano] è davvero ciò che il Signore dei mondi ha rivelato, è sceso con esso lo Spirito fedele, sul cuore tuo, affinché tu fossi un ammonitore in lingua araba

¹ Le citazioni sono tratte da *La sacra Bibbia*, a cura della Conferenza episcopale italiana, 2008.

² [*Laylat al-Qadr*, è la notte in cui viene rivelato il *Corano*. Cade nelle ultime dieci notti del *ramadān*, il "mese caldo" o del digiuno].

esplicita» (*sūra* 26, 192-195)³. – «A Gesù, figlio di Maria, abbiamo dato prove chiare e lo abbiamo coadiuvato con lo Spirito di santità» (*sūra* 2, 253).

Lo Spirito Santo di Dio è affidato ai devoti a Dio come «guida e buona novella» (*sūra* 16, 102). È un sostegno nella fede e nella vita. Lo Spirito di Dio riempia quindi tutti coloro che si aprono alla sua azione. Sant'Agostino ha composto una preghiera allo Spirito Santo molto ricca di contenuti che nel XX secolo è stata compendiata in tre strofe e un ritornello. Collochiamo questo canto come preghiera allo Spirito di Dio, che è per così dire il respiro di Dio, sopra questa *Piccola introduzione alla vita spirituale*:

Ritornello: Spira in noi, Spirito Santo, brucia in noi, Spirito Santo.

Opera in noi Spirito Santo. Respiro di Dio, vieni!

1. Vieni Tu Spirito, penetra in noi. Vieni Tu Spirito, dimora in noi.
Vieni Tu Spirito, vivificaci. Noi Ti desideriamo! (*Ritornello*)
2. Vieni Tu Spirito di santità, vieni Tu Spirito di verità.
Vieni Tu Spirito dell'amore, noi Ti desideriamo! (*Ritornello*)
3. Vieni Tu Spirito, unificaci, vieni Tu Spirito, riempici!
Vieni Tu Spirito e ricreaci, noi Ti desideriamo! (*Ritornello*).

³ Cf. *Il Corano*, Testo arabo con la versione letterale integrale, UTET, Torino 2006.

In realtà, all'inizio di tutti gli sforzi per condurre una vita spirituale, animata dallo Spirito, c'è la preghiera al respiro dello Spirito creatore di Dio. Il suo Spirito ci vivifichi, perché noi non possiamo organizzare o realizzare una vita spirituale né con le nostre forze né con lo sforzo personale, ma solo con la grazia di Dio alla quale ci apriamo. Grazia è un altro termine, ma assolutamente equivalente, al termine "Spirito". Perciò la grazia di Dio vivifichi e riscaldi tutti coloro che sperano nel suo soffio.

Questa introduzione alla vita spirituale si muove attraverso i seguenti *passi*: si apre (*Premessa*) con un primo approccio a ciò che costituisce e caratterizza la vita spirituale. Iniziamo con una scoperta della spiritualità su sfondo cristiano e individuiamo dei segni distintivi, quali il carattere di dono, la definizione da parte dello Spirito Santo e l'orientamento a Gesù Cristo come quintessenza della rivelazione. Non si cerca alcuna contrapposizione con la vita nel mondo, ma una vita rilassata e tranquilla nel cuore del mondo. Vengono marcate le differenze consapevoli rispetto alle priorità del mondo. Il *capitolo 1* tratta, anzitutto, degli *ostacoli esterni* alla vita spirituale, come la secolarizzazione e la pluralità della società, anche con la confusione, la discrepanza e la perdita di una pretesa di verità chiara e assoluta. Fanno seguito poi alcuni *impedimenti interni*, che ci opprimono e rendono più difficile una vita spirituale: l'agitazione e la fretta, il dipendere dall'informazione e dal riconoscimento da parte di altri, l'incapacità che abbiamo

di aprirci al mistero del mondo e a lasciare che lo Spirito soffi. Spesso facciamo fatica pure a condurre e organizzare una vita spirituale continuativa, perché vorremmo essere raggiungibili e disponibili ventiquattro ore su ventiquattro.

Il *capitolo 2* ricorda i segni distintivi di una vita spirituale e di una testimonianza cristiana praticabili ai nostri giorni. A questi appartengono l'apertura e la disponibilità a imparare, la vigilanza e l'attenzione, il rallentamento e la disponibilità a rientrare in sé stessi. E poi è richiesta una fede onnicomprensiva, fondata bio-psicosocialmente come sviluppo dell'essere-cristiano spirituale, che permette un credere incarnato con tutti i sensi, la conservazione del silenzio e della solitudine, da cui scaturisce l'ascolto e la focalizzazione sull'essenziale. Il capitolo termina con alcune considerazioni sulla relazione fra vita spirituale e agenda politica e su un'ottica specifica di genere. Il *capitolo 3* tematizza i fondamenti della vita spirituale: l'atteggiamento fondamentale del ringraziamento e lo stare ancorati in Dio, l'orientarsi a Gesù Cristo, salvatore e redentore; non da ultimo, la dimensione ecclesiale-comunitaria e la relazione con l'eucaristia quale nutrimento e consolidamento della vita spirituale. Qui sarebbero da considerare in modo più ampio le tradizioni degli ordini religiosi, cosa che abbiamo fatto solo marginalmente.

Il *capitolo 4* compendia gli atteggiamenti essenziali di una vita spirituale: libertà da intenzioni, una illimitata assenza di preoccupazioni, una percezione il più possi-

bile libera da pregiudizi, la capacità di gustare le cose, accettazione di sé stessi, la disponibilità alla riconciliazione compresa l'autocritica. Sulla scia di Ignazio di Loyola (1491-1556), bisogna considerare soprattutto tre capacità fondamentali: discernimento degli spiriti, ricerca di Dio "in ogni cosa", e un rapporto esistente con Cristo. Il *capitolo 5* rivolge l'attenzione alla preghiera, che occupa un posto centrale nella vita spirituale. Nel corso di esercizi abbiamo sperimentato che la preghiera è tanto più intensa quanto meno parole si usano e quanto più si fa spazio al silenzio. Tuttavia presenteremo varie forme di preghiera, da quelle spontanee legate alla propria biografia a quelle comunitarie.

Oggi, gli esercizi spirituali sono una pratica discussa della vita spirituale (*capitolo 6*). Si obietta che nella meditazione in una casa di formazione succede ben poco e che solo le interazioni e le nuove esperienze permetterebbero di avanzare. Il fatto di ritirarsi servirebbe a poco. Tuttavia l'esperienza dimostra che si ascolta il linguaggio del cuore soprattutto nel silenzio, naturalmente insieme a un accompagnamento spirituale. Gli esercizi sono particolarmente opportuni di fronte a decisioni importanti, a svolte nella vita e ad altri cambiamenti profondi. Anche regolari esercizi spirituali ogni anno possono offrire un fruttuoso rinnovamento spirituale e risultare significativi e utili. Una prima forma sono gli "esercizi nel quotidiano" (*capitolo 7*), che abbiamo sperimentato con gli studenti sempre nel

me di novembre. Dopo alcune difficoltà iniziali – «non trovo il tempo per questo!» – molti riescono a gustare questi esercizi nel silenzio in pieno giorno: in cucina, in camera e persino nel tragitto all'università o del ritorno a casa. Nel frattempo si è elaborata una solida struttura con quattro elementi, che si è dimostrata valida per molti: *a)* esercizio in silenzio; *b)* preghiera di affettuosa attenzione; *c)* incontro con il gruppo; e *d)* accompagnamento spirituale. La nostra *Piccola introduzione alla vita spirituale* termina (*capitolo 8*) con alcune “grandi preghiere” e brevi commenti, domande personali facoltative per la riflessione alla fine di ciascun capitolo, un'appendice con una bibliografia, un indice dei nomi, degli argomenti e dei passi biblici.

Questo volume ha richiesto molto lavoro. Sono occorse varie rielaborazioni per assicurare la vicinanza al lettore e il suo profitto spirituale. Per me, il passaggio dalla pedagogia della religione all'università alla cura d'anime, in generale, e all'accompagnamento spirituale è stato un'avventura appassionante. Ne è valsa la pena ed è stato salutare. È rimasto vivo in me l'interesse per i processi di apprendimento religioso e spirituale, anche se ora l'accento principale cade sulla vita spirituale.

Stephan Leimgruber