

MARTIN LAIRD

**NELLA TERRA
DEL SILENZIO**

*Una guida
alla pratica cristiana
della contemplazione*

Queriniana

Introduzione

Dio, nostra patria

Fuggiamo dunque verso la patria diletta.
AGOSTINO, De civitate Dei

Siamo fatti per la contemplazione. Questo libro parla di come coltivare le abilità necessarie per questa che è tra le più sottili, semplici e profonde tra le arti spirituali. La comunione con Dio nel silenzio del proprio cuore è una capacità donata da Dio, così come al rododendro è data la capacità di fiorire, agli uccellini la capacità di volare, al bambino la capacità di gioia e di abbandono dimentico di sé. Se la grazia di Dio che infonde e semplifica la generosità vitale delle nostre esistenze non consuma questa capacità mentre siamo in vita, allora le braccia con cui Dio stesso ci stringe a sé quando entriamo nel mistero trasformativo della morte lo faranno sicuramente. Questo Dio-che-si-dà, l'Essere del nostro essere, la Vita della nostra vita, sussume in se stesso due dati dell'esistenza umana: che siamo fatti per essere in comunione con lui, e che tutti andiamo incontro alla morte.

Può avvenire che scopriamo quell'*unum necessarium*, «la sola cosa di cui c'è bisogno» (*Luca* 10,42), durante il tempo che è dato alla nostra vita, oppure può essere che questa realizzazione giunga a noi come al tolstoiano Ivan Ilych che, finalmente riconciliatosi con la sua vita triste e deformata così da potersi avvicinare alla morte, esclama con la gioia di una grande scoperta: «Ma la morte? Dov'è essa? Nemmeno la morte c'è più»¹. Dio è la nostra patria, e il bisogno umano di avere una casa trova dimora in lui. Come afferma sant'Agostino: «Fuggiamo dunque verso la patria diletta; là c'è il Padre, là c'è tutto»².

Questo libro risponde ad una preoccupazione pratica, ponendosi come guida e incoraggiamento per chi cerca di aumentare la propria familiarità con Dio nostra patria, che costituisce il fondamento stesso nel nostro essere. Nei suoi *Spunti d'amore*, san Giovanni della Croce scrive: «Una sola parola disse il Padre, è il suo Figlio; e questa parola la pronuncia sempre in eterno silenzio, per cui in silenzio dev'essere anche ascoltata dall'anima»³. E nella sua *Epistola* 7, il religioso spagnolo

¹ L. TOLSTOJ, *Racconti e novelle (1852-1886)*, a cura di E. Bazzarelli, Mursia, Milano 1967, 959, *passim*.

² AGOSTINO D'IPPONA, *La città di Dio*, IX, 17. Agostino sta probabilmente citando PLOTINO, *Enneadi* I, 6, 8.

³ GIOVANNI DELLA CROCE, *Spunti di amore raccolti in Beas*, 21 [ed. it. in ID., *Tutte le opere*, a cura di P.L. Boracco, Bompiani, Milano 2010, 133].

scrive che «il bisogno più grande che abbiamo è di stare in silenzio di fronte a questo grande Dio [...]; l'unica lingua che egli sente è quella dell'amore silenzioso»⁴. Il silenzio è per noi una necessità urgente: per udire Dio che parla nel silenzio eterno è necessario il silenzio, e il nostro silenzio è necessario perché Dio ci senta. Il silenzio è necessario perché, come scrive senza mezzi termini Maggie Ross: «La salvezza dipende dal silenzio (*Salvation is about silence*)»⁵.

Questi silenzi reciproci costituiscono il territorio della terra del silenzio che, però, a differenza di altri paesaggi o territori, non può contare su di una mappa definita. Questo rammenta Giovanni della Croce, uno dei più grandi cartografi della vita spirituale, avviando il proprio tentativo di mappatura del silenzio nella *Salita del Monte Carmelo*. All'inizio dell'opera, egli delinea per noi uno schizzo dell'argomento principale del libro, descrivendo il Monte Carmelo come una montagna spirituale, un simbolo dall'anima. Nello schizzo, non troppo lontano dalla base della montagna, scrive: «Da qui in poi non c'è strada, perché per il giusto non c'è legge; egli è legge per se stesso»⁶. Non è che Giovanni

⁴ ID., *Lettere*, 7 [ed. it. cit.].

⁵ M. ROSS, *The Fountain and the Furnace. The Way of Tears and Fire*, Paulist Press, Mahwah/NJ 1987, 17.

⁶ GIOVANNI DELLA CROCE, *Salita del Monte Carmelo*, 148 [ed. it. cit.].

della Croce proponga uno stile di vita privo di regole, in cui ognuno possa fare ciò che gli aggrada; al contrario, le sue parole si riferiscono alla natura del silenzio, di cui è intrinsecamente impossibile svolgere una mappatura. La seguente poesia di Pauline Matarasso, intitolata *Inside Out*, cattura l'essenza della natura del silenzio:

Guardo verso il silenzio.
Non è, come avevo sentito, una cima
con appigli naturali e i ramponi
lasciati da migliori scalatori.

[...]

Contrariamente a quanto dicono, non c'è mappa
(forse parlano di un altro luogo),
c'è solo l'abbandono...⁷.

Entriamo nella terra del silenzio con il silenzio dell'abbandono, e non c'è mappa per questo silenzio che è abbandono. Ci sono, però, abilità grazie alle quali impariamo a disporci all'abbandono e a scoprire così la terra inesplorata del silenzio. Inoltre, c'è il sostegno dei nostri compagni di pellegrinaggio, ancora vivi o già morti, la cui sapienza giunge fino a noi per mezzo di innumerevoli scritti e di innumerevoli atti di compassione, che ci insegnano cosa significa camminare «nella fede e non in

⁷ P. MATARASSO, *The Price of Admission*, Broughton House Books, Cambridge 2005, 72.

visione» (2 *Corinzi* 5,7). Questo libro tratta di alcune di queste abilità e di come la tradizione cristiana suggerisce di coltivarle ricorrendo alla pratica del silenzio.

La pratica del silenzio, che chiamerò “pratica contemplativa” o semplicemente “pratica”, non si può ridurre ad una tecnica spirituale. Le tecniche vanno di gran moda al giorno d’oggi, anche perché suggeriscono che un certo tipo di controllo riesca a determinare un certo risultato. Queste tecniche una funzione ce l’hanno, chiaramente, ma è una funzione diversa da quella della pratica contemplativa. La differenza potrebbe sembrare lieve, ma è importante: una pratica spirituale ci dispone a lasciare che qualcosa accada. Per esempio, un giardiniere non “cresce” lui stesso le piante, ma pratica determinate competenze che facilitano la crescita delle piante, la quale di per sé va al di là del controllo del giardiniere. In modo simile, un marinaio non produce il vento che muove la barca, ma esercita casomai determinate abilità nautiche che gli permettono di catturare il dono del vento che lo riporta a casa; non c’è, però, niente che il marinaio possa fare per far sì che il vento soffi. Lo stesso è con la pratica contemplativa, che non è una tecnica, ma un’abilità. E l’abilità richiesta è quella del silenzio interiore.

Ci sono due pratiche contemplative di fondamentale importanza nella tradizione cristiana: la pratica dell’immobilità (chiamata anche meditazione, preghiera quieta,

preghiera contemplativa ecc.) e la pratica della vigilanza, o consapevolezza. Queste due abilità contemplative non sono state importate da altre tradizioni religiose, ma sono proprie della tradizione cristiana, che ci può insegnare molto su di loro. Sebbene anche altre tradizioni religiose abbiano molto da dire al riguardo, questo libro si mantiene all'interno della tradizione cristiana e si rivolge specialmente a coloro che cercano guida e ispirazione per il proprio cammino contemplativo all'interno di essa.

L'attenzione specifica di questo libro sarà sulle difficoltà pratiche che molti di noi sperimentano quando cercano di praticare il silenzio – sul caos interiore nella nostra mente, quel festino selvaggio di cui ci troviamo ad essere ospiti imbarazzati. Spesso, però, finché non proviamo a superare la soglia della porta del silenzio, non siamo nemmeno consapevoli del fatto che il caos interiore sia così predominante.

I primi due capitoli preparano il terreno per queste considerazioni pratiche. Il cap. 1 annuncia l'assunto fondamentale che l'unione con Dio non è qualcosa che dobbiamo cercare di acquisire, ma che Dio è già il fondamento stesso del nostro essere, e il punto è quello di prenderne coscienza nella nostra vita. Il cap. 2 propone un punto di vista sul perché la maggior parte di noi passa buona parte della propria vita più o meno nell'igno-

ranza di questo fatto. È precisamente la nostra mente caotica e rumorosa che ci mantiene nell'ignoranza della realtà profonda del fatto che Dio è il fondamento del nostro essere. L'ignoranza è pervasiva e ci rende come il proverbiale pescatore d'alto mare che passò tutta la vita a pescare pesciolini standosene inconsapevole sul dorso di una balena. I capitoli successivi trattano degli aspetti fondamentali della pratica contemplativa e della loro importanza nell'affrontare le sfide che nascono dall'emergere di emozioni afflittive e nel fronteggiare il mondo "pericolosamente divertente" delle distrazioni, anche le più sottili. Il punto di riferimento costante sarà il modo in cui la pratica contemplativa nutre il silenzio interiore, ci insegna l'arte dell'abbandono e ci aiuta a sperimentare le nostre difficoltà con maggiori chiarezza ed equilibrio.

Nelle pagine di questo libro utilizzerò numerose citazioni per collegare le difficoltà che tutti affrontiamo ad una tradizione vivente di sapienza. Spero, in questo modo, di mostrare che i santi e i sapienti della tradizione cristiana hanno provato gli stessi desideri e le stesse difficoltà che tutti noi sperimentiamo. Alcuni degli autori che citerò sono molto conosciuti, altri meno; alcuni sono antichi, altri contemporanei. Non solo possiamo trarre beneficio dalla loro sapienza, ma soprattutto vedremo che è proprio quando non ci tiriamo indietro di fronte

ai nostri momenti di debolezza, così come nei nostri momenti di chiarezza, che entriamo a far parte di quella stessa tradizione viva che ha animato quegli autori. Da un lato, la scoperta della terra del silenzio è profondamente personale e nessuno può scoprirla al nostro posto; dall'altro, essa è profondamente comunitaria: per quanto sembri paradossale, nessuno trova da solo la solitudine del silenzio interiore.

Dio è la nostra patria. Molte iniziative dominanti dei nostri tempi, però, sembrano esprimere la convinzione di sapere che cosa Dio pensi, quali terre Dio abbia dato ad alcuni, quali terre Dio abbia tolto ad altri. Ma queste sono terre di ideologia, terre di aggressione e di violenza, terre di egocentrismo tribale, che minacciano di prendere il posto della terra della speranza e della gloria, dirigendo tutta la pompa e l'importanza su di sé. Questo libro, al contrario, parte da un'antica visione cristiana secondo cui il fondamento di ogni terra è il silenzio in cui Dio dona *se stesso* semplicemente e perpetuamente (*Sapienza* 18,14s.). Il dono che Dio fa di sé si manifesta nella creazione, nel popolo di Dio, nell'ispirata, per quanto zoppicante, ricerca umana di una società giusta e si mostra più pienamente, nella visione cristiana, in Gesù Cristo. Questa è la patria a cui ciascun pellegrino spirituale viene costantemente chiamato – “chiamato verso casa”, come afferma sant'Agostino: «Richiamati dal tumulto esteriore alle gioie silenziose. [...] Perché

andar correndo alla ricerca di Colui che è presso di noi, se noi vogliamo stare presso di lui?»⁸.

Gioia e silenzio sono già dentro di noi, ma la scoperta di esse è preziosa al di là di ogni comparazione, come il poeta Ronald Stuart Thomas esprime nei versi seguenti, la cui semplicità potrebbe trarre in inganno:

Ma il silenzio nella mente
è quando meglio viviamo a distanza
d'udito da quel Silenzio che chiamiamo Dio...
È una presenza, allora,
i cui margini sono i nostri margini,
che ci chiama oltre, al di là
delle nostre misure⁹.

Questo silenzio è pervasivo; si diffonde nelle profondità più recondite dell'essere umano, i cui margini sono i margini di Dio, fino al più largo abbraccio della compassione umana. «Che fare», domanda Thomas, «se non avvicinarci ancora un poco a questa ubiquità, rimanendo fermi?»¹⁰. Incamminiamoci dunque verso casa, verso il silenzio della nostra profondità, «rimanendo fermi».

⁸ AGOSTINO D'IPPONA, *La Trinità*, VIII, 7, 11.

⁹ R.S. THOMAS, *AD*, in ID., *Collected Later Poems, 1988-2000*, Bloodaxe Books, Tarsset 2004, 118.

¹⁰ *Ibid.*