



PARROCCHIA
MADONNA DI POMPEI
CATANZARO

La pace del cuore

CATECHESI
DI DON GAETANO ROCCA

MERCOLEDÌ 20
DICEMBRE 2023

ORE 18.30

NEI LOCALI PARROCCHIALI





La Pace del Cuore ***“.....nella luce della Natività”***

Parrocchia “MADONNA DI POMPEI”

Catanzaro

-20 Dicembre 2023-

Viviamo un'epoca d'inquietudine, d'ansie e di paure. Un Natale, quindi, sotto-tono sia per la sbiadita immagine che oramai portiamo di esso, sia per la contingenza storica fatta di guerre e di restrizioni. In questo tempo, allora la ricerca e la custodia della pace del cuore rappresentano quel traguardo che le nostre vite alla ricerca di senso, pur senza saperlo, tentano di raggiungere. Quello che diremo questa sera si inserisce pienamente nella tradizione della Chiesa e ci danno un'indicazione di un cammino che acquisterà senso passo dopo passo, percorrendolo personalmente mano nella mano con il Cristo. Come in altre situazioni qui, ancora di più vale quanto Egli stesso disse “Senza di me non potete fare nulla”. Lui solo è la pace vera, il riposo del nostro andare e del nostro cercare. Trovandolo Lui la sua pace “*dimorerà nei nostri cuori*”.

Innanzitutto smontiamo l'idea di una pace mielosa che abita nel nostro cuore. La pace del cuore è frutto di una lotta, di una fatica, non si può pensare di acquisirla o riceverla senza percorrere un cammino. Non è un'operazione di magia di qualche *fuffaguru* che imperano sui nostri social. Ciò per una ragione molto semplice e nello stesso tempo drammatica: il male vi si oppone con forza e decisione perché Dio “*dimora nella pace ed è nella pace che opera grandi cose*” (LORENZO SCUPOLI, presbitero, religioso e scrittore italiano, appartenente all'ordine dei Chierici Regolari Teatini, autore de *Il combattimento spirituale*, uno dei classici della spiritualità cattolica.). E' l'esperienza che ha fatto Gesù per primo, dalle tentazioni nel deserto sino alla croce e che i santi hanno vissuto altrettanto duramente sulla loro pelle. Ciò, però non deve spaventare, perché Cristo ha vinto peccato e morte, ha vinto anche il male e le tenebre. Vediamo allora alcuni “accorgimenti” per smascherare la tentazione e progredire verso l'approdo.

1. COMINCIARE.....

Spesso nella nostra vita cristiana accade che sbagliamo combattimento, che male orientiamo i nostri sforzi. Ci troviamo a combattere su di un terreno in cui il male ci ha condotto e sul quale può vincere e non là dove il combattimento è possibile con l'aiuto di Dio e dove, per questo, siamo sicuri di poter vincere. **Il primo passo, dunque, è capire dove condurre la lotta**, contro cosa è saggio combattere e dove orientare i nostri sforzi.

Il primo grande inganno su cui è necessario fare chiarezza è che il traguardo da raggiungere non è la perfezione, il non avere difetti o limiti, il non cadere mai, il non avere debolezze. Se combattessimo in questo orizzonte è certo che saremmo sconfitti ed ogni caduta, ogni peccato, ogni errore ci condurrebbe, immancabilmente, allo scoramento, alla delusione, ed alla fine all'abbandono della lotta. Il Signore conosce perfettamente le nostre debolezze e le nostre fatiche, il nostro limite Lui che si è fatto uomo e medico dell'uomo.

La vera lotta spirituale, invece, consiste nel non abbattersi, demoralizzarsi, turbarsi nel constatare la nostra debolezza ed il nostro errore. Perché è proprio quando sono debole che sono forte, bisogna dunque approfittare delle cadute per rialzarsi il più velocemente possibile.

Il primo obiettivo della lotta spirituale è *imparare a custodire il proprio cuore nella pace in tutte le circostanze, anche in caso di sconfitta.*

2. RAGIONI PER CUI SI PERDE LA PACE DEL CUORE

Il primo “campo di battaglia”, il luogo dove più facilmente si perde la pace del cuore è il pensiero, i pensieri. Ci scopriamo spesso ad opporre pensieri cattivi a pensieri buoni che ci aiutino a rasserenarci. Il punto di partenza indispensabile su questo fronte è questo: *tutte le ragioni che ci fanno perdere la pace del cuore sono cattive ragioni.* Questa certezza non proviene dall’esperienza umana, mondana, ma dalla fede in Colui che ci ha promesso che, laddove ci preoccupassimo del Regno di Dio, sarà Dio stesso a preoccuparsi di noi. (*Teresa d’Avila Jaques Philippe*). Cercare, e anche eventualmente trovare, la pace così come la dà il mondo non è né duraturo né saldo. Questa è una pace effimera che presto o tardi crolla (sicurezze economiche, affettive, sociali, di compromesso).

3. LÀ DOVE LA PACE ABITA

La pace interiore, al di là di qualunque accorgimento o tecnica deriva principalmente da un unico fattore: l’atteggiamento che abbiamo nei confronti di Dio. L’uomo che si oppone al dono di Dio, al suo amore, al suo desiderio di avere una relazione non avrà mai pace del cuore. Al contrario chi cerca Dio, cerca di portare altri a Lui, di testimoniare con la vita e con la parola è aperto al dono della pace. A queste due opposte situazioni corrisponde un antitetico atteggiamento da parte del Nemico. In Colui che è lontano da Dio instillerà una falsa pace, una apparente tranquillità (un’ assenza di conflitti interiori). Al contrario chi al Signore è vicino o desidera essergli vicino, sarà indotto in agitazione, in stati che portano alla perdita della pace: false paure, scrupoli etc. Dio, invece, conferma nella pace quanti si sono avvicinati al suo cuore e dona una sana inquietudine a coloro che ne sono lontani.

L’atteggiamento corretto, dunque, è quello dell’uomo di buona volontà che mantiene il suo animo stabile nell’amore a Dio. *La conditio sine qua non per avere e mantenere la pace del cuore è l’abituale determinazione a dire sì a Dio in ogni circostanza.* Ciò si traduce nell’allontanarsi da quanto ci allontana da Dio e nell’essere santamente inquieti nella tensione a corrispondere all’amore di Dio riconoscendone i segni. Questo è quanto Dio domanda: questo desiderio, questa tensione a Lui, al Suo amore. Non la realizzazione, ma la continua tensione verso, lo sguardo verso quell’orizzonte (*opzione di fondo*).

4. REAGIRE A QUANTO CI FA PERDERE LA PACE.

a. Non fiducia in Dio. Solitamente la pace si perde guardando al futuro: timore di perdere o non raggiungere qualche cosa o determinate situazioni di vita nostre o di coloro che amiamo, paura di non liberarsi mai da un pesante o faticoso passato o presente. Il vangelo di Matteo ci ricorda che: “Chi vorrà salvare la propria vita la perderà” dicendoci così che il modo certo per perdere la pace del cuore è la preoccupazione di “assicurare” la vita con le sole forze umane. Questo accade, principalmente, perché non si ha reale fiducia in Dio, nella possibilità che Egli intervenga nella concreta vita di tutti i giorni e che il futuro particolare di ognuno non gli interessi o, peggio, non gli appartenga. Questa

sfiducia è poi mascherata con un falso atteggiamento di maturità, capacità di assumere responsabilità, orgoglioso isolamento (*Ignacio Larrañaga: "Fa come se tutto dipendesse da te, sapendo che tutto dipende da Dio"*). Eppure un bambino non agisce così e non dubita mai del Padre. A motivo di un falso "dolorismo" e di un errata comprensione della croce di Cristo dubitiamo che Dio davvero ci possa rendere felici già qui ed ora (*Prima vocazione dell'uomo è la vocazione alla felicità*). Questa diffidenza è la traccia del peccato originale, ci accomuna tutti sino a farci dire o Io o Dio così come disse Adamo. Questo avviene, nella maggioranza dei casi, perché non siamo capaci di vedere Dio all'opera intorno a noi, nella nostra vita e ciò si verifica perché ribaltiamo l'ordine logico e teologico del nostro pensare ed agire. Desideriamo credere solo dopo aver visto. Il modo di agire e di pensare di Dio è, invece, opposto. Prima è necessario credere e poi si sperimenta la Provvidenza di Dio. Così i miracoli che Gesù ha fatto, così la vita dei santi: "Dio dona nella misura che noi attendiamo da Lui" scriveva S. Giovanni della Croce. Non credendo nella Provvidenza di Dio non se ne fa esperienza e non facendone esperienza non si crede. Abbandonandosi a Dio, invece, si scoprirà che Egli è molto più generoso delle nostre stesse aspettative!

- b. ***Paura della sofferenza.*** Abbandonarsi a Dio non significa non soffrire. Gesù ha mostrato con la sua vita, non solo con la morte di Croce, che la sofferenza è intrinseca nella natura umana.

Come reagire a questi e agli altri possibili fattori che nell'esperienza della vita ci fanno perdere la pace? Con uno sguardo su Cristo contemplativo. Esso è uno sguardo di fede e di amore su Gesù, senza troppe speculazioni intellettuali o ragionamenti né calcoli. Lo sguardo meravigliato ed amoroso del bambino. Con la frequentazione a Lui ed alla sua parola, piano piano, abiterà il nostro cuore e nello Spirito donerà quelle certezze che fuggono paure ed ansie. Non si tratta di un processo psicologico ma di un'esperienza che solo vivendola la si sperimenta. Evidentemente tanto più il cuore è abitato da altro tanto meno può essere abitato dallo Spirito. Ciò che non abbandoneremo – in senso spirituale, prima ancora che reale – continuerà a renderci inquieti. E' necessario lasciare tutto non per perdere tutto ma affinché Dio gestisca il necessario. E' infatti una delle tentazioni peggiori è quella di pensare che Dio chieda di distruggere o di togliere o perdere per sempre. La disponibilità che Dio chiede non è mai per la morte, ma per la vita. Se qualche cosa effettivamente sarà tolto sarà la cellula cancerosa, anche se tale non sembrava, ma che avrebbe alla lunga fatto ammalare ed ucciso tutto il corpo. E quando questo dovesse accadere, in un sereno abbandono al Signore, Egli non farà mancare la forza necessaria al distacco. (*san Francesco, camiciotto*) L'abbandono, in ogni caso, non è facile né naturale, è una grazia che deve essere chiesta a Dio che non la rifiuterà perché, certamente, essa è nel suo desiderio. Chiedere, dunque, con la fede di essere ascoltati e la perseveranza di chi sa che i tempi del Signore non sono i nostri.

- c. ***Mi manca qualche cosa.*** Una tentazione in questa fase si insinua facilmente: quella di pensare che ci manchi qualche cosa ora, nel nostro oggi, e che questo qualcosa non possa che bloccarci. E', appunto, una tentazione. Ogni momento abbiamo l'essenziale per crescere nella fede e spiritualmente. Se questo non ci è evidente la causa, molto probabilmente è dal cercare nel nostro guardare (*Ai tanti appelli della grazia: aiu tanti problemi eiu. Pensare alla sofferenza altrui relativizza la nostra*). L'essere centrati su se stessi, molto banalmente, è ciò che impedisce di essere centrati altrove, in Dio.

- d. **La sofferenza di chi amiamo.** Essa ci turba, sentiamo spesso impotenza nei confronti del male, fisico o spirituale, che assale i nostri cari. Il nodo da risolvere, in questi casi, è quale sia l'amore che proviamo per loro, se esso viene da Dio oppure no e, quindi, finisce per non essere amore. Se la sofferenza di cui parliamo è tale da farci perdere la pace del cuore ciò significa che il nostro amore non è ancora del tutto fondato in Dio. Ciò che vale per noi, infatti, vale anche per coloro che amiamo. La compassione, per essere autentica, deve essere radicata nell'amore (volere il bene secondo il cuore di Dio), altrimenti è radicata nel timore (avere paura della sofferenza in sé, di perdere qualche cosa o qualcuno). La preghiera, in questo caso, non è l'ultima possibilità, è il primo bene da cercare ed in cui perseverare. La vera compassione è, prima di tutto, comunicazione di pace che fonda la speranza e dona la serenità.
- e. **I difetti degli altri.** Senza dolcezza e tranquillità coloro che sono intorno a noi, a maggior ragione se limitati, non progrediranno mai. Solo lo Spirito è capace di condurre al Bene chi vi è lontano e lo Spirito non abita chi si adira e perde la pace a motivo delle mancanze altrui. Il buon proposito e la buona fede, in questi casi, non coprono alcunché, anzi sono abili maschere con cui il Male vanifica ogni sforzo. Più genericamente possiamo dire che un desiderio, che pare in sé eccellente, se ci fa perdere la pace non viene da Dio. Dobbiamo desiderare qualsiasi cosa, anche la conversione di altri, in modo tale che la mancata realizzazione di questo desiderio non ci faccia perdere la pace. Giova qui ricordare che la pace del cuore non è affatto quietismo ma la fiducia che, alla fine, Dio è Signore di tutto e tutto lui conduce. Di qui nasce l'esigenza di essere pazienti, sia con se stessi sia, soprattutto, con l'altro e gli altri da noi. Dio ama tanto me quanto quelle situazioni e persone che mi sono care e, dunque, perché volere anticipare i suoi tempi? Spesso ciò accade perché manchiamo di fiducia e, sottilmente, pensiamo di saperne più di lui. La verità è l'esatto opposto!
- f. **Il peccato, gli scrupoli.** Un criterio molto importante per guardare serenamente a se stessi è che non tutte le critiche mosse dalla nostra coscienza vengono dallo Spirito. Spesso hanno altra origine: orgoglio, vanagloria, erronea rappresentazione di se stessi e del bene. Di fronte al peccato ciò che è più grave non è il fatto in sé, l'azione o l'omissione, ma l'abbattimento che ne deriva. E' cresciuto spiritualmente non chi non pecca più ma chi si rialza subito dopo averlo fatto! In questi casi non ci si deve autopunire stando lontani da Dio, ma è l'esatto opposto quanto si deve fare. Cercare subito la pace del cuore facendolo riposare in Dio Amore.
- g. **Le decisioni da prendere.** Vi sono dei casi in cui la volontà di Dio è espressa, altri in cui – le decisioni di minor conto – non lo è così chiaramente o non lo è affatto. Facilmente si perde la pace nel desiderio di “fare la volontà di Dio”. Egli ci ha lasciati e ci lascia liberi, dunque non dobbiamo semplicemente fare quanto ci dice ma liberamente fare cercando la Sua volontà. Questo fa di noi persone libere ma non autosufficienti. E' importante il consiglio di altri, lo studio delle situazioni, la pazienza nell'attendere i risultati, la perseveranza nella ricerca. Questa è, prima di tutto, la volontà di Dio, il metodo che Dio desidera per chiunque. Scriveva suor Fuastina Kowalska che, una volta fatto tutto quanto si è detto con onestà che se l'indecisione permane: “[...] qualunque cosa io faccia andrà bene, visto che ho l'intenzione di fare del mio meglio” (“Non so se finora ho fatto poco o tanto nella mia vita, ma quello che ho fatto poco o tanto che sia,

l'ho fatto col cuore”, Antonia Gravina, metteva Alessandro sulla sua pagina FB). Dobbiamo accettare di poter sbagliare, e farlo ogni tanto non di proposito ovviamente, ci rende umili di fronte agli altri e ci ricorda che senza Dio non possiamo fare nulla, che senza di Lui il raccolto va disperso. Una classica tentazione del Maligno è quella di farci perseguire imprese belle e nobili ma totalmente fuori della nostra portata. Ciò allo scopo di scoraggiarci e di farci perdere la pace del cuore e la perseveranza nelle piccole imprese buone che quotidianamente portiamo avanti. La tentazione del non fare abbastanza per Dio o che quello che facciamo non lo facciamo per Lui è sempre in agguato: per smascherarla è sufficiente verificare se questi pensieri ci fanno perdere o no la pace del cuore.

5. REGOLE D'ORO.

E' perfetto colui che ama di più, non chi è perfetto! Saremo santi quando le nostre imperfezioni, incapacità e limiti saranno fonte di gioia e serenità nella fiducia e nell'abbraccio della misericordia di Dio.

Se non siamo capaci o non possiamo grandi cose non ci scoraggiamo, saremo certamente capaci di piccole ed è in quel poco che il Signore valuterà e premierà la nostra fedeltà. La pace con cui porteremo avanti la nostra quotidianità, con costanza ed amore, sarà il luogo dove il Signore ci incontrerà: ci ricorda S. Paolo, l'apostolo, il missionario, il sanguigno persecutore dei cristiani e poi lo zelante testimone del Cristo risorto sino agli estremi confini della terra che non bisogna *angustarsi per nulla ma esporre a Dio le nostre richieste con preghiere, suppliche e canti e ringraziamenti e la pace di Dio, che sorpassa ogni intelligenza, custodirà i vostri cuori ed i vostri pensieri in Cristo Gesù* (Lettera ai Filippesi 4, 6-7)

(testo ispirato, da JACQUES PHILIPPE, *La pace del cuore*, EDB)

A cura di Don Gaetano Rocca, Parroco di Madonna di Pompei in Catanzaro