

Francesco: bene la diffusione della meditazione, ma non va persa la specificità cristiana

Non è un «ripiegamento» ma un «dialogo» con Gesù e se arrivano «la pace interiore, o la padronanza di noi stessi, o la lucidità sul cammino da intraprendere» sono «effetti collaterali»

La diffusione della meditazione anche «tra persone che non hanno una visione religiosa della vita» («giovani e adulti seduti in raccoglimento, in silenzio, con gli occhi socchiusi...») è «un fenomeno da guardare con favore», ma c'è una «specificità» cristiana «che non dev'essere cancellata», secondo papa Francesco, che all'udienza generale ha sottolineato che la meditazione cristiana non è un «ripiegamento» ma, guidata dallo Spirito Santo, porta al «dialogo» con Gesù e «se un'esperienza di preghiera ci dona la pace interiore, o la padronanza di noi stessi, o la lucidità sul cammino da intraprendere, questi risultati sono, per così dire, effetti collaterali della grazia della preghiera cristiana che è l'incontro» con il «salvatore».

«La pratica della meditazione ha ricevuto in questi anni una grande attenzione» ha detto Jorge Mario Bergoglio proseguendo, all'udienza generale, un ciclo di catechesi dedicato alla preghiera. «Di essa non parlano solamente i cristiani: esiste una pratica meditativa in pressoché tutte le religioni del mondo. Ma si tratta di un'attività diffusa anche tra persone che non hanno una visione religiosa della vita. Tutti abbiamo bisogno di meditare, di riflettere, di ritrovare noi stessi. È una dinamica umana. Soprattutto nel vorace mondo occidentale si cerca la meditazione perché essa rappresenta un argine elevato contro lo stress quotidiano e il vuoto che ovunque dilaga. Ecco, dunque, l'immagine di giovani e adulti seduti in raccoglimento, in silenzio, con gli occhi socchiusi... Cosa fanno queste persone? Meditano. È un fenomeno – ha sottolineato il Papa – da guardare con favore: infatti noi non siamo fatti per correre in continuazione, possediamo una vita interiore che non può sempre essere calpestata. Meditare è dunque un bisogno di tutti. Meditare per così dire assomiglierebbe a fermarsi e fare un respiro nella vita, fermarsi».

«Però – ha proseguito Francesco – ci accorgiamo che questa parola, una volta accolta in un contesto cristiano, assume una specificità che non dev'essere cancellata. Meditare è una dimensione umana, necessaria, ma meditare nel contesto cristiano va oltre. La grande porta attraverso la quale passa la

preghiera di un battezzato – lo ricordiamo ancora una volta – è Gesù Cristo. Per il cristiano la meditazione entra dalla porta di Gesù Cristo. Anche la pratica della meditazione segue questo sentiero. Il cristiano, quando prega, non aspira alla piena trasparenza di sé, non si mette in ricerca del nucleo più profondo del suo io, il cristiano cerca un'altra cosa, la preghiera del cristiano è anzitutto incontro con l'Altro con la A maiuscola: l'incontro col trascendente, con Dio. Se un'esperienza di preghiera ci dona la pace interiore, o la padronanza di noi stessi, o la lucidità sul cammino da intraprendere, questi risultati sono, per così dire, effetti collaterali della grazia della preghiera cristiana che è l'incontro con Gesù».

Sono tanti, ha detto ancora il Papa, i metodi di meditazione cristiana: «Alcuni molto sobri, altri più articolati; alcuni accentuano la dimensione intellettuale della persona, altri piuttosto quella affettiva ed emotiva. Sono metodi, tutti sono importanti e tutti sono degni di essere praticati, in quanto possono aiutare – ha scandito il papa – l'esperienza della fede a diventare un atto totale della persona: non prega solo la mente, prega tutto l'uomo, il totale della persona, non prega solo il sentimento, tutto». La «grazia della preghiera cristiana», ha proseguito, è che «Cristo non è lontano, ma è sempre in relazione con noi. Non c'è aspetto della sua persona divino-umana che non possa diventare per noi luogo di salvezza e di felicità. Ogni momento della vita terrena di Gesù, attraverso la grazia della preghiera, può diventare a noi contemporaneo. Grazie allo Spirito Santo, la guida, anche noi siamo presenti presso il fiume Giordano, quando Gesù vi si immerge per ricevere il battesimo. Anche noi siamo commensali alle nozze di Cana, quando Gesù dona il vino più buono per la felicità degli sposi».

È lo Spirito Santo che ci collega con questi misteri di Cristo perché nella contemplazione di Gesù facciamo l'esperienza della preghiera per unirci di più a lui. Anche noi assistiamo stupiti alle mille guarigioni compiute dal Maestro. E nella preghiera tutti noi siamo il lebbroso purificato, il cieco Bartimeo che riacquista la vista, Lazzaro che esce dal sepolcro... Anche noi siamo guariti nella preghiera, anche noi siamo risorti, perché la preghiera di meditazione, guidata dallo Spirito Santo, ci porta a rivivere questi misteri della vita di Cristo e a incontrarci con Cristo e dire "Abbi pietà di me", entrare in quel dialogo con Gesù. Non c'è pagina di Vangelo in cui non ci sia posto per noi. Meditare, per

noi cristiani, è un modo di incontrare Gesù. E così, solo così, di ritrovare noi stessi. Non è un ripiegamento su noi stessi – ha concluso il Papa – è andare da Gesù e da Gesù incontrare noi stessi guariti, risorti, forti per la grazia di Gesù, incontrare Gesù salvatore di tutti, anche di me, e questo grazie alla guida dello Spirito Santo».

Iacopo Scaramuzzi

Vatican Insider

29 Aprile 2021