**Terza settimana di Quaresima 2023. Sabato 18 marzo.**

*Affinché tale trasfigurazione si possa realizzare in noi quest’anno, vorrei proporre due “sentieri” da seguire per salire insieme a Gesù e giungere con Lui alla meta. Il primo fa riferimento all’imperativo che Dio Padre rivolge ai discepoli sul Tabor, mentre contemplano Gesù trasfigurato. La voce dalla nube dice: «Ascoltatelo» (Mt 17,5). Dunque la prima indicazione è molto chiara: ascoltare Gesù. La Quaresima è tempo di grazia nella misura in cui ci mettiamo in ascolto di Lui che ci parla.*

Continua la metafora della metamorfosi cristiana paragonata alla salita al Monte Tabor con Gesù. Per salire una montagna servono i sentieri e Papa Francesco ne indica due per salire sul monte del Signore.

Il primo sentiero è quello dell’ascolto. È una indicazione preziosa e importante. Ascoltare è l’inizio di ogni cammino di fede; non solo è l’inizio ma è anche il principio, cioè una scelta di fondo che si rinnova ogni volta. L’ascolto non finisce mai perché nella vita spirituale l’ascolto è come il respiro che, finché c’è vita, continua senza posa. Sembra semplice l’ascolto. In realtà esso suppone alcune scelte importanti che lo rendano possibile nella pratica e non solo a parole.

Alla radice dell’ascolto c’è l’interesse e il desiderio. Per ascoltare bisogna saper amare. Senza amore non si ascolta ma si ode soltanto. Udire non è sinonimo di ascoltare. Lo dice anche il proverbio: ‘Tu non ascolti perché le parole entrano da un orecchio ed escono dall’altro’.

Per questo l’ascolto del Signore Gesù parte sempre dal cuore e non dalle orecchie. A questo punto diventa difficile descrivere che cosa sia esattamente l’ascolto. Ognuno lo deve sperimentare di persona: non ci sono regole automatiche. Quello che possiamo indicare sono solo alcuni presupposti imprescindibili; quando essi sono messi in pratica inizia l’affascinante, e per buona parte indescrivibile, esperienza dell’ascolto.

Prima condizione è il silenzio. Senza reale, profondo silenzio si sentono tantissime cose ma non se ne ascolta nessuna. Il silenzio è prezioso per vivere da esseri umani ed è indispensabile per ‘stare con Gesù’. Fare silenzio. Sembra una cosa facile, eppure costa fatica ed possibile solo imparando ad avere il controllo di sé stessi e della propria fantasia. E qui entra il secondo elemento che è quello del tempo. Bisogna trovare il tempo da offrire in sacrificio al silenzio. La grandezza di una persona si misura solo dalla capacità di fare silenzio. Se si desse tempo al silenzio in modo sistematico come lo si offre a tante attività che sembrano impellenti, la vita di ciascuno di noi cambierebbe radicalmente.

La frase che sento ripetere più spesso è: ‘non c’è tempo’. Ma perché non c’è tempo? Siamo sicuri che tutto è cosi urgente? Che dobbiamo sempre ‘usare il tempo’ per fare ‘le cose’ e così non abbiamo tempo da perdere per il silenzio? Abbiamo paura di perdere tempo; eppure il segreto della vita bella e buona è proprio perdere tempo, cioè fare cose che ‘non servono’ per riempire il tempo. Ecco il punto: per noi la vita è riempire sempre il tempo di qualcosa e lo spazio di qualche rumore. L’ascolto muore. Se muore l’ascolto muoiono le relazioni affettive e muore la libertà. Senza questa bella umanità è impossibile salire il Monte con il Signore.

La fede trasmigra in una pedante, noiosa e quindi striminzita pratica religiosa.

Ecco la prima indicazione: decidere che il silenzio viene prima della palestra, della piscina, dell’ascolto della musica, della lettura del giornale, del lavoro, del fare la spesa, dello stare ore inutili al telefono, dell’affanno di andare controllare i messaggi e le notizie (per lo più inutili e spesso false) sul telefonino…. Il silenzio non è egoista e non vuole molto per sé; è prezioso come le medicine: ne basta poco tutti i giorni. È impossibile non avere 15/20 minuti al giorno, tutti giorni, in tutte le stagioni e in ogni temperie psicologica da offrire al silenzio. Poi si scopre che il silenzio ripaga di ogni sacrificio e non si può vivere senza.

Ma qui c’è il grande nemico del silenzio che sfodera tutte le sue armi e che spesso ci sovrasta: la paura del silenzio e del vuoto. Non è la fatica che spaventa (fare silenzio interiore è molto più faticoso di qualche ora di intenso lavoro), ma è la solitudine e doversi confrontare con sé stessi e dare un nome a ciò che abbiamo dentro di noi. Il silenzio vero (che non è l’assenza di rumore) costringe ad andare alla scoperta del proprio cuore: sei contenta/o della vita che fai? Da dove viene la tua ansia? Perché di affanni e ti preoccupi di tante cose? ma, soprattutto, chi sei e cosa vuoi veramente? Il silenzio ci accompagna nel ‘guazzabuglio’ del nostro cuore che ci appare spesso come un gran ripostiglio disordinato e pieno di tante cose.

A questo punto ci deve essere un passaggio decisivo: rotolarsi nelle cose accatastate nella vita oppure affidarsi al Signore? Inizia l’ascolto della voce che emerge, a poco a poco, nel silenzio e cominciamo a camminare…. Verso dove? Non è importante saperlo perché ormai sappiamo con Chi siamo in cammino; lui conosce sia il come che il quando e il dove ci sta portando.

Scopriamo che *‘E 'n la sua volontade è nostra pace: ell’è quel mare al qual tutto si move ciò ch'ella cria o che natura face’ (Dante, Paradiso III, 85)*