

DIOCESI DI PADOVA

*«Sei giorni faticherai...,
il settimo è il sabato del tuo Signore:
non farai alcun lavoro...»*

(Es 20, 9-10)

Lasciare il tempo a Dio

Ritiri spirituali per il presbiterio
anno pastorale 2005-2006

DOSSIER 2

contributi di:

Sergio De Marchi, Marcello Milani,
Sandro Panizzolo, Giuseppe Toffanello

a cura di:

Nicola Tonello

con la collaborazione di:

Pierluigi Barzon, Renato Marangoni, Giuseppe Zanon



Quaderni dell'Istituto San Luca
per la formazione permanente dei presbiteri
DIOCESI DI PADOVA

N. 7 - NOVEMBRE 2005

“Lasciare il tempo a Dio”. Con questa espressione si è cercato di interpretare e di commentare la citazione biblica di *Es 20,8*: *“Sei giorni faticherai e farai ogni tuo lavoro, ma il settimo giorno è sabato per il Signore tuo Dio”*.

Si tratta di un “comandamento”, una delle “dieci parole” che costituiscono l’alleanza tra Dio e il suo popolo. Anzi questa particolare “parola” che istituisce il “sabato” come giorno in cui cessare da ogni lavoro è fatta risalire dalla Scrittura all’evento creativo (cfr. *Gn 2,1-3*). Il Creatore stesso ne è all’origine, poiché egli *“benedisse il settimo giorno e lo santificò perché in esso cessò da ogni lavoro che creando aveva fatto”*.

Forse non siamo abbastanza consapevoli di come la Scrittura ci “rivela” il mistero della creazione. Non solo un certo stile di vita, ma anche una troppo scontata lettura dei testi biblici ci fanno dimenticare che è “creativo”, dunque “vitale”, far cessare il nostro lavoro e riposare. È richiesto dalla vita stessa, la cui dinamica è ritmata dall’agire e dal sostare. Ma è in gioco anche il nostro credere. Per il popolo di Dio, così come ci è narrato nell’AT, osservare il sabato è accettare la sovranità di Dio sulla vita e sulla storia. Così si esprime Enzo Bianchi:

Ogni sette giorni l’israelita rinuncia alla propria autonomia, a disporre della propria persona, per affermare la signoria di IHWH su di sé e quindi per rigettare la signoria di altri dei¹.

Possiamo parlare così di valore sacramentale che assume il giorno di sabato come momento di riposo nel ritmo settimanale dei giorni.

¹ ENZO BIANCHI, *Vivere la domenica*, Milano 2005, 33.

I nostri Vescovi nella nota pastorale *Il volto missionario delle parrocchie in un mondo che cambia* (cfr. n. 9) parlano di “strutture portanti dell’esistenza” e danno questo elenco: gli affetti, il lavoro, il riposo. Il riposo, dunque, è struttura portante dell’esistenza!

Siamo invitati ad una serena, ma anche coraggiosa verifica a riguardo.

Queste alcuni appunti già lasciano intendere che per un presbitero non è di poco conto interrogarsi e verificarsi attorno ai suoi tempi sabatici, al suo riposo. Si tratta di una scelta di vita e di libertà oltre cui si pone la scelta di Dio, signore del tempo.

Ecco, dunque, questo II dossier per accompagnare la ricerca “spirituale” del presbitero di Padova in questa seconda tappa di ritiro.

Il prete oggi, nella complessità culturale in cui è immerso e nel vorticoso movimento pastorale entro cui si trova, ha urgente bisogno di “lasciare il tempo a Dio”, di fare esperienza che è Lui il creatore.

Dare un tempo a Dio e vivere il “giorno del Signore” porta a riscoprire che ogni giorno è anche suo e che tutto il nostro operare si radica nel suo creare. Se ci chiedessimo il senso del riposo settimanale – qualsiasi possa essere – potremmo esprimerci così: lasciar fare a Dio e affidare a lui l’opera delle nostre mani.

Vivere il tempo del riposo secondo questo significato biblico comporta sul versante umano l’aprirsi di prospettive liberanti di vita. Sono significative queste parole di Moni Ovadia:

Tra queste Dieci Diciture vi è quella che chiede la santificazione del sabato, del giorno del riposo. Ma il sabato è molto più di un giorno per il riposo. Lo shabbath è il giorno della più radicale libertà dell’essere umano².

Il presente dossier, come il precedente, ci offre una varietà di contributi, ognuno dei quali mette a fuoco una prospettiva che aiuta a riscoprire il valore “spirituale” del riposo.

² MONI OVADIA, *Vai a te stesso*, Torino 2002, 157-158.

La **prima parte** ci permette di porre degli **sguardi sul tema**.

Marcello Milani, innanzitutto, offre delle piste bibliche per rispondere alla domanda fondamentale: che significa dare tempo a Dio? In chiave evangelica è evidenziato come il giorno del Signore è sempre il giorno dell’uomo liberato.

Sergio De Marchi suggerisce una contemplazione cristologia sul tempo: Gesù proprio perché annuncia e porta il regno di Dio vive il tempo della sua vicenda umana come “il tempo in cui lasciar fare a Dio”.

Giuseppe Toffanello ci aiuta ad immergerci nel vissuto quotidiano ricuperando quell’unità per cui “è dono il lavoro ed è dono il riposo”.

Sandro Panizzolo offre una triplice prospettiva di riflessione teologico-spirituale, mostrando la valenza di gratuità del tempo del riposo, indicato come “tempo dell’agire di Dio” e poi “tempo di liberazione”, infine “tempo per la poesia”.

Alcune provocazioni alla riflessione concludono questi approfondimenti.

Nella **seconda parte** abbiamo nove proposte **per meditare**. Si tratta di pagine di vari autori che possono essere oggetto di meditazione come seconda lettura dell’Ufficio delle letture.

Nella **terza parte** qualche semplice spunto **per pregare**: uno di ispirazione biblica e l’altro di ispirazione religiosa.

Alla fine non resta che chiedere a Colui che ha santificato il settimo giorno di “benedire” il nostro riposo, perché sempre più sia contemplazione riconoscente del mistero della vita.

Padova, 7 novembre 2005

d. Renato Marangoni

prima parte

Sguardi sul tema

Il settimo è il sabato...

In ascolto della Sacra Scrittura

di Marcello Milani

Che significa dare tempo a Dio? E che cosa può indicarci l'esperienza ebraica del sabato? Evitare la fatica dalle tante opere o investire sulle persone? Sabato di "corsa" o di relazione con Dio e anche con le persone? Come lasciare il tempo a Dio. Come con le persone, tale sarà probabilmente la nostra relazione con Lui: fa parte del nostro stile quotidiano. È in questa direzione che vengono proposte queste osservazioni su alcuni testi riguardanti il sabato, partendo dal sabato di Dio e per Dio, fino al sabato dell'uomo e per l'uomo.

Si possono consultare: E. BIANCHI, *Vivere la domenica*, Rizzoli, Milano 2005; A.J. HESCHEL, *Il sabato. Il suo significato per l'uomo moderno*, Garzanti, Milano 2001.

Genesi 2,1-3: dal sabato di Dio

Questo primo testo, indiretto, sul sabato non riguarda l'uomo bensì Dio, che è sempre soggetto e, in tal modo, diventa modello di riferimento per il sabato dell'uomo. Nel settimo giorno [per lo scrupolo del riposo da ogni azione qualche codice corregge nel "sesto" giorno] Dio "portò a compimento la sua opera", il mondo (cielo e terra) riconosciuto "molto buono" (Gen 1,31), cioè perfetto, autentico suo capolavoro, «e cessò da ogni sua opera che aveva fatto» (*shabat*, Gen 2,1). "Cessare" è in parallelo con "perfezionare", il già perfetto diventa "finito", riceve una ulteriore rifinitura, staccandosi dalla propria opera, tralasciando l'operare e addentrandosi in una prolungata contemplazione, connotata nello stesso verbo

“compiere, finire”, dove non si opera ma si attua una relazione nuova mediante uno sguardo che dà senso e valore.

Perciò il salmista diventa altrettanto contemplativo per comprendere l’opera di Dio e ritrovare la sua posizione e armonia nel mondo (cfr. **Sal 8** che appare una sintesi meditativa di Gen 1 e trae forza dal “guardare”). Il cessare diventa sguardo, conoscenza, relazione, potremmo dire, interiorizzazione, fino a scoprire il messaggio non verbale del mondo su Dio stesso (“i cieli narrano la gloria di Dio”, **Sal 19**). Ben più di un riposo per recuperare le forze, il sabato diventa il giorno in cui, “a somiglianza di Dio”, l’uomo contempla l’opera delle proprie mani, ne indica il valore e impedisce che gli sfugga di mano; riflette sul significato del proprio lavoro come partecipazione e obbedienza all’opera di Dio Creatore, pensa alla sua dignità di fronte alla magnificenza divina e alla grandezza della sua opera. Questo giorno evita all’uomo il pericolo di scambiare il prodotto delle sue mani con il Creatore e di idolatrare la propria opera. “Violare il sabato” equivale ad adorare gli idoli, cioè sconfessare la fede nell’unico Dio e la sottomissione al Lui solo. Perciò l’*homo faber* completa la sua attività, ottiene la piena fecondità della sua opera, quando realizza la sua dimensione di *homo religiosus* contemplativo (cfr. Gb 28).

La perfezione del sabato si riversa nella *benedizione e santificazione*: «Dio benedisse e santificò il settimo giorno perché in esso aveva cessato da ogni sua opera che aveva creato operando». Il riposo non è passivo, bensì attivo: Dio benedice e santifica. Le benedizioni data all’uomo si estende al tempo che Dio riserva a sé: in forza della benedizione, sarà giorno fecondo, portatore di prosperità e sarà santo come Dio. Il riposo, per la tradizione ebraica, diventa allora, positivamente, segno di pace e felicità, senso di armonia con il mondo e gli uomini, in cui non si è turbati da dubbio e diffidenza, da contesa e rivalità, da lotta e paura, per la presenza di Dio che conduce (cfr. Sal 23,1-2). È il giorno della gratuità e del dono, giorno di *fešta* dalla fatica, anticipazione del regno in cui non ci saranno più bisogni e necessità della fatica per soddisfarli.

Benedicendo e santificando il giorno di sabato, Dio si fa presente e viene ad *abitare nel tempo*, oltre che nello spazio creato (la tradizione ebraica, gioca sulla assonanza tra *shabbat*/cessare e

shebet/abitare). Dà valore alla storia: questo giorno diventa la decima del tempo che l’uomo offre a Dio come riconoscimento che tutto il tempo è di Dio, e indirizza a Lui tutta la sua creazione e il suo impegno nel tempo. Così, per opera dell’uomo, tutto il cosmo ritorna a Dio suo Creatore, la casa preparata da Dio per l’uomo diviene “casa di Dio”, il “santuario” grande e perfetto orientato secondo il suo volere, sua abitazione tra gli uomini. Il tema del santuario non è estraneo a questo capitolo. Notiamo, infatti, i legami tra Gen 2,1-3 e i capitoli finali del libro dell’Esodo che tratta della costruzione del santuario: Es 35,1-3 parla della settimana e del riposo nel settimo giorno; in Gen 2,2 Dio finì nel settimo giorno l’opera / in Es 44,33 Mosè finì l’opera. Mentre il libro dell’Esodo esalta la presenza di Dio nel santuario terreno in mezzo a un popolo che, liberato dalla schiavitù, “servirà” il suo Signore con il riposo sabbatico, Gen 2,1-3 contempla il santuario cosmico, segno del Dio Creatore, la grande “casa” che ha come tetto il *raqi’a* o firmamento, per servire, ossia dare culto a Dio nel tempo e in ogni luogo, a partire dalla propria casa. Perciò Dio, che si fa presente in modo speciale nel culto e nel tempio, in futuro riempirà della sua santità e gloria (santifica) ogni spazio e tutto il tempo (cf Is 6,1-3). Così, mediante il sabato, senza sera e mattina, entriamo nel sapore dell’eternità. Se i cristiani daranno valore all’ottavo giorno, come inizio della nuova creazione e proiettata verso il suo “fine” o *eschaton/os* che è Dio stesso, il sabato ci getta pure in una prospettiva futura, radunando nello spazio liturgico il senso dell’eterno, caratteristica e dono di Dio.

Fin dalla creazione l’uomo ha in Dio un modello per il suo agire e per il suo riposo, come atto essenzialmente religioso, con motivazione teologica. In tale contesto si possono leggere altri testi sul sabato (cfr. Es 16,29-30; 23,12; 34,21), in particolare Es 20,8-10 e Dt 5,12-15 che raccolgono.

Es 20,8-11: il sabato e le ‘mirabilia Dei’ nel proprio tempo e spazio

«Ricordati del giorno di sabato per santificarlo. Sei giorni lavorerai e farai; ma il settimo giorno, sabato per il Signore tuo Dio, non farai opera alcuna né tuo figlio né tua figlia, né il tuo schiavo né la

tua schiava, né il tuo bestiame né il forestiero che dimora presso di te. Perché sei giorni il Signore ha fatto il cielo e la terra e il mare e quanto è in essi, e riposò (nuach) il settimo. Perciò il Signore benedisse e il settimo giorno e lo santificò».

Questo testo, inserito nelle “Dieci Parole”, accentua la dimensione teologica. L’opera umana deve assumere il ritmo dell’opera di Dio. Allora il primo verbo, “ricordati”, porta a rivivere e celebrare, mediante la *memoria*, i grandi eventi della creazione e della storia. Celebra la “nuova creazione”, tutta la creazione che Dio continua a “fare” nel tempo. Il credente vive e prende coscienza di tutto ciò, lasciando che mediante il “memoriale” Dio lavori in lui, lo ri-crei. In questo senso, Gesù, compiendo miracoli e guarendo in giorno di sabato, ricorda, testimonia e celebra la continua azione creante e sanante dell’amore di Dio nei confronti delle sue creature. Ci riporta alle grandi “mirabilia” che Dio opera in ciascuno (cfr. Lc 13,17), ogni giorno; non solo nei grandi momenti sacramentali, ma nella quotidiana sacramentalità, diffusa in tutta la vita e che il cristiano impara a riconoscere concretamente. Anche oggi Dio compie in me le sue meraviglie. Allora il sabato diventa giorno della rivelazione, dove Dio ci chiama come Mosè - la tradizione biblica ricorda che il “settimo giorno il Signore chiamò Mosè dalla nube” (Es 24,16) - per rivelarci il suo volere e la sua verità. E come il salmista ogni credente manifesterà e invocherà questa presenza e questa scoperta: «Questo è il giorno in cui il Signore ha operato, ralleghiamoci in Lui; donaci, Signore, la tua salvezza, donaci Signore la tua vittoria» (cfr. Sal 118 o 117).

È questo il modo di “rendere santo” il sabato. Per gli ebrei, questo giorno “è tutto santità”, impregnato della santità di Dio. Non perché “separato” dagli altri giorni, riservato a Dio, ma perché illumina il senso di tutti i giorni. La santificazione assume anche una dimensione umana o umanitaria sottolineata da altri testi, come Dt 5.

Dt 5,12-15 (cfr. Es 23,12): *sabato a dimensione umana*

«Osserva il giorno di sabato per santificarlo come comandò il Signore... È il sabato per il Signore.. Ricordati che sei stato schiavo nel paese d’Egitto...».

Il testo di Deuteronomio accentua la dimensione antropologica o

umanitaria, la liberazione dalla schiavitù. L’uomo, immagine di Dio, misura il ritmo del suo lavoro e del riposo come segno della sua libertà, in quanto non costretto a lavorare come gli schiavi. Si prolungherà nell’anno sabbatico con la liberazione e la remissione di tutti i debiti. Sarà segno dunque di solidarietà, fraternità, gratuità, giorno di libertà e liberazione.

Diviene importante a questo proposito un altro senso riconosciuto di “santificare”. Significa non separare o separarsi, ma il suo contrario, “avvicinarsi”. Quando si parla di santità occorre parlare di relazione, incontro, vicinanza e appartenenza, non di differenza e separazione (cfr. Gen 28; Es 3; Es 19 e Is 6). Il sabato diventa giorno in cui si presta particolare attenzione alla qualità delle relazioni, tra Dio e l’uomo e tra uomo e uomo. “Santificare” il sabato significa avvicinarsi a Dio, entrare in dialogo con lui, lasciarsi da lui avvicinare per essere liberati, ma anche prestare attenzione alla qualità delle relazioni: sarà sabato per Dio e sabato per l’uomo (cfr. Mc 22,27-28).

Favorisce questa attenzione la *memoria del limite*. Le interdizioni sabbatiche costringendo a delle rinunce, rinviano all’*essenziale*. Esse limitano il lavoro umano e questo è particolarmente significativo all’interno di una tradizione, come quella ebraica e cristiana, che valorizza il lavoro, ne comprende la nobiltà e chiede addirittura di amarlo: “Ama il lavoro!” (*Pirqué Avot* I,10). Il lavoro umanizza ma non deve schiavizzare. Allora astenersi dal lavoro significa completare l’opera di umanizzazione dei sei giorni precedenti. Gli ebrei sono limitati anche nello spazio – non devono uscire dal proprio centro abitato oltre un breve tratto. Al di là del precetto, il simbolo invita a prendere coscienza di ciò che si vive in famiglia, delle persone con cui si condivide la storia, ma anche di quello spazio corporeo che ognuno di noi è, del rapporto con gli oggetti che lo circondano e con gli spazi privati e pubblici in cui vive (cfr. E. BIANCHI, *Vivere la domenica*, pp.66s).

Allora il sabato diventa il giorno per eccellenza dell’amore misericordioso che Gesù mette in azione verso i malati guarendoli spiritualmente e fisicamente (Mt 12,1-14; Mc 2,27-3,6; Lc 6,6-12; 14,1-6). Sono gli incontri con la sofferenza umana che pongono segni di speranza: speso Gesù abbraccia (come il lebbroso) e dialoga con coloro che poi cura e guarisce. Per il Figlio dell’uomo essere “Signore del Sabato” non è disprezzare il riposo, ma indicarne il

significato più profondo, così come aveva commentato il Decalogo; significa imitare la giustizia e perfezione di Dio (Mt 5,48, cfr. vv.21-48). Il riposo è orientato alla nuova creazione, a mostrare la lealtà, la misericordia e la fedeltà di Dio verso l'uomo. Tra gli incontri può essere significativa la guarigione in giorno di sabato della "donna curva", anche se il racconto sembra meno lineare di altri (Lc 13,10-17). Da diciotto anni era incatenata da Satana mediante "uno spirito di malattia" e non poteva in alcun modo drizzarsi o non poteva alzare completamente la testa. Oltre al dolore fisico, il fatto di essere incurvata le impediva di accostare gli altri alla pari. Il libro di Daniele racconta che il re Nabucodonosor è condannato alla pazzia, costretto a vivere nel deserto (Dan 4). Separato e cacciato dagli uomini, vive come gli animali, rivolto alla terra. Solo alla fine, alzando gli occhi al cielo (4,31), ritorna diritto e contempla come un uomo; così liberato, recupera la sua condizione di sovrano e di uomo. In modo simile, Gesù annuncia alla donna: "Sei libera dalla tua infermità". La forza della parola e il contatto delle mani fanno raddrizzare schiena e testa, diventa libera, recupera la sua dignità, non è più umiliata e costretta a una vita da sottomessa. Ridiventa "figlia di Abramo", sciolta dal legame che la teneva schiava (v.16). Non il non lavoro, ma un incontro liberante, dona una nuova coscienza sabbatica. Gesù si pone nel pieno solco della tradizione profetica sulle osservanze religiose. Infatti, Isaia sembra non trovare quasi parole sufficienti per darne il senso autentico: la rottura e l'apertura. Rompere le catene ingiuste, slegare i legami, rinviare liberi gli oppressi, spezzare tutti i gioghi, dividere il pane con l'affamato, fino a donare se stessi (cfr. Is 58,1-7).

Il sabato diventa il giorno in cui i liberati, liberi per Dio sanno offrire liberazione. In tal senso, Gesù supera le tradizioni umane del semplice non fare o della pura distensione fisica o della semplice ricerca del mio "star bene".

Il sabato del tuo Signore

Una riflessione cristologica

di Sergio De Marchi

Gesù ha ridato la vista a Bartimeo e ha restituito la vita alla figlia di Giairo, ha riconciliato Zaccheo e chiamato Levi, il pubblicano... Non sono pochi quelli di cui i vangeli ci raccontano che egli ha guarito nel corpo e nell'anima, le persone per cui è stato la "porta" passando attraverso la quale sono state introdotte in una nuova e migliore esperienza della vita (Gv 10,9). Nondimeno, sono ancora i vangeli che, riportando il suo insegnamento in parabole, ci mostrano quanto egli sia consapevole che le sue parole e le sue azioni (grazie alle quali il regno di Dio già è stato seminato nei solchi della nostra storia ed ha iniziato ad affermarsi nel mondo) sono "un granellino di senapa che, quando viene seminato per terra, è il più piccolo di tutti i semi che sono sulla terra" (Mc 4,31).

Gesù sa bene dunque che è proprio tramite lui e il suo ministero che Dio è definitivamente venuto a regnare sul mondo, che Dio è venuto ad esercitare su di esso la sua signoria; appunto nel modo in cui Gesù la rappresenta e la fa sperimentare: come l'agire buono del Padre che libera i suoi figli dal male e si prende cura di loro. Sa però, in eguale misura, che il suo annuncio e la sua opera sono solo l'inizio, sono solo il seme. Da questo punto di vista, Gesù non nasconde lo scarto evidente tra la folla degli uomini e delle donne che hanno bisogno del suo aiuto (Mt 14,14) e il numero limitato che il suo ministero terreno effettivamente raggiunge. Capita, ad esempio che, quando i discepoli l'avvertono che a Cafarnao tutti lo cercano, risponda loro "Andiamocene altrove per i villaggi vicini, perché io predichi anche là (Mc 1,35-37).

Ma lo spazio di questo scarto è interamente occupato dalla certezza

di trovarsi nella condizione di “un uomo che getta il seme nella terra: dorma o vegli, di notte o di giorno, il seme germoglia e cresce” (Mc 4,26-27). Perché in esso è custodita e garantita una promessa - di una mietitura abbondante, di un grande albero - e il tempo che la separa dal suo compimento è fiduciosamente rimesso all’agire fedele di Dio, del Padre che “opera sempre” (Gv 5,17). Il ministero pubblico di Gesù, che corrisponde al tempo dell’azione (dell’andare, dell’incontrare, dell’insegnare, del guarire), corrisponde simultaneamente al tempo in cui egli mostra, in maniera inequivocabile, che *il regno è di Dio*, ed è perciò inseparabilmente il tempo in cui lasciar fare a lui. Nel misterioso intersecarsi dell’azione attenta e assidua alla quale Gesù si dedica, e del suo lasciare e invocare che il regno venga, Dio sta esercitando la signoria della sua bontà che salva. Non stupisce perciò che Gesù eviti qualsiasi pronostico circa il momento della fine, e anzi dichiarò apertamente che “quanto a quel giorno o a quell’ora, nessuno li conosce, neanche gli angeli del cielo, e neppure il Figlio, ma solo il Padre” (Mc 13,32). Non è di questo che si preoccupa: gli basta che lo sappia il Padre.

D’altra parte, nell’adempiere alla missione, Gesù non ne rivendica un monopolio esclusivo che, mentre impedirebbe a chiunque altro di prendervi parte, finirebbe per caricarlo del sentimento angosciato che tutto ricada su di lui. I discepoli che chiama a seguirlo affinché stiano con lui, sono gli stessi che partecipano al suo ministero annunciando la buona notizia del regno e cacciando i demoni (Mc 3,13-15).

Caduto nella terra, e ultimamente identico a Gesù, il chicco di grano dà infine il suo frutto pieno: nella feconda e completa coincidenza di una attività condotta al suo punto più elevato e non sottoposta ad alcuna costrizione (“Io offro la mia vita... Nessuno me la toglie”: Gv 10,18) e di un lasciare che tutto si compia (Gv 19,30) in grazia del gesto di un completo affidamento (“Padre, nelle tue mani consegno il mio spirito”: Lc 23,46).

Sei giorni lavorerai

Spunti di riflessione a partire dalla vita

di Giuseppe Toffanello

Questa mattina sono andato a far scuola in bicicletta. È un po’ rischioso, alla mia età, per le strade di Padova, e infatti una macchina mi ha tagliato la strada; se non avessi frenato in tempo sarei caduto. Anch’io, quando sono al volante, specialmente se sono stanco o mi sento in ritardo, commetto qualche imprudenza: per grazia di Dio il Signore mi ha protetto nelle cadute in bicicletta, ma mi ha anche custodito dal far male ad altri quand’ero al volante. Mi fa bene comunque muovermi in bicicletta, prendendomi un po’ più di tempo per arrivare alla meta: le lezioni, gli incontri che devo fare, diventano per strada più sciolti, più snelli, più ariosi, come se beneficiassero dell’aria, degli alberi, della strada, della natura, delle persone incontrate...

Qualche anno fa ho avuto qualche problema di salute e il medico mi ha prescritto un’ora di movimento al giorno, a piedi o in bicicletta. Mi ha spiegato che i primi quaranta minuti mi ci volevano per avviare il metabolismo. I frutti del movimento li ho visti, anche se non sono stato obbediente proprio fino in fondo: li ho visti fisicamente, ma ho notato che stavo meglio anche dentro. Era come se il metabolismo circolasse non solo nel corpo ma anche nei pensieri e nei sentimenti (e risentimenti): prendevano aria, scorrevano anche loro, lasciavano spazio al resto. Ho provato un senso di grande riconoscenza al Signore che ha donato a tutti una risorsa così naturale di equilibrio fisico e mentale. Una risorsa certamente naturale in altri tempi, quando la gente si muoveva a piedi; oggi sembra un po’ meno ‘naturale’, o meglio accessibile, con il ritmo veloce della nostra società, con il fascino della poltrona davanti alla televisione e la comodità della macchina: me ne accorgo ades-

so che ho meno urgente il problema fisico e ho lasciato un po' quell'ora di movimento di... 'riposo'.

Ma ho ringraziato il Signore non solo per il provvidenziale metabolismo, ma anche perché ha 'ordinato' il sabato, una giornata di sosta dal lavoro, un riposo per tutti. Non riesco a prendermi una giornata di riposo alla settimana, ma avverto chiaramente quando lascio del tempo al 'riposo' e quando 'produco' e non mi lascio (o non mi è lasciato) il tempo di riposare, di fermarmi, di stare (specialmente di 'mollare' le preoccupazioni eccessive, affidandole a chi 'compie' salvezza, Dio). È tutta un'altra qualità fare le cose lasciando loro il tempo di scorrere, di svolgersi nel tempo, di covare, direi di 'pregare' (dell'invocazione dello Spirito di cui parla Rm 8), e cioè di invocare il frutto da Dio, di sopportare le doglie per partorire.

Il Signore non ci ha dato le macchine, gli aerei, i telefoni, il computer... Il tempo che il Signore ha inventato non è quello chiamato 'reale' dai mezzi di comunicazione: il tempo reale è riservato alla risurrezione di Gesù, a una giornata che in Luca non finisce mai e dove Gesù è presente in più posti in pochissimo tempo. Il tempo che il Signore ha creato per la nostra storia mortale è tutt'altro rispetto al tempo della risurrezione; esso richiede... 'tempo', ed è proprio per questo che è molto più 'reale' del cosiddetto 'tempo reale'. Esso infatti permette di accostare la realtà, di avvicinarle con rispetto, con affetto, con pazienza, di prepararcisi, di desiderarla abbastanza a lungo, di gustarla, di masticarla, e di assaporarla poi, di digerirla, di ricordarla. E permette di 'lasciare' le cose visute, lentamente, ogni volta che ci avviamo a qualcosa di nuovo o una nuova realtà ci chiama. I sentimenti o i risentimenti hanno bisogno di tempo per 'passare'. Dio ha creato le distanze tra le cose e le persone, ed è salutare che il tempo non corra troppo veloce e non divori tutto. E che il tempo venga restituito a Lui perché Lui purifichi, ri-formi, faccia maturare e fruttificare...

C'è una bella diversità tra quando sto sempre preoccupato e in attività, in tensione, e quando invece mi preoccupo e 'lavoro sei giorni' soltanto e poi lascio a Dio di completare l'opera nel 'settimo giorno', perché quello che passa per le mie mani è il Regno, è opera sua: è lui che opera le opere sue e io non le voglio espro-

priare (e a volte quanto tempo mi ci vuole per mollargliele, se mi ci sono installato dentro io!). Il Regno richiede che io lasci fare a Lui, che gli restituisca il settimo giorno. Forse non un giorno alla settimana, ma sicuramente ogni giorno, lasciando a lui lo spazio che è salutare.

Nella nostra società veneta mi pare di notare delle sproporzioni nel ritmo lavoro-riposo. Non parlo solo dei cristiani, ma anche i cristiani ne sono coinvolti. E anche i preti. C'è una fetta grossa della popolazione che lavora tanto, con pochissimo riposo, e ci sono quelli che riposano molto e lavorano poco. Chi lavora tanto può farlo con molto piacere e buone soddisfazioni oppure con un grande senso di costrizione, di frustrazione, senza soddisfazione: i primi un po' anche 'riposano' nel lavoro (ci son di quelli che nel lavoro riescono a liberarsi di problemi da cui sono assillati nel tempo libero, per cui preferiscono darsi molto da fare), i secondi non riposano mai (ci son di quelli che anzi invadono il tempo libero con le tensioni che vengono loro dal lavoro). Chi riposa molto può farlo in modo dichiarato (qualcuno anche un po' vantandosene) o perdendo un sacco di tempo in piccoli impegni, senza mai accorgersi che in realtà lavora poco.

A delle persone quindi riesce di vivere il lavoro, o certi momenti del lavoro, un po' come anche un 'riposo', per cui quando poi mangiano, quando dormono, quando stanno in famiglia, quando pregano pregano... In molte situazioni a noi preti riesce di vivere il lavoro in qualche modo anche ricevendolo come dono, con una specie di riconoscenza diffusa, o consegnandolo, affidandone i frutti al Signore..., e il loro lavoro è un po' anche 'riposo sabbatico'. Ma ci sono situazioni in cui il lavoro (sia che lavoriamo molto sia che lavoriamo poco) ci invade tutta la vita, per cui non siamo mai in quello che stiamo facendo..., e allora anche i rari momenti di riposo concesso (le cene in compagnia di amici, l'uscita con la parrocchia, il pranzo fraterno, le visite in famiglia, la preghiera personale o collettiva, la messa, il riposo pomeridiano o il sonno...) non sono 'riposo sabbatico', non affidano al Signore, non lasciano andare, non purificano, non guariscono...

Un giovane austriaco che vive in Italia, fidanzato di una ragazza

italiana, a cena con gli amici di lei che un po' si lamentavano dei preti veneti, ha detto che possiamo essere contenti dei nostri preti, per quello che ha visto lui, paragonandoli ai preti del suo paese. Forse esagerava anche lui, ma mi ha molto colpito questo; forse esageriamo un po' anche noi ad essere così duri con i preti di casa nostra. Molti preti lavorano proprio, e molto. Ma proprio per questo, per conservare questa nostra tradizione di lavoratori, ci serve accogliere meglio la dimensione del riposo, come dono che ci viene da Dio, dono di guarigione, di affidamento, che entra in ogni cosa che facciamo o in ogni cosa cui diciamo di no perché non ce la facciamo col tempo. Restituire a Dio il tempo e il lavoro che compiamo mi pare un compito sano del nostro tempo, per noi preti veneti.

In questo credo ci sia una 'pazienza' da coltivare, finché non troviamo le modalità giuste. Pazienza di chi lavora troppo e ha l'impressione che altri si prendano troppi riposi e 'corregge' con un po' di impazienza sbottando; pazienza di chi si cerca tempi di riposo e non trova comprensione o solidarietà nella gente o in altri preti; pazienza in chi si accorge di ricavarci riposi surretizi perché si vergogna di dire che riposa; pazienza in chi si sente sempre stanco e senza soddisfazione nel lavoro e teme di essere ulteriormente giudicato se si prende dei tempi di recupero...

Non è sempre questione di tempi fisici di riposo, il recupero secondo me è ritrovare unità, per cui è dono il lavoro ed è dono il riposo, è servizio il lavoro e può diventare servizio il riposo, ad altri serve il nostro lavoro ma anche l'invocare e l'affidare a Dio il frutto. Per me è un modo di lavorare e non solo un modo di riposare.

Il dono del sabato

Riflessione teologico-spirituale

di Sandro Panizzolo

I rabbini erano soliti trasmettere ai loro discepoli l'atteggiamento di amore e di venerazione nei confronti del sabato con questo piccolo racconto: *Dio disse a Mosè: Mosè, io possiedo nella mia tesoreria un dono prezioso che si chiama sabato e lo voglio regalare ad Israele (Besah, 16a).*

Questo dono si colloca nel contesto degli altri giorni della settimana; è il loro punto d'arrivo e, proprio per questo, giorno in cui comprendere meglio il significato profondo delle cose, alzare lo sguardo al Creatore, gustare in pienezza la vita, la comunione, la gioia.

Questo giorno è stato spostato dai cristiani al primo della settimana, in ricordo della Risurrezione di Gesù, tuttavia il significato che esso aveva per l'Antico Popolo rimane anche per il Nuovo.

Di più, il senso del giorno di festa all'interno della settimana ci aiuta ad illuminare anche il senso del tempo gratuito all'interno di ogni giorno.

1. Il settimo giorno è il tempo dell'agire di Dio

L'uomo, pur essendo il re del creato, è tuttavia relegato all'imperfezione del sesto giorno. Il sei, infatti, nella mistica dei numeri, dice limite e imperfezione. Attraverso l'osservanza del sabato e, per estensione, attraverso l'uso del tempo gratuito, l'uomo entra nella perfezione di Dio, pregustando così il "riposo" definitivo e perfetto della comunione con Dio e con i fratelli. "L'interruzione del ritmo spesso opprimente delle occupazioni esprime, con il lin-

guaggio plastico della 'novità' e del 'distacco', il riconoscimento della dipendenza propria e del cosmo da Dio. *Tutto è di Dio!* Il giorno del Signore torna continuamente ad affermare questo principio. Il 'sabato' è stato perciò suggestivamente interpretato come un elemento qualificante in quella sorta di 'architettura sacra' del tempo che caratterizza la rivelazione biblica. E sta a ricordare che *a Dio appartengono il cosmo e la storia*, e l'uomo non può dedicarsi alla sua opera di collaboratore del Creatore nel mondo, senza prendere costantemente coscienza di questa verità" (GIOVANNI PAOLO II, Lettera apostolica *Dies domini* [31 maggio 1998] n. 15). Egli diviene collaboratore di Dio Creatore nella misura in cui lascia spazio all'agire di Dio, si lascia ri-creare da Lui.

I cristiani, consapevoli del tempo nuovo e definitivo inaugurato da Cristo, hanno assunto come festivo il primo giorno dopo il sabato, il giorno della Risurrezione, compimento del Sabato della Creazione. In esso, in modo particolarmente denso nella celebrazione dell'Eucaristia, Dio continua a fare nuove tutte le cose e a costituire in unità i suoi figli dispersi.

Innestato nell'Eucaristia, tutto il tempo diventa così prima di tutto il tempo dell'agire di Dio, il tempo dell'accoglienza del suo dono.

2. Il settimo giorno è tempo di liberazione

Mosè, nel Libro del *Deuteronomio* 5, 15, comanda al buon Israelita: "Ricordati che sei stato schiavo nel paese d'Egitto e che il Signore tuo Dio ti ha fatto uscire di là con mano potente e braccio teso; perciò il Signore tuo Dio ti ordina di osservare il sabato". In questa rilettura del *Deuteronomio*, il sabato diventa il giorno in cui Israele deve ricordarsi che il suo Dio è un Dio liberatore, il quale pose fine a una dura schiavitù e continua a porsi contro tutte le potenze che continuano ad opprimere il suo popolo.

Oggi, il primo giorno di ogni settimana il tempo gratuito di ogni giorno, ci vengono dati perché ritroviamo la nostra libertà di fronte a un carico di studio o di lavoro che altrimenti potrebbe essere schiacciante e oppressivo. La società consumista infatti ci condanna, se ne seguiamo la logica, ad essere sgobboni gaudenti, a lavora-

re sempre di più per poterci permettere consumi sempre più raffinati e mantenere così efficiente il ciclo produttivo. Per noi preti ciò significa considerarci indispensabili e onnipotenti, sempre impegnati a fare qualcosa, perennemente in corsa da un'attività all'altra. E intanto la vita passa, ci sfugge dalle mani, senza che riusciamo a gustarla in tutta la sua fragranza e bellezza.

3. Il settimo giorno è tempo per la poesia

Il poeta Baudelaire ha scritto un verso che ci colpisce come una freccia. Dice: *Noi vogliamo, tanto ci arde quel fuoco il cervello,/ affondare giù nell'abisso, Inferno o Cielo, che importa?! Al fondo dell'Ignoto per trovare/qualcosa di nuovo.*

Il primo giorno di ogni settimana e/o il tempo gratuito di ogni giorno, ci permettono di evadere dalle nostre "Alcatraz" mentali e sociali, dall'ergastolo del banale e del superficiale e contemplare lo spessore della vita, sognare, creare. Proviamo a metterci per qualche istante nei panni del protagonista del "Lungo viaggio verso la notte" di Eugene O'Neill: *Giacevo rivolto a poppa, con l'acqua che spumeggiava sotto di me e gli alberi che con ogni vela bianca al chiaro di luna torreggiavano alti sopra di me. Divenni ebbro per la bellezza, per la sonorità ritmica della scena, e per un momento perdetti me stesso. In realtà perdetti la mia vita. Ero libero! Mi dissolsi nel mare, divenni vele bianche e spruzzi volteggianti. Divenni bellezza e ritmo, divenni il chiaro di luna e la barca e l'alto cielo pieno di pallide stelle! Senza passato o futuro, ero nella pace, nell'unità, in una gioia selvaggia, in qualcosa di più della mia stessa vita, o della vita dell'uomo, nella Vita in se stessa! In Dio, se volete metterla in questa maniera... come quando i veli delle cose sembrano tirati via da una mano invisibile.*

Per togliere i veli delle cose c'è bisogno di silenzio. Dal silenzio nasce la contemplazione, la poesia, la filosofia, la scoperta del vero ordine delle cose. Tu ci dici, o Signore: *Io faccio tutto con abbondanza. Semino le ore a profusione. Il tempo scorre minuto per minuto, notte e giorno, in ogni spazio e in ogni stagione. Ma pochi conoscono il suo valore, molti si lasciano sfuggire le sue ricchezze*

(J. GUITTON, *Pagine per giovani*, Massimo, Milano 1965, p. 22). Tu hai inventato il primo giorno della settimana, il tempo gratuito, per permetterci di essere tutti filosofi e poeti, per darci la possibilità di andare al midollo delle cose. Quanto a noi, è urgente che ritroviamo il tempo per guardare le stelle, passeggiare nel bosco o ascoltare il vento. Allora sentiremo probabilmente un intimo smarrimento: sarà il primo passo che ci introdurrà nel Mistero.

Per riflettere

1. Il settimo è il sabato

“Dare tempo a Dio” indica una qualità da assumere e con cui caratterizzare il tempo che ci è dato. L’uomo è posto, “a somiglianza di Dio”, di fronte alla sua stessa opera per contemplarla.

- *Come riusciamo nel vortice della vita odierna staccare da ogni opera compiuta per contemplarla nella sua “bellezza” originaria, scoprendola dentro il progetto creatore di Dio?*
- *Anche nel ministero siamo invitati a staccarci da quanto abbiamo compiuto per riconoscere in esso un bene ricevuto e un dono da dare: troviamo il tempo nel ministero per tale riconoscimento?*

Dio continua a operare nella “quotidiana sacramentalità”.

- *Viviamo il sabato/riposo per ritrovare e riconoscere il senso del continuo e fedele operare di Dio?*
- *Siamo capaci di trovare il tempo per godere dell’opera che Dio ha compiuto?*

Il sabato è il giorno in cui Gesù svela il valore e il senso dell’operare di Dio.

- *Come sappiamo offrire gesti, segni e fermenti di liberazione nella vita ordinaria della comunità cristiana?*
- *Nel nostro riposo c’è l’attenzione alle persone concrete che attendono “liberazione”?*

2. Il sabato del tuo Signore

Gesù opera per mostrare che il regno di Dio si fa presente e opera nella vicenda umana.

- *Come concretamente “lasciamo fare a Dio” mentre esercitiamo il nostro ministero?*
- *Sappiamo vivere nella realtà lasciando che “tutto si compia”?*

3. Sei giorni lavorerai

Dio crea nel tempo...

- *Come ci avviciniamo alla realtà? con affetto? con pazienza? preparandoci ad essa e desiderandola anche a lungo?*
- *Di fronte alle situazioni di vita, anche quelle difficili e complicate del ministero, sappiamo ricordare, “digerire”, attendere, lasciare...?*

Quello che passa attraverso le nostre mani è opera di Dio. Forse nel ministero che esercitiamo ci riteniamo mandati da Dio e, di conseguenza, corriamo il rischio di “espropriare” le sue opere, di non mollargliele mai...

- *Riusciamo ogni giorno a giungere al “riposo”, a lasciar fare a Lui?*
- *Quali sono i momenti del nostro lavoro pastorale che dovremmo consegnare a Dio, perché a lui spetta di portarli a compimento?*

4. Il dono del sabato

Nel giorno del “sabato”, quando ogni lavoro cessa, è possibile gustare in pienezza la vita, la comunione, la gioia.

- *Viviamo l'Eucaristia domenicale come il tempo in cui Dio porta a compimento la sua opera e in essa le nostre azioni?*
- *I tempi del nostro lavorare prevedono l'accoglienza del suo dono?*

Il sabato per il popolo di Dio è memoria dell'essere stato liberato (cfr. Dt 5,15).

- *Siamo capaci di sentirci liberi di fronte ai carichi del ministero, del lavoro pastorale, delle cose da gestire?*
- *Riusciamo a fare passi di liberazione, sostando, gustando contemplando?*

Ci deve essere un tempo gratuito in cui fare poesia e filosofia per andare al midollo delle cose.

- *Coltiviamo quella gratuità del tempo per cui poter sognare, creare, contemplare, poetare e scendere nell'intimo delle cose?*
- *Quali banalizzazioni ci impediscono di riposare in silenzio e percepire il senso del nostro vivere?*

seconda parte

Per meditare

Essere distesi

*Robert Guelluy*³

Il canonico Guelluy, nato nel 1913, dal 1963 è professore all'università di Lovanio. Si interessa al metodo teologico: pur attribuendo il giusto valore al metodo deduttivo e razionale, pratica una teologia induttiva, dove trovano posto l'avvenimento, l'esperienza cristiana e la preghiera. Tutta la sua opera, come la sua predicazione, testimonia la tenerezza di Dio, nostro Creatore e nostro Padre, che si rivela in Gesù Cristo e suscita in noi la risposta della fede.

C'è distensione e distensione. Vi sono forme di riposo che affaticano, distrazioni che in realtà sono affanni, soste che logorano più del cammino. C'è il beneficio di poter essere piacevolmente se stessi, ma ci sono al contrario gli svaghi artificiali in cui ci si veste di un personaggio fittizio. C'è un «prendersi delle distrazioni» e un «essere distesi», come c'è un «fare dell'apostolato» e un «essere apostolo». Non dobbiamo far confusione: il cristianesimo è una religione di gente «distesa».

Vivere da cristiani vuol dire vivere sapendo di essere amati. La realtà più vera di tutte le nostre preoccupazioni - che ci occupano e ci affaticano più dello sforzo presente - è l'amore divino che guida il mondo.

Il Dio della nostra fede è un Dio che è venuto e che viene a noi, il cui amore è dietro e davanti a noi. Il Dio della nostra fede è colui che non cessa di esserci presente con tutto il suo cuore: come era in principio, ora e sempre.

³ ROBERT GUELLUY, *A l'écoute de Dieu*, Caterman 1962, 172-173.

È lui che ci chiede soprattutto il nostro abbandono. Ha preso in mano la nostra vita quando ci ha creato, l'ha ripresa in mano quando ci ha ricreato nel battesimo. Ci chiede di lasciarlo fare.

È quello che vi è di più essenziale nella fede e nella speranza. E questo essenziale implica la nostra accettazione. Siamo malati, o intellettualmente poco dotati, o deboli di volontà, abbiamo la sensazione di rovinare tutto? Il primo atteggiamento che si impone è di non disperare, né di irrigidirci rabbiosamente. In tutto questo, che a Dio è ben noto, egli compirà la sua opera se noi ci rimetteremo tranquillamente a lui. È la prima condizione di ogni collaborazione tra l'uomo e colui che attende da lui un'anima di fanciullo.

Abbiamo delle nobili ambizioni e riusciamo? Dobbiamo stare attenti a non prenderci sul serio, guardarci dall'attaccamento alle nostre idee e alla nostra volontà. Dio solo salva; noi non saremo affatto il Salvatore né per noi, né per gli altri!

Bisogna lasciare a Dio il privilegio di fare qualcosa con nulla! Non giochiamo al Creatore, non trasformiamo le topaie in montagne, né quando qualche ostacolo ci blocca, e nemmeno quando costruiamo qualcosa.

Bisogna stare attenti agli ostacoli e cercare di costruire, ma fare tutto con distensione. Il vero zelo è piacevole, lo sforzo veramente cristiano si attua nella serenità, il coraggio dei santi è senza ostinazione e senza smanie febbrili. Non si fa nulla di cristianamente grande se non nel distacco e nell'umiltà.

La distensione come momento formativo

*Amedeo Cencini*⁴

Se si vuole ritrovare una certa sintesi interiore si deve uscire da quella mentalità ascetica che privilegia (o privilegiava) in modo piuttosto unilaterale il lavoro indefesso, quello che conduce eroicamente l'apostolo a non aver più un briciolo di tempo per sé. E capire invece che è importante non solo garantire nella settimana i tempi del riposo psicofisico, ma entrare in una vera e propria *cultura della distensione*. Tale cultura o mentalità è fondamentale per la qualità della vita e per un progetto di formazione permanente. Il problema sarà vedere «quale» distensione. Senza presumere di dettare indicazioni valide per tutti, credo si possa partire col dire che con i ritmi a volte forsennati di lavoro che la pastorale oggi spesso sembra imporre, è indispensabile che nell'arco di sette giorni, per una mezza giornata vi sia il coraggio di «staccare», concedendosi un salutare riposo o dedicandosi a un tipo d'attività intelligenti e particolarmente gradite. Ma sia chiaro, non parliamo d'un riposo qualsiasi, né intendiamo fare la solita un po' paternalistica raccomandazione a preti e frati e suore di lavorare meno per non beccarsi l'infarto. Non ogni sosta lavorativa ha potere distensivo; c'è chi «riposandosi» s'innervosisce e finisce per non poter stare senza lavoro (o senza la droga del lavoro). Anche nel nostro ambiente, ove spesso c'è «poca contemplazione un bel po' d'azione, moltissima agitazione»⁵.

⁴ AMEDEO CENCINI, *Il respiro della vita. La grazia della formazione permanente*, San Paolo, Milano 2002, 122-127.

⁵ FRANCESCO LAMBIASI, *Giubileo finito? Il viaggio inizia ora*, in «Avvenire», 14/01/2001, 19.

D'altro canto il riposo non è solo la quindicina di giorni di ferie all'anno in montagna o al lago, ma deve diventare qual cosa che in qualche modo accompagna la vita di sempre, se non vogliamo diventare nevrastenici e intrattabili.

Ognuno ha il suo modo di distendersi, ovviamente, ma forse anch'esso, *anche il tipo di distensione preferita o la sua scelta può o dovrebbe esser oggetto di formazione (o di discernimento oculato), per divenire poi esso stesso momento di formazione, di formazione permanente.* Ogni vocazione ha il suo stile di vita, infatti, e dunque anche la sua distensione o un certo genere di distensioni. Quale? Quella, potremmo cominciare a dire, che riesce a metter insieme il dovere con... il piacere, il lavoro duro e ripetitivo con la creatività: ovvero la fedeltà ai propri valori, come si manifesta con il compimento abituale del proprio lavoro, con la ricerca di *qualcosa di nuovo e originale, d'insolito e non abituale per la persona, ma sempre orientato verso la medesima tensione valoriale.*

La routine stanca e annoia, esaurisce e impoverisce senza un intervallo autenticamente creativo e ricreativo; mentre ogni persona trova naturalmente gratificante, sempre continuando a perseguire i suoi ideali e progetti, cambiare ritmo e regime esistenziale, anche se per breve tempo, per una manciata di ore o per una mezza giornata. Ma lo *deve* fare, per il suo equilibrio psicologico e spirituale, e senza abdicare a questo diritto-dovere, magari consumando pigramente i suoi spazi liberi di fronte allo schermo televisivo perché questo, a lungo andare, annulla la sua creatività e le impedisce di trovare una distensione davvero ricreativa.

Ciò che distende, ripetiamo, non è il non far niente, ma scegliere un diversivo che mantenga inalterato il livello di coinvolgimento con l'ideale da raggiungere ma con modalità originali: tale diversivo *distende* perché sta a dire un modo differente di tendere verso gli stessi scopi, perché a volte consente di esprimere doti e abilità che forse il dovere quotidiano non consente allo stesso modo di manifestare, o perché - al contrario - fa scoprire alla persona capacità e caratteristiche in parte inedite, e dunque amplia gli spazi della sua libertà espressiva, o ancora perché purifica da

possibili squilibri o eccessi e riorienta correttamente il proprio modo di vivere o di fare apostolato. E questo allora non solo distende e rilassa, ma è *formativo e ri-creativo*. Purché l'individuo impari a cercare e trovare lì il proprio riposo e dunque anche un certo gusto. Magari un po' per volta.

Così, per un apostolo stacanovista che corre il rischio di sentirsi indispensabile come un salvatore della patria sarà psicologicamente distensivo e formativo fermarsi e... «fare il monaco» per mezza giornata ogni tanto (e accorgersi che il mondo va avanti lo stesso, mentre lui fa l'esperienza benedetta del servo inutile); o lo studioso che vive solo coi suoi libri si ricrea interiormente e recupera magari il senso del concreto e il gusto della relazione dando un po' di tempo a una qualche attività apostolica che lo metta in contatto con gli altri e gli sveli magari una sapienza nuova.

Ma pure il tipo tuttofare che deve arrivare ovunque e aver sempre l'agenda piena d'impegni, e gode quand'è chiamato al cellulare (specie se in pubblico), farebbe meglio ogni tanto a far due passi in libertà e imparare il gusto della riflessione silenziosa e della lettura anche un po' impegnativa, per cercare l'essenziale senza disperdersi in mille cose, e magari sorridere del suo narcisismo.

E ancora, chi tende un po' troppo a stare con la folla e a mettersi al centro dei rapporti, dovrà in tutti i modi «riposarsi» salvandosi uno spazio di quiete e silenzio per ritrovare raccoglimento e solitudine, e scoprire che il centro appartiene a Dio e che lui ha tutto l'interesse a stare in disparte; o sempre in questa linea, chi cerca eccessivamente la visibilità di sé ed è troppo sensibile *all'audience* e al gradimento altrui, dovrà necessariamente cominciare a sperimentare la libertà e la gioia che sono nascoste nel far il bene in silenzio, senza che nessuno lo sappia e ti ringrazi, solo godendo dello sguardo del Padre che vede nel segreto e ricompensa come nessun altro...

In fondo torna qui, in certa forma, la logica del rapporto tra tempo concentrato (che sarebbe, in tal caso, il tempo dell'identificazione con Cristo attraverso il proprio servizio particolare) e tempo disteso-narrativo (corrispondente al tempo intelligentemente distensivo). L'alternativa ricreativa e distensiva al proprio abituale lavoro è come una «variante su tema dato» che, dopo tutto,

consente d'esprimere meglio ciò che la persona crede e cui ha votato la propria vita: in qualche modo dunque lo racconta e rielabora creativamente, l'esplicita in forme diversificate e purificate, ne coglie l'anima e riesce forse a svelarne un'inedita bellezza...

Se oggi è in crisi proprio la fantasia pastorale, ciò potrebbe esser legato anche all'incapacità di cercare e trovare una intelligente distensione, o forse, a livello ancor più radicale, a una insufficiente connessione tra tempo concentrato e tempo disteso.

La cultura della distensione che qui proponiamo, infatti, è esattamente un possibile risvolto psicologico dell'invito di Gesù per chi è affaticato e oppresso a sperimentare la dolcezza del suo giogo e la leggerezza del suo carico (cfr. Mt 11,28-30).

Il Signore si riposò nell'intimo dell'uomo

Sant' Ambrogio di Milano ⁶

75. Ormai è tempo di porre fine al nostro discorso, perché è finito il sesto giorno e si è conclusa la creazione del mondo con la formazione di quel capolavoro ch'è l'uomo, il quale esercita il dominio su tutti gli esseri viventi ed è come il culmine dell'universo e la suprema bellezza d'ogni essere creato. Veramente dovremmo mantenere un reverente silenzio, poiché il Signore si riposò da ogni opera del mondo. Si riposò poi nell'intimo dell'uomo, si riposò nella sua mente e nel suo pensiero; infatti aveva creato l'uomo dotato di ragione, capace d'imitarlo, emulo delle sue virtù, bramoso delle grazie celesti. In queste sue doti riposa Iddio che ha detto: *O su chi riposerò, se non su chi è umile, tranquillo e teme le mie parole?*

76. Ringrazio il Signore Dio nostro che ha creato un'opera così meravigliosa nella quale trovare il suo riposo. Credè il cielo, e non leggo che si sia riposato; credè la terra, e non leggo che si sia riposato; credè il sole, la luna, le stelle, e non leggo che nemmeno allora si sia riposato; ma leggo che ha creato l'uomo e che a questo punto si è riposato, avendo un essere cui rimettere i peccati. O forse già allora si preannunciò il mistero della futura passione del Signore, col quale si rivelò che Cristo avrebbe riposato nell'uomo, egli che destinava a se stesso il riposo in un corpo umano per la redenzione dell'uomo, secondo quanto egli stesso affermò: *Io dormii e riposai e mi levai, perché il Signore mi ha accolto* (Sal 3,6). Infatti lo stesso Creatore si riposò. A lui onore,, gloria, perennità dai secoli e ora e sempre e per tutti i secoli dei secoli. Amen.

⁶ SANT'AMBROGIO, *Esamerone*, IX, 10, in OPERA OMNIA DI SANT'AMBROGIO, *I sei giorni della creazione*, Città Nuova - Biblioteca Ambrosiana, Roma 1979, 417-421.

Sapersi fermare

*Michel Quoist*⁷

Troppo spesso l'uomo moderno si trascina perché non ha più la possibilità, o non la sa più trovare, di fermarsi, di guardarsi per prendere coscienza di se stesso. Poiché vi ha sempre rinunciato, egli non osa neppure più raccogliersi, perché si troverebbe brutalmente messo di fronte a responsabilità che gli fanno paura. Correre gli dà l'impressione di vivere. In effetti egli si stordisce, fugge a se stesso e si condanna alla vita istintiva. Non è più uomo, ma bestia. Accettare di fermarsi è il primo atto che potrà permettergli di restituirsì a se stesso.

Se tu «spingi» sempre la tua macchina a forte velocità, logorerai il motore.

Se vivi continuamente «sotto pressione», il tuo corpo e il tuo spirito si consumeranno troppo presto.

Se continui a correre, non incontrerai più nessuno e, ciò che è più grave, non incontrerai più te stesso.

Se vuoi afferrare quello che di più profondo è in te, occorre che tu sappia fermarti.

Se mangi in piedi, digerisci male. Siediti.

Se pensi correndo, rifletti male. Siediti.

Non attendere che Dio ti fermi per prendere coscienza che tu esisti.

Sarebbe troppo tardi e non ne saresti più degno.

L'insegnante sopraffatto dai suoi allievi, vorrebbe andarsene dalla classe.

La massaia che ha «trascurato tutto», è scontenta della sua casa.

⁷ MICHEL QUOIST, *Riuscire. Suggestioni per una vita autenticamente cristiana*, SEI, Torino 1982¹³, 115-117.

L'uomo che non è più padrone di se stesso «si lascia andare», passa davanti alla porta senza mai osare di entrare in casa sua.

Se sei in ritardo col pagamento della pigione, non ti auguri di incontrare il padrone di casa.

Se per negligenza non hai visto un tuo amico da molto tempo, ti senti a disagio ed eviti di incontrarlo.

Se hai paura di fermarti, è perché hai paura di incontrarti, e se hai paura di incontrarti è perché non sei più in intimità con te stesso, non ti conosci più, temi i tuoi rimproveri e le tue esigenze.

Non hai tempo per sostare? Sii leale, vi sono sempre dei momenti di vuoto nelle tue attività. Non affrettarti a colmarli cercando il chiasso, un giornale, una conversazione, una presenza...

Quando aspetti dal parrucchiere, non precipitarti su una rivista. Fermati.

Sei nell'autobus, pigiato dalla folla, cullato dal brusìo anonimo. Interrompi il tuo fantasticare.

Il pranzo non è pronto, non uscire «un minuto» per vedere un amico. Fermati.

Quando puoi concederti un momento di silenzio, non mettere subito un disco. Fermati...

Se il nuotatore solleva la testa, è per «riprendere fiato».

Se l'automobilista si ferma davanti ad un distributore di benzina è per «fare il pieno».

Se ti fermi, è per prendere coscienza di te, riunire tutte le tue forze, riordinarle e dirigerle, al fine di impegnarti tutto intero nella tua vita.

Accettare di fermarsi, è accettare di guardare se stesso, e accettare di guardarsi, è già impegnarsi, perché è far penetrare lo spirito nell'interno della propria casa.

Non ti riconoscerai né ti comprenderai appieno se non nella Luce di Dio.

Non agirai efficacemente se non ti unisci all'Azione di Dio.

Quando dai appuntamento a te stesso, tu dai contemporaneamente un appuntamento al Signore.

Nel corso delle tue giornate, cogli tutte le occasioni che la vita ti offre per riafferrarti e comunicare con Dio:

l'attesa dell'autobus,

il motore della macchina che si scalda prima di mettersi in marcia,

tre minuti per cuocere l'uovo à *la coque*,

il latte che sta per bollire...

al telefono, quando la linea non è libera, il rosso del semaforo per istrada...

Non «ammazzare il tempo», per breve che sia, è un dono della Provvidenza; il Signore vi è presente. Egli t'invita alla riflessione e alla decisione per diventare più uomo!

Riposando nel Signore

*Timothy Radcliffe*⁸

Il nostro riposo nell'eterno Oggi di Dio si può distinguere da quello della generazione dell'Adesso da come noi guardiamo e siamo visti. Per tutti, tranne i ricchi e famosi, il divertimento coincide con l'essere spettatori. Guardiamo schermi: gli schermi delle televisioni, gli schermi del cinema, quelli dei nostri computer. Guardiamo ma non siamo visti. Una cosa è vera solo se appare sullo schermo. La televisione garantisce l'esistenza. Jean Baudrillard scrive: «Oggi viviamo nel mondo immaginario dello schermo, degli interfaccia, e delle reti. Tutte le nostre macchine sono schermi. Anche noi siamo divenuti schermi... Viviamo ovunque ormai in un'allucinazione "estetica" della realtà»⁹.

Spesso le comunità sono quelle dello spettacolo condiviso, dove si offre alle persone una comunità temporanea che guarda lo stesso spettacolo. Per alcuni può essere l'opera, per altri la partita di calcio. «Zygmunt Bauman le chiama "comunità del guardaroba", o "comunità carnevale". Dopo la fine dello spettacolo, si torna al guardaroba, si indossano gli abiti di sempre su quelli della festa, dell'occasione speciale, il vestito elegante da sera o la maglia sportiva, e si rientra a far parte della folla. In un certo senso, col sostituirsi alla comunità, suggerisce Bauman, si finisce col fraintenderla. Ci si disperde, invece di unificare l'energia inespressa del desiderio di socialità, e si contribuisce così alla perpetuazione della

⁸ MARIANO MAGRASSI – TIMOTHY RADCLIFFE, *L'anima della domenica*, EDB, Bologna 2005, 75-79.

⁹ Citato in J.RIFKIN, *The age of access. How the shift from ownership to access is transforming capitalism*, London 2000, 197. Traduzione italiana: *L'era dell'accesso. La rivoluzione della new economy*, Milano 2000.

solitudine, cercando disperatamente ma invano di rimediare, nei rari - e raramente concertati e armoniosi - riti collettivi». Nella sua essenza, questa era la critica di Marx nei confronti del cristianesimo. Assomigliano a questo le nostre eucaristie? Un breve spettacolo comune, che si unisce al canto degli inni, alla risata per le battute del predicatore, poi una rapida tazza di tè e via, di nuovo a immergersi in una giornata fredda e solitaria?

Lo spettatore moderno è un osservatore distaccato, che guarda criticamente, che si tiene in disparte e che si congeda rapidamente. È il distacco dell'osservatore scientifico. È il moderno «Io» dubbioso di Cartesio. Alle brutte, può diventare persino un guardone, che guarda ma non ha il coraggio di farsi vedere. Il pornografo è l'ultimo grado dello spettatore distaccato.

Quando siamo visibili, scegliamo il tipo di persona che vogliamo presentare alla gente. Scegliamo un'identità, un volto, che può cambiare a nostro piacimento...

L'aumento incredibile della *body art*, con tatuaggi, *piercing*, capelli colorati, ecc. suggerisce la cura con cui una persona si costruisce sulla scena della vita di ogni giorno, persino per andare a fare acquisti...

Il cristianesimo invita a un altro modo di vedere ed esser visti. Simeone va al tempio, e vede il bambino Gesù e trova il suo riposo. «Ora lascia Signore che il tuo servo vada in pace secondo la tua parola. Poiché i miei occhi hanno visto la salvezza preparata da te davanti a tutti i popoli, luce per illuminare le genti e gloria del tuo popolo Israele» (Lc 2,29-32). Simeone riposa alla vista del suo Signore. E noi crediamo che il nostro riposo ultimo lo troveremo quando fisseremo lo sguardo su Dio, nella visione beatifica. Ma noi riposiamo anche nell'essere visti. Troviamo la nostra pace nell'esser sotto lo sguardo di Dio. Il luogo ultimo della pace e della quiete è quello della reciproca visione.

Una delle più belle rappresentazioni di questo tipo che io conosca è *la Madonna con il canonico Van der Paele* di Jan Van Eyck a Bruges. Il canonico si è tolto gli occhiali, che aveva utilizzato per leggere un libro, cosicché i suoi occhi nudi possono posarsi sul bambino Gesù. Egli è appena passato da un certo modo di vedere, il modo moderno di leggere un libro, a un altro modo di vedere, lo

sguardo rivolto al volto del suo Signore. Gesù si gira verso di lui e lo guarda con un'intensità straordinaria. E la Madonna è là, anch'essa rivolta al canonico, come per mediare questo mutuo incontro di sguardi. Ella tiene il bambino di modo che egli possa guardare l'uomo, e lei stessa lo osserva. Sulla destra, san Giorgio presenta formalmente il canonico. Lo indica, ma guarda al bambino. Da un lato si scorge san Donaziano. Così l'intero dipinto appare come tenuto insieme da questi reciproci sguardi, tutti convergenti sul bambino.

Dunque il giorno del Signore è un tempo di riposo, anticipazione del nostro riposo ultimo. È un riposo nel quale entriamo imparando a vedere e a essere visti. Non siamo spettatori come nell'agitato mondo dello *show business*. È un'apertura calma e contemplativa dei nostri occhi perché vedano i segni operati dal Signore. È una visione riposante che ci rende persino capaci di vederci gli uni gli altri, e vedere così l'immagine di Dio.

Abbiamo perciò bisogno di momenti in cui fermarci e rilassarci non solo per recuperare le energie. Abbiamo bisogno del silenzio in cui possiamo aprire gli occhi e vedere le orme di Dio. Quando ero bambino passavo molto tempo a camminare nei boschi. Ho imparato a restare in silenzio, quasi a scomparire in modo da poter osservare gli uccelli, le volpi e il cervo. È un modo di vedere molto diverso da quello con cui si guarda lo schermo della televisione, del cinema o del computer. Il Salmo 45 dice «Stai in silenzio e conoscerai che io sono il Signore». È anche il silenzio di cui abbiamo bisogno se vogliamo vedere le immagini di Dio, gli uomini nostri simili. Simone Weil ha scritto: «I doni più preziosi non li otteniamo andandoli a cercare, ma aspettandoli. Questo modo di guardare è, in primo luogo, attento. L'anima si svuota del proprio contenuto per ricevere l'essere umano che sta guardando, così com'è, in tutta la sua verità»¹⁰.

¹⁰ SIMON WEIL, *L'attesa di Dio*, Rusconi, Milano 1999⁵, 169.

Abbiamo bisogno della quiete se vogliamo vedere il viso oltre la maschera, la bellezza dietro le rughe, l'anima oltre il volto. Abbiamo bisogno di rinfrescarci gli occhi, in modo che siano aperti a ciò che sta loro davanti, attenti alla bellezza, alla gioia e al dolore di quelli con cui viviamo. Così il giorno del Signore non sarà solo un tempo di astensione dal lavoro, ma un tempo per aprire gli occhi. Prendiamoci il tempo per osservare gli altri. Possiamo guardare i nostri amici, le nostre famiglie, i nostri fratelli e sorelle nell'Ordine. Apriamo gli occhi per vedere le gioie e le preoccupazioni degli uni e degli altri, scritte sui nostri volti. È anche un momento in cui lasciarsi vedere. Riposiamo sotto lo sguardo di Dio posato su di noi, come il canonico Van der Paele se ne sta quieto sotto lo sguardo di Gesù...

Dono per amare la vita

*Abraham Joshua Heschel*¹¹

Chi desidera entrare nella santità del giorno (di sabato) deve prima deporre la profanità e il chiasso del commercio, il giogo della fatica. Deve allontanarsi dallo stridore dei giorni dissonanti, dal nervosismo e dalla furia dell'acquisire e dal tradimento perpetrato nel prevaricare sulla sua stessa vita. Egli deve prendere congedo dal lavoro manuale e imparare a comprendere che il mondo è già stato creato e sopravviverà anche senza l'aiuto dell'uomo. Per sei giorni della settimana noi lottiamo con il mondo, spremendo profitto dalla terra; il Sabato ci interessiamo con cura speciale dei semi di eternità piantati nella nostra anima. Al mondo diamo le nostre mani, ma la nostra anima appartiene a Qualcun Altro. Per sei giorni della settimana noi cerchiamo di dominare il mondo, nel settimo giorno cerchiamo di dominare il nostro io.

Quando i Romani notarono con quale intransigenza gli Ebrei osservavano la legge di astenersi dal lavoro nel giorno di Sabato, la loro unica reazione fu il disprezzo. Secondo Giovenale, Seneca e altri, il Sabato era un segno dell'indolenza giudaica.

In difesa del Sabato, Filone, il portavoce degli Ebrei di lingua greca ad Alessandria, afferma: «In questo giorno ci viene comandato di astenerci da ogni lavoro, non già perché la legge inculchi la rilassatezza... Il suo obiettivo è invece di sollevare un po' l'uomo dalla continua e incessante fatica e, ristorando il suo corpo mediante un sistema di esenzioni ordinatamente calcolato, di farlo ritornare rinnovato alle sue precedenti attività, così come un intervallo per respirare permette non soltanto alle persone normali ma anche agli atleti di racco-

¹¹ ABRAHAM JOSHUA HESCHEL, *Il sabato. Il suo significato per l'uomo moderno*, Garzanti, Milano 2001, 21-23.

gliere le proprie energie con rinnovato impegno, per intraprendere prontamente e pazientemente ciascuno dei compiti assegnati».

Qui il Sabato è presentato non secondo la Bibbia ma secondo Aristotele, il quale dice: «Noi abbiamo bisogno di rilassarci, perché non possiamo lavorare di continuo. Il riposo, dunque, non è un fine»; esso è dato «in vista dell'attività», allo scopo di acquistare energia per nuovi sforzi. Nello spirito biblico, invece, la fatica è un mezzo per il fine, e il Sabato in quanto giorno di riposo dal lavoro non è stato creato per far recuperare le energie perdute e renderci idonei alla successiva fatica: esso è stato creato per amore della vita. L'uomo non è una bestia da soma, e il Sabato non serve ad accrescere la sua efficienza sul lavoro. «Ultimo nella creazione, primo nell'intenzione», il Sabato è «il fine della creazione del cielo e della terra». Il Sabato non è a servizio dei giorni feriali; sono invece i giorni feriali che esistono in funzione del Sabato. Esso non è un interludio, ma il culmine del vivere.

Tre atti di Dio caratterizzarono il settimo giorno: Egli riposò, benedisse e santificò il settimo giorno (Gen. 2,2-3). Alla proibizione del lavoro si aggiunge perciò la benedizione della gioia e l'enfasi della santità. Non soltanto le mani dell'uomo celebrano il giorno, ma anche la lingua e l'anima osservano il Sabato: in esso non si parla come nei giorni feriali; dovrebbe essere evitato persino il pensiero degli affari o del lavoro.

Il lavoro è un mestiere, ma il riposo perfetto è un'arte, il risultato di un'armonia tra il corpo, la mente e l'immaginazione. Per raggiungere la perfezione in un'arte si deve accettarne la disciplina, si deve abiurare l'indolenza. Il settimo giorno è un palazzo che noi costruiamo *nel tempo*. È fatto di anima, di gioia e di reticenze. Nella sua atmosfera, la disciplina ricorda la vicinanza con l'eternità. Lo splendore di questo giorno è espresso in termini di *astensione*, così come il mistero di Dio è reso *via negationis*, più adeguatamente con le categorie *della teologia negativa*, secondo la quale non si può spiegare ciò che Egli è ma soltanto ciò che Egli non è. Noi sentiamo sovente quanto sarebbe misero l'edificio se fosse costruito esclusivamente con i nostri riti e i nostri atti, tanto goffi e spesso tanto inopportuni. In quale altro modo potremmo esprimere la gloria dell'eternità se non astenendoci dalla rumorosità degli atti?

Dono per l'anima e il corpo

*Abraham Joshua Heschel*¹²

Il Sabato è una delizia: una delizia per l'anima e una delizia per il corpo. Poiché da tanti atti ci si deve astenere nel settimo giorno, «voi potreste pensare che io vi abbia dato il Sabato per il vostro dispiacere; io invece vi ho dato il Sabato per il vostro piacere». Santificare il settimo giorno non significa: «Mortificherai te stesso», ma, al contrario, santificarlo con tutto il cuore, con tutta l'anima, con tutti i sensi. «Santificate il Sabato con piatti scelti, con splendidi indumenti; rallegrate l'anima vostra con il piacere, ed io vi ricompenserò per questo stesso piacere».

A differenza del Giorno dell'Espiazione, il Sabato non ha finalità esclusivamente spirituali. È un giorno dell'anima come del corpo; il benessere e il piacere sono parte integrante dell'osservanza del Sabato. La sua benedizione deve comprendere l'uomo nella sua interezza, con tutte le sue facoltà.

Una volta un principe fu mandato in cattività e costretto a vivere in incognito tra gente rozza e incolta. Passarono gli anni, ed egli si struggeva di nostalgia per il Re suo padre e per la sua terra natia. Un giorno gli giunse un messaggio segreto in cui il padre gli prometteva di riportarlo al palazzo e lo esortava a non dimenticare la sua educazione principesca. Grande fu la gioia del principe, ansioso di festeggiare quel giorno. Ma nessuno può fare festa da solo. Egli allora invitò la gente nella taverna del paese e ordinò cibo e bevande copiose per tutti. Fu una festa sontuosa, e tutti erano colmi di gioia: la gente per le bevande e il principe pregustando il suo ritorno al palazzo”.

¹² ABRAHAM JOSHUA HESCHEL, cit., 27-29.

L'anima non è in grado di celebrare da sola: anche il corpo deve essere invitato a partecipare alla gioia del Sabato.

«Il Sabato è un ricordo dei due mondi: questo mondo e il mondo futuro; esso è un esempio di entrambi i mondi. Il Sabato infatti è gioia, santità e riposo; la gioia è parte di questo mondo, la santità e il riposo sono del mondo futuro». Osservare il settimo giorno non significa soltanto obbedire strettamente a un comando divino: significa celebrare la creazione del mondo e creare ogni volta di nuovo il settimo giorno, la maestà della santità nel tempo, «un giorno di riposo un giorno di libertà», un giorno che è come «signore e re di tutti gli altri giorni», signore e re nel regno del tempo.

Come possiamo valutare la differenza tra il Sabato e gli altri giorni della settimana? In un giorno come il mercoledì le ore sono vuote e rimangono prive di carattere se non si conferisce loro un significato. Le ore del settimo giorno invece sono significative per se stesse; il loro contenuto e la loro bellezza non dipendono dal lavoro, profitto o progresso che ci possono portare. Esse hanno la bellezza della grandiosità: «Bellezza della grandiosità, una corona di vittoria, un giorno di riposo e di santità..., un riposo nell'amore e nella generosità, un vero e genuino riposo, un riposo che largisce pace e serenità, tranquillità e sicurezza, un perfetto riposo del quale *Tu ti rallegri*».

Il tempo è come una terra deserta: possiede grandiosità ma non bellezza. La sua strana, terribile potenza è sempre temuta, ma di rado bene accolta. Ma poi arriva il settimo giorno, il Sabato, col suo carico di felicità che incanta l'anima, che si insinua nei nostri pensieri con vivificante attrazione. È un giorno in cui le ore non s'incalzano l'una con l'altra; è un giorno che riesce a lenire ogni tristezza.

Celebrando la fraternità e la giustizia

Enzo Bianchi¹³

L' uomo corre il grande rischio di fare del lavoro la sua sola occupazione e preoccupazione, per accumulare denaro o per emergere socialmente, avanzare nella carriera e imporsi agli altri: questo è idolatria, asservimento dell'uomo all'opera delle proprie mani. L'uomo corre anche il rischio di costringere gli altri a lavorare sempre. Nelle società antiche la grande divisione sociale passava tra chi lavorava sempre (essendo ancora inesistente quel diritto al riposo che anche oggi non è un'acquisizione di tutte le società), e ricchi e potenti che non lavoravano mai. L'istituzione del sabato rappresenta nella storia dell'umanità un evento capitale: una legge si erge contro lo sfruttamento dell'uomo. È significativo ricordare a questo proposito l'incomprensione e la derisione che presso il mondo greco-romano incontrò l'istituzione ebraica del riposo sabatico.

Nel sabato è insita un'esigenza radicale di giustizia e di uguaglianza per tutti i viventi: non solo gli uomini liberi, ma anche gli schiavi, i forestieri, gli immigrati devono avere un giorno di pace e di libertà; e non solo loro, ma gli stessi animali non devono essere piegati e sopraffatti dal lavoro. L'osservanza del sabato vuole impedire ogni asservimento diretto, almeno materiale, dell'uomo sull'uomo e in particolare sul più debole. In questo giorno anche coloro che all'interno dell'antico Israele erano i «senza dignità» non sono sottomessi alla dura legge del lavoro, non dipendono dagli altri ma diventano padroni della loro persona, o meglio, riconoscono insieme agli altri che Dio è Signore e padrone di tutti e di tutto, riconquistano e affermano la loro dignità di uomini liberi.

¹³ ENZO BIANCHI, *Vivere la domenica*, Rizzoli, Milano 2005, 70-72

Questo aspetto sociale di eguaglianza, ben radicato nei testi biblici che ordinano il riposo in giorno di sabato, rientra in quella *liberazione* da ogni schiavitù e idolatria di cui il sabato è simbolo. Un bel testo midrashico lo esprime efficacemente nte: «Sta scritto: “E Mosè vide le loro sofferenze” (Es 2,11). Egli vide che i figli d’Israele non avevano riposo, andò a trovare Faraone e gli disse: “Chi ha uno schiavo che non riposa neppure un giorno alla settimana, è come se lo facesse morire a poco a poco. Ora, gli ebrei sono tuoi schiavi: se non accordi loro un giorno di riposo alla settimana, non è forse come se tu li uccidessi?”. Il Faraone rispose: “Va’, e fa’ loro ciò che dici”. Mosè andò a trovare gli ebrei e insegnò loro ad osservare il riposo del giorno del sabato» (*Esodo Rabbah* 1,28). Già il profeta Isaia aveva congiunto strettamente pratica della giustizia e osservanza del sabato: «Osservate il diritto e praticate la giustizia... Beato l’uomo... che osserva il sabato senza profanarlo» (Is 56,1-2), ma questo è un dovere di ogni figlio di Israele di generazione in generazione. Il sabato diviene così giorno di condivisione, giorno in cui perseguire la fraternità ed eliminare le diseguaglianze, giorno di particolare attenzione verso i poveri e i malati, di accoglienza per i viandanti... Si legge nella Mishnah: «Se un viandante povero pernotta, gli si dia quanto occorre per dormire. Se rimane di sabato gli si dia cibo per tre pasti» (*mPEab* VIII,7).

Fare festa alla santità di Dio, con i nostri limiti

Enzo Bianchi ¹⁴

Sabato e santità

L’ebraismo definisce il sabato come il giorno che «è tutto santità» (*Numeri Rabbah* XIV,5) e lo sente come impregnato della santità di Dio, una santità di cui l’ebreo può partecipare santificando, cioè osservando il sabato. «Il sabato aggiunge santità a Israele» (*Mekilta* a Es 31,14) e questa partecipazione più intima alla vita di Dio è espressa dall’idea dell’«anima supplementare» di cui è portatore il sabato: «Secondo Rabbi Shimon ben Lakish, il Santo - benedetto Egli sia - dà all’uomo un supplemento d’anima alla veglia del sabato e gliela ritira alla fine del sabato» (*bBetsahi* 6a).

Questa comprensione nasce dall’interpretazione del verbo *wa-jinnafash* («e riprese fiato») di Es 31,17 come «insufflò un’anima» e vuole esprimere il fatto che il sabato non solo non è un giogo oppressivo, ma è un’energia, una potenza di santificazione che trasforma ogni figlio d’Israele. Il sabato è il giorno santissimo, la santità di Dio nel tempo e perciò la festa cardine di tutte le altre feste, anche di *Pesach* (Pasqua), è la *festa santificata* direttamente da Dio e che non ha bisogno - come le altre festività - della consacrazione da parte del *bet din*, cioè della corte rabbinica che fissa il giorno della luna nuova, il giorno d’inizio di un nuovo mese, e stabilisce il giorno in cui ricorrerà una determinata festa. Dice la *Mekilta* a Es 31,15:

«Ma il settimo giorno sarà un giorno di riposo assoluto consacrato al Signore» (Es 31,15). Perché è detto questo? Dal momento che sta scritto: «Queste sono le solennità del Signore, le sante convoca-

¹⁴ ENZO BIANCHI, cit., 54-57.

zioni che convocherete nei tempi stabiliti» (Lv 23,4), tu potresti pensare che, come la santità delle solennità dipende dal tribunale che fissa le loro date, così anche la santità del sabato dipende dal tribunale. Per questo è detto: «Ma il settimo giorno sarà un giorno di riposo assoluto consacrato al Signore»; cioè, il sabato dipende da Dio, che ne ha fissato per sempre il giorno, e non dipende dal tribunale.

Tale è la santità del sabato che per osservare questo giorno non è indispensabile alcun oggetto rituale come per le altre feste.

La festa più importante

In quest'ottica il sabato appare come la festa più importante del calendario ebraico: è superiore anche alla pur meravigliosa festa delle Capanne perché, se durante la festa si può lasciare per un attimo la capanna, «il sabato invece ti circonda ovunque tu vada». Il sabato è un'alleanza eterna e - cosa unica fra tutti i riti propri dell'ebraismo - la sua osservanza è un comando inscritto all'interno del decalogo! Lo *shabbat* è l'istituzione fondamentale, la festa che domina tutte le altre, il tratto che caratterizza l'identità ebraica. Perché la discriminante all'interno dell'ebraismo non passa tanto fra ortodossi, liberali e riformati, quanto fra *chi osserva il sabato e chi profana il sabato*). Si comprendono allora le espressioni talmudiche che da un lato attestano che «violare il sabato equivale ad adorare gli idoli», cioè a sconfessare la fede nel Dio unico, e dall'altro che «il comandamento del sabato equivale a tutti gli altri comandamenti della Torah presi insieme», sicché chi osserva il sabato è come se avesse osservato tutta quanta la Torah.

Il sabato come memoria del limite

La potenza santificante del sabato si accompagna alla sua qualità di riduzione all'essenziale. Mentre infatti eleva l'uomo a Dio rinviandolo al suo *telos*, alla sua vocazione, il sabato riporta l'uomo all'essenziale, lo rinvia al suo limite, alla sua limitatezza creaturale. Le interdizioni sabbatiche hanno questa valenza di *memoria* e di *limite*. Esse limitano anzitutto il lavoro umano e questo è particolarmente significativo all'interno di una tradizione come quella ebraica che valorizza il lavoro, ne comprende la nobiltà e chiede addirittura

di amarlo: «Ama il lavoro!». Il lavoro umanizza, ma se assolutizzato può schiavizzare. Allora l'astensione dal lavoro in giorno di sabato, completa l'opera di umanizzazione del lavoro dei sei giorni precedenti. Le interdizioni sabbatiche limitano poi i movimenti nello spazio portando l'uomo a una nuova presa di coscienza di quello spazio corporeo che lui è, del rapporto con gli oggetti che lo circondano e con gli spazi privati e pubblici in cui vive.

Il sabato appare insomma come una presenza che svolge un efficace magistero umano e spirituale per chi lo accoglie.

terza parte

Per preparare

Salmo 62

La ricerca quotidiana di Dio¹⁵

Preghiera di un levita in esilio. Esprime il suo bisogno di Dio e la decisione di continuare, anche in quella situazione difficile, lo stile di preghiera quotidiana del Tempio. Ma è soprattutto un canto di invocazione e di ricerca di Dio come «sorgente d'acqua viva che disseta per l'eternità» (Gv 4,14).

La caduta di alcune tradizioni, un ritmo intenso di vita e il bisogno crescente di svago rischiano di farci perdere la cadenza quotidiana della preghiera e, spesso, anche il senso della domenica come giorno di riposo e di festa per una contemplazione di Dio e dei valori essenziali della vita. Questo accentua, in molti, l'aridità di un vivere che ha perso il suo significato profondo. Col salmista riscopriamo il bisogno e la gioia di un incontro quotidiano e settimanale con Dio.

O Dio, tu sei il Dio della mia vita,
appena sveglio penso a te;
il mio cuore sente il bisogno di lodarti,
la mia mente di meditare la tua Parola.

Come terra screpolata dalla siccità
è la mia vita nella durezza del quotidiano,
per questo ogni mattina cerco in te
l'acqua viva dello spirito.

Veramente il tuo amore, Signore,
e la luce e la forza della Parola
sono i doni più grandi della vita;
non smetterò mai di ringraziarti.

¹⁵ La traduzione è di Sergio Carrarini: *Salmi d'oggi*, Casa editr. Mazziana, Verona 2000, 114-115.

Ti loderò e ti benedirò, Signore,
fino all'ultimo palpito del mio cuore,
con gioia e riconoscenza crescente
canterò inni e salmi di lode.

E ancor più nel giorno di tua festa,
il giorno del riposo e della lode,
il giorno in cui si riunisce la comunità
sento il bisogno di contemplarti.

La tua Parola è cibo abbondante,
l'Eucaristia un banchetto di comunione;
celebrarla assieme ai fratelli
mi è di sostegno per l'intera settimana.

Anche alla sera ti invoco, Signore,
o a tarda notte, finito il lavoro,
quando mi avvolge la quiete e il silenzio
e ripenso alla giornata trascorsa.

Cerco i lineamenti del tuo volto
nei volti delle persone incontrate;
gusto la tua presenza d'amore
nei fatti dell'operosità quotidiana.

Così la lode mi ritorna alle labbra
e con essa il perdono e la pace.
Signore, mio compagno di viaggio,
tu dai gioia e serenità alla mia vita.

Far posto a Dio nel sabato del tempo

C'è una ricerca propria e originale in ogni uomo e donna che si aprono all'Altro. È dentro il cuore di ogni persona la percezione di una Presenza, che pur non avendo nome, è sospirata, è attesa, è cercata... Il bisogno di incontrarla è più intenso nei tempi e nei momenti di "riposo", quando ci si scopre gratuitamente "fatti"...

Mi hai fatto senza fine,
questa è la tua volontà.
Questo fragile vaso
continuamente tu vuoti
continuamente lo riempi
di vita sempre nuova.

Questo piccolo flauto di canna
hai portato per valli e colline;
attraverso esso hai soffiato
melodie eternamente nuove.

Quando mi sfiorano le tue mani immortali
questo piccolo cuore si perde
in una gioia senza confini
e canta melodie ineffabili.

Su queste piccole mani
scendono i tuoi doni infiniti.
Passano le età, e tu continui a versare,
e ancora
c'è spazio da riempire.

Tagore

indice

<i>introduzione</i> di Renato Marangoni	pag. 3
 <i>prima parte: sguardi sul tema</i>	
Il settimo è il sabato. <i>In ascolto della Sacra Scrittura</i> di Marcello Milani	pag. 9
Il sabato del tuo Signore. <i>Una riflessione cristologia</i> di Sergio De Marchi	pag. 15
Sei giorni lavorerai. <i>Spunti di riflessione a partire dalla vita</i> di Giuseppe Toffanello	pag. 17
Il dono del sabato. <i>Riflessione teologico-spirituale</i> di Sandro Panizzolo	pag. 21
alcune provocazioni <i>per riflettere</i>	pag. 25
 <i>seconda parte: per meditare</i>	
Essere distesi di Robert Guelluy	pag. 31
La distensione come momento formativo di Amedeo Cencini	pag. 33
Il Signore si riposò nell'intimo dell'uomo di Sant'Ambrogio di Milano	pag. 37
Sapersi fermare di Michel Quoist	pag. 39

Riposando nel Signore di Timothy Radcliffe	pag. 43
Dono per amare la vita di Abraham Joshua Heschel	pag. 47
Dono per l'anima e il corpo di Abraham Joshua Heschel	pag. 49
Celebrando la fraternità e la giustizia di Enzo Bianchi	pag. 51
Fare festa alla santità di dio, con i nostri limiti di Enzo Bianchi	pag. 53
<i>terza parte: per pregare</i>	
La ricerca quotidiana di Dio: salmo 62	pag. 59
Far posto a Dio nel sabato del tempo	pag. 61