

HUMUS

HUMUS, RIVISTA BIMESTRALE DI SPIRITUALITÀ

DIR. RESPONSABILE SR M. DANIELA DEL BUON PASTORE, O. CARM.
AUTORIZZAZIONE TRIBUNALE GROSSETO N. 1299/2021
DEL 30/04/2021 RG N. 773/2021

www.humuscarm.it

N° 14 ottobre/dicembre
2025

SOMMARIO

EDITORIALE Proprio al centro	2
LEGGERE E RILEGGERE LA STORIA Chiedi al silenzio...	3
BREZZE DI CONSOLAZIONE La prima parola? Il silenzio...	4
PRESI A CUORE Vespri, notti e albe	6
FIORI CARMELITANI Alzati, rivestiti di luce! I fondamenti biblici dello Scapolare del Carmelo (Prima parte)	8
ATTI CREATIVI Il dono della parola	10
UNA REDAZIONE AL FEMMINILE Strade tinte di amaranto	12



Proprio al centro

Ma l'uomo è il centro dell'universo? No, impensabile: la scienza descrive l'esistenza di miliardi di galassie, una danza di stelle e di pianeti inesplorati e l'uomo è talmente piccolo, talmente ai margini di questa immensità. Eppure... Quante volte ci è capitato di guardare un cielo stellato, provando stupore e disorientamento: è vero, l'uomo è capace di pensarsi, di esplorare, di percepire luci, colori, suoni di un universo che, fuori dalla nostra atmosfera, si espande senza propagazione di luce e di suono. Vediamo i cieli, opera delle dita di Dio, la luna e le stelle che Egli ha fissato e con il salmista ci rivolgiamo increduli a Lui: *cos'è l'uomo perché di lui ti ricordi, il figlio dell'uomo perché te ne curi?* (Sal 8) L'uomo che riconosce la sua limitatezza mentre contempla le meraviglie create da Dio ed esprime il flusso vitale che lo attraversa, in realtà è il centro. Il Verbo si fece carne e venne ad abitare in mezzo a noi (Gv 1,14). Ecco la chiave che apre il mistero della centralità dell'uomo. Fragilissimo, certamente, ma in relazione a Cristo, centrale! L'incarnazione è il culmine di una storia d'amore tra Dio e l'uomo: "Contemplando il cosmo nella prospettiva della storia della salvezza siamo portati a scoprire la posizione unica e singolare occupata dall'uomo nella creazione; Dio creò l'uomo a sua immagine, a immagine di Dio lo creò, maschio e femmina li creò" (Gn 1,27). (BENEDETTO XVI, Esortazio-

ne apostolica *Verbum Domini*, 30 ottobre 2010, 9). Nessun caso, ma un progetto divino: Cristo fa la differenza! In lui siamo figli di Dio, eredi, concittadini dei santi, risorti. Siamo al centro dell'attenzione di Dio. Il Logos è la verità dell'essere, che noi siamo chiamati a raggiungere: una verità impressa nelle cose create e che nell'uomo può raggiungere il compimento per grazia e attraverso consapevole e libera scelta. L'uomo è chiamato ad amare e questa vocazione fa parte della sua essenza, della sua verità: per questo è predisposto a conoscere questa chiamata. Dio è amore, l'uomo creato a Sua immagine e somiglianza nella sua essenza è amore e per realizzarsi in pienezza, è nella condizione di conoscere, scegliere, volere liberamente. "L'amore comporta queste facoltà, perché l'amore è dono totale di sé, che richiede quindi il pieno possesso del proprio essere. L'uomo deve conseguire naturalmente la sua finalità. L'uomo è affidato a sé stesso ed è responsabile anche degli altri e del creato intero, perché abbia così la capacità di amare. Capacità insita in germe per la creazione e compiuta ed elevata come dono della grazia di Dio attraverso l'opera di Cristo e del suo Spirito. (Cf. FRANCESCO BRANCACCIO, *Ai margini dell'universo, al centro del creato*, San Paolo, Cinisello Balsamo (MI), 2016, 277-279). La sapienza "si estende da un confine all'altro dell'universo con forza e dispone tutto con soavità" (Sap 8,1): "O Sapienza che esci dalla bocca dell'altissimo, ti estendi ai confini

del mondo e tutto disponi con soavità e forza, vieni, insegnaci la via della saggezza" (Antifona "O", 17 dicembre): è Gesù, la Sapienza che coniuga vero, bene e senso delle cose. Ognuno di noi è impegnato personalmente in questo cammino, con la sua storia, la sua sensibilità, i suoi talenti e il suo stato di vita. In questo numero, ogni articolo racconta un frammento di questa ricerca, che si inserisce in questo breve e intenso tempo liturgico di Avvento e Natale. La Verità si rivela gradualmente e ci pone davanti ciò che siamo chiamati a essere. L'invito alla conversione è la possibilità rinnovata di misurarsi con quel "di più" che oggi si rivela a noi, in continuità con quanto già abbiamo potuto gustare in comunione con tutta la Chiesa. L'augurio è quello di poter vivere nella beatitudine questo dono. "Quando è la Verità che ci viene incontro in Cristo, la verità richiede conversione: alla verità oggettiva non ci si converte, essa dice ciò che dell'oggetto è esaminabile. Alla verità rivelata invece ci si converte: essa dice la verità di tutto l'uomo. Ciò che l'uomo deve essere. Indica un progetto, una destinazione, un senso: in questo senso essa chiama alla conversione, come scelta di amore, scelta libera della propria verità piena e assoluta". (Cf. Id. 280-282). La Vita ci ha scelto: scegliamo dunque la vita! (Cf. Dt 30,19).

Sr M. Daniela del buon Pastore,
O.Carm. Cerreto di Sorano (GR)



Chiedi al silenzio...

Questo spazio si apre alla possibilità di testimoniare esperienze di incontro con la Parola che salva: in un luogo dove si può facilmente ascoltare le risonanze del cuore...

... e se c'è un luogo in cui questa domanda può essere accolta è il Santuario del Cerreto. Talvolta capita, almeno a me, di non avere neanche la consapevolezza della domanda. Mi siedo, la domenica mattina sempre in netto anticipo rispetto all'inizio della Celebrazione Eucaristica, e ascolto. Da un tempo in qua, appena entro, prendo una delle Bibbie che le monache carmelitane mettono sulla prima fila di panche e leggo. Ed è stato qui, in un momento come quello che mi sono trovata a leggere il cantico di Anna nel primo libro di Samuele. Mentre leggevo mi sembrava di ascoltare Maria innalzare il suo Magnificat, non una preghiera per me, ma "la preghiera".

Nessuna pretesa di avere scoperto qualcosa di inedito. Non mancano certo studi e articoli in cui viene messa in luce questa sorta di continuità tra le due invocazioni. Quasi un annuncio il primo che approda alla compiutezza del secondo. Ma per me, che sono solo una appassionata di teologia e di Sacre Scritture, senza alcuna preparazione accademica, si è trattato di qualcosa di molto potente. Che mi interroga e che mi chiarisce sempre più come la lettura dell'Antico Testamento sia un cammino

da leggersi alla luce e nella prospettiva della Buona Novella. Non solo. Ma come e quanto La Parola sia materia viva, che vive appunto insieme e accanto a chi la legge. Nessuna scoperta dunque ma, ancor più e ancor più potentemente, non un nuovo sguardo ma uno sguardo nuovo su ciò che si è magari letto più di una volta.

Vediamo, in parallelo i due testi o, almeno per quanto riguarda il Cantico di Anna, le parti che risuonano come, diciamo così, un Magnificat veterotestamentario. Già dall'incipit *Il mio cuore esulta nel Signore*.

Come non sentire il riverbero delle prime parole di Maria nel suo Magnificat *L'anima mia magnifica il Signore*.

E ancora nel Cantico *L'arco dei forti si è spezzato ma i deboli si sono rivestiti di vigore. I sazi si sono venduti per un pane, hanno smesso di farlo gli affamati*. Parole che mi hanno condotta a quelle del Magnificat [...] *ha disperso i superbi nei pensieri del loro cuore, ha rovesciato i potenti dai troni, ha innalzato gli umili; ha ricolmato di beni gli affamati, ha rimandato i ricchi a mani vuote*.

Due donne che, pur per motivi diversi, stanno dando la luce una storia nuova. Anna, a cui fino a quel momento il Signore aveva dato un grembo sterile si troverà a partorire Samuele. E Maria che imprimerà alla storia, "di generazione in generazione" la beatitudine di dare alla luce Dio. Una profezia per ciascuno di noi, una pro-vocazione: il futuro del



cristianesimo dovrà essere mariano, chiamando ciascuno di noi a partorire ogni istante, ogni giorno, Dio.

Due donne, due voci femminili che accolgono, comprendono e "cantano" un Dio che ribalta le logiche del mondo, le logiche del potere, disegnando un Regno in cui saranno i deboli e gli umili a mostrarci e a parlarci di Dio. Voci che, lette in parallelo, sono anche un ulteriore invito a posare uno sguardo nuovo anche sul Dio dell'Antico Testamento, che è annuncio del Dio di Gesù. Un filo, un cammino, un percorso da Anna a Maria, il viaggio messianico di Israele che trova compimento nell'incarnazione, nell'utero di una donna, Maria. Un utero che abbiamo diluito in grembo e in seno ma che, nel Te Deum, scritto chiaramente *"Tu, ad liberandum suscepturus hominem, non horruisti Virginis uterum"*

Anna e Maria, il Cantico di una e il Magnificat dell'altra, come il mistero che si annuncia ma, non secondo una logica cronologica, (non è così, credo che andrebbero letti) quanto semmai nella logica "ribaltata" di Dio. Una sterile e una vergine (che significa qualcosa di ben diverso dal significato che diamo a questa parola), due inni alla capacità di accogliere la "sfida" generativa che Dio ci propone. E che questa sfida sia la fede?

Geraldine Meyer, Farnese (VT)



La prima parola? Il silenzio...

“Ho sempre amato il deserto. Ci si siede su una duna di sabbia. Non si vede nulla. Non si sente nulla. E tuttavia qualche cosa riverbera in silenzio...”

— Quello che rende più bello il deserto — disse il piccolo principe — è che nasconde un pozzo da qualche parte...”
(ANTOINE DE SAINT-EXUPÉRY,
Il piccolo principe)

Il silenzio: che potere ha di evocare una moltitudine di emozioni e riflessioni! Silenzio rispettoso, che ci invita a riconoscere la presenza degli altri e a onorare i loro momenti di vulnerabilità, silenzio colpevole, che si insinua nelle pieghe dei nostri rimorsi e delle nostre paure, silenzio adorante, che si fa strada nei momenti di contemplazione e preghiera, dove ogni parola sembra superflua di fronte alla grandezza del mistero divino. E ancora, silenzio coltivato per conoscersi e silenzio stracolmo di rumori assordanti, o giudicante e ipocrita. Eppure, il Signore chiama ogni uomo a entrare in questa dimensione, a riconoscerlo nel silenzio attraverso

vie solo a Lui note, un silenzio nutrito di fede, di straordinaria bellezza. Dio, Padre di ogni fratello-sorella, pronuncia il nome di ciascuno. E quella Voce che conduce il nome prezioso arriva al destinatario. Sono momenti, attimi, esperienze di salvezza che difficilmente possiamo descrivere a parole e che ricompongono il cuore ferito e oppresso.

Ogni essere umano è chiamato a una relazione profonda e personale con il Creatore, un incontro che avviene spesso attraverso l'ascolto interiore. La voce di Dio non è solo un richiamo, ma un'invocazione che penetra nel cuore, pronunciante il nome di ciascuno di noi con un amore che trascende ogni comprensione umana. Quando parliamo del silenzio, non possiamo trascurare il suo potere di guarigione. Sono quegli attimi di introspezione e riflessione, in cui possiamo riempire il nostro cuore ferito e oppresso della presenza di Dio. In questo spazio sacro, dove il rumore del mondo esterno svanisce, possiamo finalmente ascoltare il nostro cuore e il Suo messaggio d'amore. Il silenzio del deserto, ad esempio, è evocativo di un'assenza che invita alla riflessione e

alla ricerca interiore. In questo silenzio, che può apparire angosciante, si cela una possibilità di rinascita, un'opportunità per incontrare noi stessi e Dio. È un silenzio di vicinanza, dove la solitudine può trasformarsi in compagnia divina, e ogni lacrima diventa un seme di fede e speranza.

Qui, il silenzio assume un significato trascendente: è un silenzio in cui risuonano le promesse di Dio che ci rassicura sulla Sua presenza costante, e un silenzio di gratitudine. E il silenzio in cui matura la capacità di perdono? Spesso, il peso del rancore e dell'orgoglio ci schiaccia; in questi frangenti, il silenzio può diventare un momento di liberazione. Riconoscere la necessità di ricevere e dare il perdono significa accogliere il vuoto che questo provoca, un vuoto che solo la grazia divina può riempire. La mancanza di qualcosa, quel vuoto enorme di affetto o di pace, ci invita a cercare risposte al di fuori di noi stessi. Non possiamo darci ciò di cui abbiamo bisogno, ma possiamo accettare il dono che Dio ci offre, rendendoci disponibili a riceverlo giorno dopo giorno.





Il silenzio diventa quindi un dono da coltivare, un aspetto fondamentale della nostra vita spirituale. Questo silenzio non è semplicemente l'assenza di parole, ma un'attitudine di ascolto e apertura verso Dio. Significa lasciar andare la zavorra che ci appesantisce e recuperare i tesori nascosti che ognuno di noi porta dentro. I momenti di silenzio, sia brevi che prolungati, possono diventare opportunità preziose per ricollegarci ai nostri sogni, alle nostre aspirazioni e soprattutto a Dio stesso.

Questo viaggio di scoperta non è mai solitario; è accompagnato dalla presenza costante del Signore, che ci guida attraverso le valli oscure, ridimensionando le nostre paure e portando luce nei nostri cuori.

Consideriamo il silenzio del Tabor e il silenzio del Golgota. Il primo rappresenta il momento di epifania, la rivelazione della gloria divina, mentre il secondo ci ricorda il sacrificio e la sofferenza. Entrambi i silenzi parlano di una presenza profonda e significativa: quel silenzio interiore che ci spinge a far emergere la nostra vera essenza. E i quaranta giorni di digiuno e preghiera nel deserto? E i momenti vissuti in disparte in pieno raccoglimento oran-

te? Nella vita di tutti i giorni, questo silenzio è presente, silente eppure rinnovato, accompagnerà in ogni passo del nostro cammino. Così, riconoscere Gesù come la nostra forza nel silenzio della preghiera e nella quiete della vita diventa un atto di fede, un abbraccio che ci sostiene e ci riempie di speranza.

Il silenzio, quindi, è più di un semplice stato d'animo; è un linguaggio attraverso il quale Dio comunica e ci invita a entrare in comunione con Lui. È una danza tra l'essere e l'intimo, un percorso di ascolto e riconoscimento, un viaggio di scoperta che ci conduce alla vera essenza dell'esistenza: amore, connessione e salvezza.

Fermiamoci ora ad ascoltare il silenzio del luogo in cui Cristo, il Verbo, è venuto alla luce: un evento storico irripetibile, mentre un profondo silenzio avvolgeva tutte le cose, e la notte era a metà del suo rapido corso (Sap 18,14). La Parola Vivente è nata nel silenzio e ha vissuto trent'anni nel silenzio: "La sua prima parola è il silenzio, e la pazienza; specie se ci rapportiamo a questa nostra umanità sempre così impaziente e chiassosa.

È il silenzio la parte più grande di tutto il mistero di Cristo. Il silenzio di

Dio; il silenzio della creazione; e della notte. Il silenzio dei tabernacoli. Silenzio, grembo dei mondi..." (DAVID MARIA TUROLDO, *Perché bisogna riflettere sul silenzio di Gesù nei Vangeli*, Aleteia 14/08/2015).

*Sr Maria Joseph, O.Carm.
Cerreto di Sorano (GR)*

*“Avvicinandosi il vespro del mondo” sopraggiunse la Verità incarnata e la Bontà umana, che trasmise la regola più perfetta tra quelle date. Cristo ingiunse questa regola principalmente agli apostoli e di conseguenza a tutti i rinati. La Vergine Cristofora non devì mai da questa regola. (Cf. JOHANNES DE HILDESHEIM, *Dialogus inter Directorem et Detractorem, Opusculum metricum, Acrostica*, in MCH 326-394). Quanti vespri nella nostra esistenza, squarciano il cuore: la vita si rinnova, tutto trova il suo posto meditando la regola più perfetta, il Vangelo.*

Vespri, notti e albe

È tornato l'autunno, fatico ad abituarli. Mutano le stagioni, cambiano le temperature del cuore. Ciò che scalda e accende e illumina è lì, in attesa di essere scoperto. E io pure, in attesa di essere sorpresa, coltivo sani desideri che mi spingono fuori, mi trasportano con speranza verso luoghi che sento migliori. Verso Oriente. Non nasce come fuga, ma come ricerca: non è sogno è realtà che può diventare diversa. È cammino, quello di ogni uomo che non si stanca di esplorare novità. Eppure, il cambiamento mi costa sem-

pre un po' e mi trovo divisa tra curiosità e timore, tra fede e incredulità. E la tentazione di fuggire veramente da me stessa, dalla mia storia, dallo sguardo di Dio.

Stagione del foliage, di colori che invitano allo stupore, catturano gli sguardi: e poi, venti improvvisi, con sfondi di nuvole cariche di pioggia, spogliano i rami che trattenevano la variopinta bellezza. “O Oriente, astro che sorgi, splendore della luce eterna, sole di giustizia: vieni, illumina chi giace nelle tenebre e nell'ombra di morte” (Antifona “O”, 21 dicembre). Già risuona in me questa invocazione che attraversa secoli, che richiama alla memoria l'evento già accaduto, l'evento che ha cambiato la storia. E adesso, cosa aspetto? Io sono rivolta a Oriente, sento che la luce può raggiungermi in modo nuovo, che devo spalancare tutte le finestre della mia cella interiore.

Ho provato ad accogliere poesia e forze, a custodire colore e coraggio: ma anche dentro di me sento una forza che porta via qualcosa, un vento gagliardo, e mi ritrovo a guardare il mondo dietro un vetro su cui scorrono lacrime di pioggia. Sono quegli attimi in cui la tristezza prende il sopravvento: ma perché? Perché ciò che era in ordine, all'improvviso vola via? I miei occhi non

riescono a vedere, sono velati. Non desidero più essere sorpresa, trasportata altrove? Quel vento è a mio favore o mi sta portando via qualcosa di importante? Gesù si allontana. *«Figlio di Davide, abbi pietà di me!»*. *«Credi che io possa fare questo?»*. *«Sì, o Signore!»*. E succede realmente: Gesù tocca gli occhi e avviene qualcosa in misura della mia fede. (Cf. Mt 9,27-31)

Mi ritrovo in un oceano di interiori acque quiete e silenziose, un vasto spazio di riflessione dove ogni pensiero galleggia senza fretta: poi, nuovamente, all'improvviso si agita, le onde si sollevano, la superficie si dilata, perdo il controllo. Cambiamento, conversione, conversioni continue di sguardo, di passo. Piove ancora, ma non resto turbata. Attendo. Ma confermo in me il desiderio di staccarmi dalla rovina e dalla morte, procedere verso la luce. *Tacciano i venti tutti, del mar si arrestino le acque, Gesù, Gesù già nacque, già nacque il Redentor. Il Sommo Nume Eterno scese dall'alto cielo, il misterioso velo già ruppe il Salvator* (GIACOMO LEOPARDI, *Per il Santo Natale*, 1809). Dal tocco alla rinascita.

Sfoglio pagine scritte da chi condivide ciò che la sapienza suggerisce al suo cuore e che probabilmente ha attraversato gli stessi ocea-



ni, spinto oppure ostacolato dagli stessi venti. In questo prendere il largo, cresce la consapevolezza della chiamata di ogni uomo, che prende forme diverse, ma rimanda a un'unica essenza. L'uomo è realmente creato come colui che può rispondere all'opera di Dio con l'amore, scelto *come sua natura e identità*. Siamo tutti capaci di questo e, lo capisco, lo sono anch'io: è una chiamata a cui posso rispondere. Devo avere pazienza con ciò che ha bisogno di tempo per ricalibrarsi, ma il percorso è sempre possibile: è questione di fede. *Il libero arbitrio affidato alla creatura è aperto a qualsiasi direzione, quella del bene e quella del male*. Posso edificare: ma posso anche distruggere. *La finalità ultima per la quale Dio ha pensato la creazione, non è un ordine armonioso della natura privo di ogni limite e di ogni dolore, ma è in Cristo stesso* (Cf Col 1,16) *che assume ogni caducità e in sé ricapitola tutto il creato* (Ef1,10) *e porta l'uomo alla pienezza di cui ciascuno può partecipare*. (FRANCESCO BRANCACCIO, *Ai margini dell'universo, al centro del creato*, S. Paolo, Roma 2016,161-162. 167-168).

Così, foglie calde e lacrime di pioggia, venti e acque navigabili, parlano di un unico mistero di vita: sono il richiamo a lasciar andare ciò che non serve più, ad abbraccia-



re ciò che all'istante sembra incertezza e a fare spazio a ciò che verrà, un oceano di novità. Nel nome di Cristo, nome ricevuto nel battesimo, sono e resto figlia dell'Oriente. Mi fermo ancora a guardare attraverso i vetri della finestra chiusa che mi protegge dalla stagione bizzarra. Ancora non ho la forza di aprirla. Ascolto gli alberi che mi parlano del loro incontro col primo vento freddo. E guardo i grandi uccelli che un po' resistono alle correnti, un po' si abbandonano e si lasciano trasportare nella direzione a loro congeniale. È come se, sospesi in un apparente vuoto, prendessero del tempo per decidere quale direzione prendere o semplicemente, godessero la spinta verso l'alto che genera portanza. Ecco, quella portanza mi sembra desiderabile, nell'oscillazione tra resistenza e abbandono: la capacità di distinguere ciò che possiamo cambiare da ciò che dobbiamo semplicemente accettare. Ed è ancora volo per vocazione in un cielo infuocato all'alba, là dove le nuvole si aprono come un sipario o si lasciano lacerare dalla luce. Ogni lacrima di pioggia, ormai ferma sul vetro, diventa punto luminosissimo di luce riflessa, di immagini capovolte.

Sta tornando l'inverno. Siamo tutti come quegli alberi spogli, esposti ai venti incostanti, chiamati a custodire le nostre speranze sotto strati di colori che sbiadiscono. Quante occasioni per esplorare l'infinito repertorio della vita, di avvicinarci alla nostra verità interiore. Cambiare, quindi, non è solo un verbo, ma un viaggio continuo verso la realizzazione di noi stessi. *Una pagina di storia nel libro della Storia, la storia dell'umanità. Storia creata da un cuore infinitamente grande, gonfio di amore, scritta da una Mano potente. Pagina che è frammento di felicità, nella sua unicità. A volte mi sento strappata, gettata nell'oscurità: ma sempre ripresa e distesa nella Carità.*

Qual è il mio atteggiamento di fronte alle epifanie di Dio? Il cuore le intuisce: reagisco

come Mosè che dice tra sé "Voglio avvicinarmi a vedere" e ascolta la voce del Signore che lo chiama dal roveto, chiedendogli di "rinunciare" alla comodità dei sandali per camminare su un terreno sacro e inesplorato, oppure volgo le spalle? Accetto la mia povertà per accogliere con libertà la novità che mi viene incontro? Un grande cambiamento: una scossa di vita reale, vera. Quando sosto dietro a un vetro, è forte la tentazione di lasciarmi scivolare, lontano da ciò che è trasparente, alla ricerca di un mantello che mi copra. So di non poter fuggire allo sguardo divino, e so che sentirò ancora risuonare in me parole già ascoltate e meditate come sacre, "Coraggio! Alzati, ti chiama!" (Mc 10,49)? La voce di Colui che vuole guarire la mia cecità. Un ritorno alla vita di una pecora lontana dall'ovile, di una figlia per la quale c'è un grasso vitello pronto. La luce entra nel mondo, disegna contorni e sfumature, illumina colori e forme, rende visibili i dettagli nascosti nell'ombra, dona la regola perfetta.

lo scrivo nella mia dolce stanzetta, d'una candela al tenue chiarore ed una forza indomita d'amore muove la stanca mano che si affretta. Come debole e dolce il suon dell'ore! Forse il bene invocato oggi m'aspetta. Una serenità quasi perfetta calma i battiti ardenti del mio cuore. Notte fredda e stellata di Natale, sai tu dirmi la fonte onde zampilla improvvisa la mia speranza buona? È forse il sogno di Gesù che brilla nell'anima dolente ed immortale del giovane che ama, che perdona?

Umberto Saba

Sr M. Daniela del Buon Pastore
O.Carm., Cerreto di Sorano (GR)



Alzati, rivestiti di luce! I fondamenti biblici dello Scapolare del Carmelo (Prima parte)

Per poter rintracciare e distinguere bene i segni che delineano la Via di grazia che è, per noi al Carmelo, lo Scapolare, come abito di affidamento e consacrazione al Signore attraverso Maria, occorre porre basi sicure e ben luminose, come un fondamento certo e incrollabile, grazie al quale la dottrina spirituale sullo Scapolare non rischia di sbiadirsi o di venire mutata.

Questo fondamento ci è dato dal tesoro della Sacra Scrittura, che racchiude in tutta la sua ampiezza e profondità innumerevoli passaggi che possiamo raccogliere come fonti di luce e rivelazione circa il segno così particolare e unico, che è il segno della veste, il segno del nostro Scapolare del Carmelo.

Il fondamento della nostra devozione allo Scapolare, infatti, ha doppia radice: da una parte attinge profondamente alla sacra Scrittura e dall'altra si nutre del respiro e della sostanza di tutta la nostra tradizione spirituale, con i suoi testi agiografici ed ecclesiali.

Cercheremo di aprire lo sguardo della nostra intelligenza spirituale sul vasto orizzonte biblico, che offre visioni, segni, parole, episodi di vita sul tema della veste, dell'abito. È qui, infatti, che possiamo collocare l'origine del segno per noi così caro e fondante dello Scapolare. Lo Scapolare, infatti, è una veste, è un abito. Ma è veste per la vita, per la misericordia, per la salvezza; veste che offre sostanza al nostro cammino di fede e che diventa indicazione per la vita, scoperta sempre nuova di passi e passaggi che possono condurci all'incontro con il Signore e con Maria nostra Madre.

Da dove partire, per affrontare una ricerca, un ascolto, una visione così ampi, così traboccanti, così sovrabbondanti, che certamente ci superano? Come non smarrirci davanti a un tale orizzonte? Possiamo darci delle tappe, individuare alcuni successivi passaggi attraverso i quali provare a compiere una esplorazione il più completa possibile, in modo da avere la possibilità di raccogliere indizi, indicazioni, suggerimenti, luci, che diventeranno sicuramente piccoli strumenti da portare con noi e da tenere ben custoditi nella nostra borsa da viaggio, nel nostro cammino verso il Padre.

Ci soffermeremo almeno su tre passaggi, tutti offerti dalle pagine della Bibbia e tut-

ti illuminati da segni, parole, verbi, volti, incontri racchiusi nella sacra Scrittura. Il primo passaggio è la presa di coscienza e di contatto con la nostra originaria condizione di nudità. Da qui dobbiamo necessariamente partire, per poter poi giungere al successivo passaggio che è l'esperienza del venire rivestiti. Che senso può avere, infatti, una veste, un abito, se non in rapporto alla condizione di nudità?

Ecco, allora, prepariamo il cuore e tutto il nostro essere a partire e affrontare la prima tappa di questo nostro bellissimo viaggio. Siamo nel giardino di Eden, siamo dentro quella specie di roveto ardente, che è già acceso fin dai primi capitoli del libro della Genesi. Compare in scena Adamo, il primo uomo, la creatura che parla di noi,

è il nostro specchio, la nostra verità, necessario spazio di confronto, di quotidiano incontro, se vogliamo veramente essere ciò che tutti, nessuno escluso, siamo chiamati ad essere: figli del Padre, figli nel figlio, ora Adamo e poi Cristo, il Signore Gesù.

Genesi 2, 29 annota che Adamo e sua moglie erano nudi e non ne provavano vergogna. Nudi, sì. Il testo ebraico usa un termine particolarissimo, che è come una fucina di lavoro, da cui escono pezzi unici di creazione; si tratta del termine aròm, scritto con quattro lettere ebraiche incredibili e incandescenti. Vediamole velocemente, per comprendere che cosa sia significato con questa parola. La prima è la lettera ayin, che significa "occhio"; a dire che Adam, che ognuno di noi, a un certo



che rappresenta noi, che porta il nostro nome, porta il nostro desiderio. Porta in sé le impronte, i tratti, i segni vivi della somiglianza, dell'immagine di Dio. Adamo

punto è ben visibile, è visitabile dall'occhio. L'occhio di Dio e l'occhio dell'uomo. Possiamo cercare di nasconderci, di proteggerci, di sottrarci agli sguardi, ma

arriva un punto, un momento, una condizione per cui non possiamo più evitare di essere visibili. Questa è la nostra umana condizione, che ci porta necessariamente sulla scena della vita, dell'esistenza, del mondo e della storia. E meno male che è così, altrimenti non potremmo essere veri, non potremmo avere la possibilità di essere davvero noi stessi.

Visibili, dunque. E poi c'è la lettera resh, che significa testa, principio. Sì, qui sta l'inizio di tutto. Bisogna avere il coraggio di partire da questo semplice ed assoluto punto di visibilità, di umanità. Come ha fatto, del resto, Dio stesso, che ha scelto di rendersi a noi visibile, a noi raggiungibile attraverso l'incarnazione del Figlio Gesù.

Se c'è un punto da cui partire o ripar-



tire ogni volta è proprio questo: il porre a fondamento e principio lo svelamento di noi, il riconoscimento di noi, la confessione di noi, il sottoporci allo sguardo

della realtà, della storia e del mondo, di chi ci sta accanto e soprattutto di Dio, il Padre, che ci abita dentro, che tanto ha amato la visione della sua creatura, da voler porre in mezzo a noi la sua tenda, la sua casa per sempre (Gv 1, 14).

Poi viene la lettera waw, che in qualche modo condensa tutto quanto abbiamo potuto vedere finora. Waw infatti è la lettera dell'uomo, segno della sua colonna vertebrale che cerca di innalzarsi verso l'alto, che cerca di agganciarsi al cielo. Waw vale 6, il numero incompiuto e fragile, quale è la creatura umana. Nudo allora è l'uomo, questo piccolo segno di terra e carne, di fragilità e desiderio, che cerca il cielo, cerca Dio. Aròm termina con la lettera mem, una meraviglia indicibile. Mem è l'acqua, soprattutto l'acqua matriciale, l'acqua del grembo che porta in gestazione, l'acqua che fa crescere. Infatti, Giobbe dichiara che nudo è entrato nel grembo della madre e nudo vi ritornerà (Gb 1, 21).

La nostra nudità inizia di lì, da quel nostro primissimo e timido, indifeso e informe apparire sulla scena della vita. Siamo dei nudi, creature solamente fatte dalle impronte delle dita del Padre, che con infinita pazienza, tenerezza e amore ci hanno plasmato, formato, modellato. Solo che c'è un problema! E la Bibbia ci aiuta a metterlo a fuoco molto bene! Guarda caso in ebraico c'è un'altra parola che si scrive esattamente come la parola "nudo", che abbiamo visto adesso ed è la parola che descrive l'essenza del serpente, che il libro della Genesi ci presenta subito dopo questa constatazione della nudità di Adamo. Leggiamo Genesi 3, 1: "Il serpente era il più astuto di tutti gli animali...". Ecco: astuto! E astuto si dice arùm, usando proprio le stesse quattro lettere che compongono la parola nudo: aròm. L'unica differenza sta nella vocalizzazione diversa. Ma sappiamo che la lingua ebraica, di per sé, non avrebbe vocali; nel testo biblico sono state aggiunte solo più tardi, proprio per facilitare la lettura.

Quindi dobbiamo proprio fare i conti con questa strana corrispondenza tra il termine che indica e mette allo scoperto la nudità di Adàm, ossia la nostra e l'esistenza di questo essere ingombrante e problematico, che è il serpente, l'astuto nemico dell'uomo, l'accusatore, il tentatore, diavolo e satana, come la Bibbia via via lo identifica e ce lo mostra, affinché diventiamo sempre più consapevoli della sua presenza, del suo lavoro instancabile.

Come la nostra nudità, così, allo stesso modo anche l'esistenza del serpente, l'astuto, fa parte della nostra condizione di creature, di figli, di abitanti della terra. Non c'è modo di sottrarci a questo confronto! Ma cosa possiamo fare, noi, con questa nostra nudità? Come dare un senso a tutto questo? Come riuscire a leggerci dentro, a starci dentro?

Forse un passaggio della Scrittura che può aiutarci particolarmente in questa impresa, diciamo così, si trova nel libro di Ezechiele, in uno dei capitoli più lunghi della sua profezia, il capitolo 16, che presenta l'allegoria di Gerusalemme, intesa come personificazione del popolo di Israele, sposa amata dal Signore, che vive tutto il dramma dell'allontanamento dal suo Dio, Colui che la ama e l'ha scelta.

Siamo a Ezechiele 16, 7-8. Il Signore quasi confessa, quasi apre il cuore, apre la profondità del suo animo e racconta del suo incontro con la sua amata, con noi: "Passai vicino a te e ti vidi". Visione stupenda, visione sacra, quella per cui gli occhi di Dio si aprono e si posano sulla sua creatura, su ognuno di noi. Meraviglioso e commovente il viaggio, il cammino del Signore, che scendendo dal cielo, ecco, passa accanto a noi, come ci racconta l'evangelista Luca nella parabola del buon samaritano, che passa e vede e si ferma e opera le operazioni dell'amore.

Insomma, ecco qui Dio, il Padre, che cammina, che viaggia nel suo viaggio santo di incarnazione e ci passa accanto e ci vede e si accorge che siamo spogli e nudi. E cosa fa? "Io stesi il lembo del mio mantello e coprii la tua nudità". Questa è l'alleleanza, questo è lo spozalizio di Dio con la sua creatura, con noi. Nient'altro che dei denudati, degli smarriti lungo la strada, nient'altro che dei poveri, eppure così tanto amati, così tanto destinatari di una tenerezza e di una cura che non può avere eguali in tutta l'esperienza umana. Dio si ferma accanto a noi, vede, contempla e si china, per coprire, prima di tutto, la nostra nudità.

Ecco perché è così fondamentale ed essenziale prendere coscienza di questo, riconoscere questo, imparare a leggerci a partire da questo. La nostra straordinaria bellezza fiorisce precisamente dalla ferita della nudità.

*Sr Anastasia di Gerusalemme,
O.Carm. Ravenna*

Il dono della parola

“Nessuna parola cattiva esca più dalla vostra bocca, ma piuttosto, parole buone che possano servire per la necessaria edificazione, giovando a quelli che ascoltano” (Efesini 4:29).

Il dono della parola è uno dei maggiori privilegi che l'uomo ha ricevuto, un mezzo attraverso il quale possiamo comunicare non solo con i nostri simili, ma anche con Dio stesso. Ma cosa significa realmente comunicare? E soprattutto, cosa vuol dire ascoltare? Il termine “comunicare” deriva dal latino “communis”, che significa “rendere comune”. Questo implica che ogni essere umano ha la responsabilità di condivi-

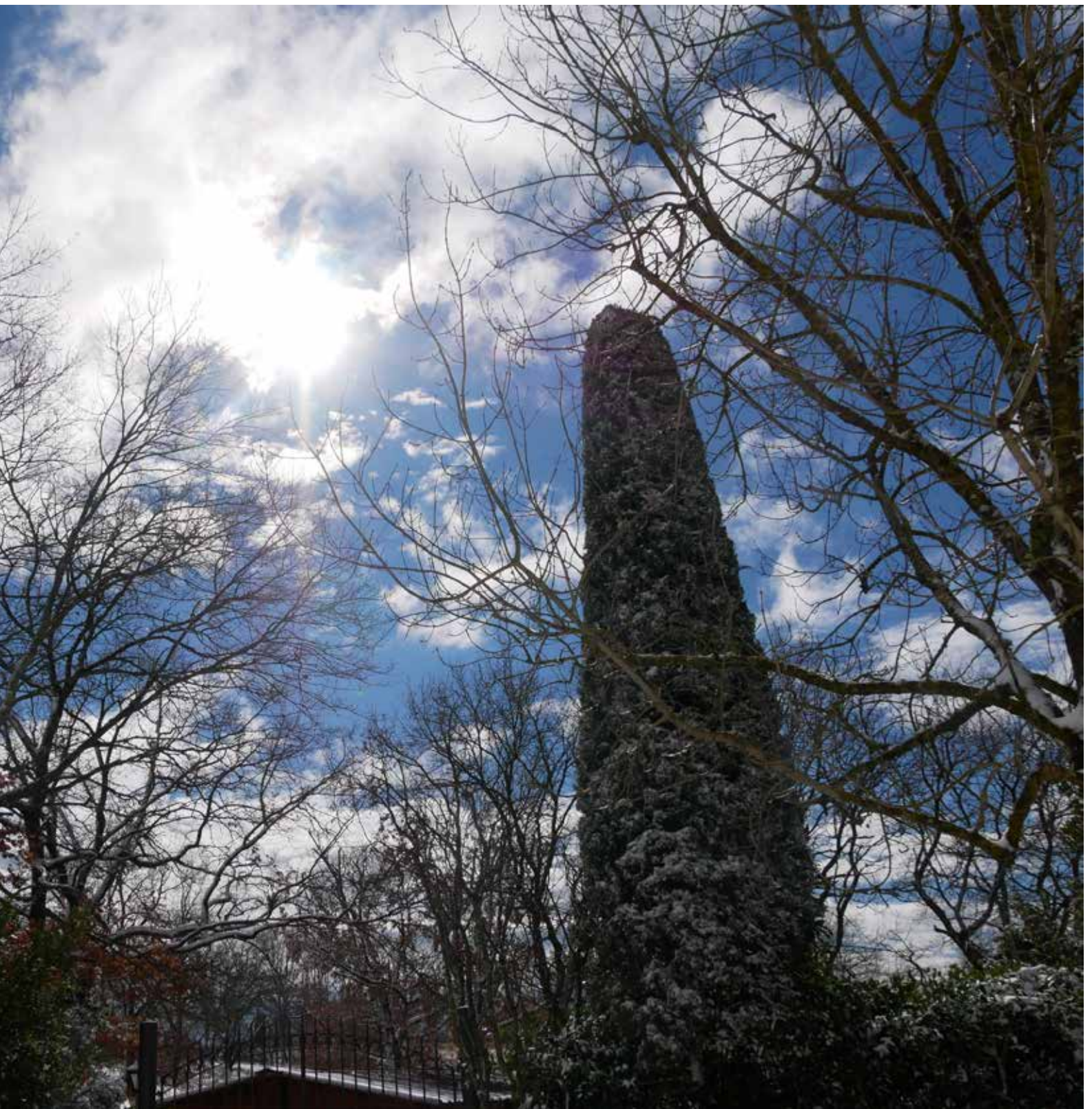
il vicino di casa, con quei parenti lontani, con i membri della propria comunità parrocchiale. Ascoltare e parlare dovrebbero essere percepiti come due doni divini, strumenti attraverso i quali possiamo migliorare il mondo intorno a noi. I giovani, in particolare, dovrebbero avvicinarsi di più alle loro famiglie e ai loro anziani, che custodiscono esperienze e saggezza. Allo stesso modo, gli adulti devono avere la pazienza e la disponibilità di insegnare ai più giovani i valori fondamentali della vita. Oggi, la comunicazione può sembrare semplice; bastano pochi clic per inviare un messaggio dall'Italia al Giappone in un istante. Tuttavia, la realtà è ben diversa. Troppo spesso ci si dimentica del contatto umano, mentre gli sguardi sono



dere le proprie conoscenze, esperienze e la propria fede con coloro che ne hanno bisogno. Tuttavia, nella società frenetica in cui viviamo, comunicare può rivelarsi una sfida complessa. La capacità di ascoltare l'altro è spesso offuscata da ritmi di vita accelerati, in cui la frase “Non ho tempo” diventa un mantra quotidiano. Ci troviamo così a immaginare una realtà in cui il dialogo profondo viene sacrificato sull'altare degli impegni e delle scadenze. Molti di noi conservano il piacevole ricordo di semplici incontri e servizi reciproci con

incollati a schermi luminosi. Secondo uno studio dell'ISTAT del 2024, circa il 73% degli internauti usa applicazioni per messaggi. Nonostante viviamo nell'era della comunicazione, sembra che perdere di vista il viso dell'altro sia diventato la norma. Allora, quale potrebbe essere la soluzione per ritrovare il valore del dialogo e dell'ascolto? Certamente, possiamo utilizzare i mezzi digitali per comunicare, ma è fondamentale farlo in modo consapevole. Incoraggiare le persone a osservare chi vive accanto a loro può sembrare una

missione ardua, ma non è impossibile. Progetti sociali come quelli promossi dagli Uffici di Comunicazioni sociali delle diocesi, per esempio, mirano a unire le generazioni, aiutando sia i giovani sia gli anziani ad interagire tra di loro, anche senza l'ausilio delle tecnologie. Comunicarci, dialogare, dibattere e ascoltare rappresentano le fondamenta di una comunità coesa e prospera. Infatti, il percorso verso una comunicazione autentica con Dio, con la famiglia e con il mondo che ci circonda è lungo e richiede dedizione. Ogni piccolo



gesto conta: può essere l'atteggiamento di un ragazzo che presta attenzione ai consigli di un familiare, o un genitore che decide di tornare a casa prima per dedicare tempo ai propri cari. Anche una semplice preghiera serale di gratitudine verso Dio rappresenta un atto di comunicazione profonda e sincera. La Bibbia ci ricorda: *“Carissimi, se Dio ci ha amato, anche noi dobbiamo amarci gli uni gli altri”* (Giovanni 4:11). Queste parole racchiudono un principio universale: l'amore e la comprensione reciproca sono il fulcro di ogni forma

di comunicazione. Accogliere il dono della parola significa abbracciare la responsabilità di utilizzarla per costruire ponti, non muri, per abbattere barriere, non crearne di nuove. Solo così potremo sperimentare un mondo migliore, un mondo in cui ogni voce sia ascoltata e ogni cuore possa amare e sentirsi amato. In conclusione, la vera comunicazione non è solo una questione di parole, ma di connessione. È l'arte di ascoltare con empatia e rispondere con gentilezza. Se ci impegniamo a coltivare questo dono, saremo in grado di tra-

sformare le nostre relazioni e, di conseguenza, il nostro mondo. La parola è potente; usiamola saggiamente.

Isabelle Nogueira, Saragiolo (GR)

Strade tinte di amaranto

Con l'arrivo del tempo di Avvento, i corridoi del monastero si animano di melodie antiche, canti che risuonano come eco di tradizioni secolari. Questi canti, particolarmente curati, non sono solo note musicali; sono chiavi che aprono la porta alla contemplazione del mistero che celebriamo, un invito a tuffarsi nella profondità di una storia tessuta dalla Sapienza divina. Ogni nota, ogni parola, ci conducono a rivivere quei momenti in cui la Grazia ha plasmato capolavori di fede e umanità. Un'armonia che non è solo emozione, ma orientamento pratico della nostra vita. Niente di straordinario o circoscritto a un periodo dell'anno, ma un'opportunità che si ripresenta per allungare il passo con una rinnovata consapevolezza della nostra chiamata. Al centro c'è il cuore dell'Uomo e di qualunque uomo visitato da Dio: e un messaggio che di cuore in cuore è arrivato a noi e fa vibrare le giuste corde. Accogliamo

con piena gratitudine il dono di un tempo così intenso, che sembra rallentare il suo corso, proprio per la densità che offre: siamo tutti esposti al rischio di diventare spettatori passivi della nostra vita, presi da vortici di preoccupazioni, non c'è muro tanto spesso che possa impedirlo. Per questo anche noi ci esortiamo vicendevolmente per restare vigilanti sentinelle che vivono densità e attesa non solamente per sé stesse. Cerchiamo di essere sentinelle che guardano, scrutano l'orizzonte per portare annunci di speranza e di rileggere comunitariamente e personalmente la nostra storia che è la storia dell'Inesauribile che si fa raggiungere, del trascendente

che si manifesta, dell'Invisibile che parla però bocca a bocca con i profeti (cfr. *Num* 12,8), di una Parola eterna che crea, assume tratti di culture diverse per "imparare" linguaggi umani e simbolici, fino a diventare carne. Come cerchiamo di immergerci nella storia e riconoscere le epifanie di Dio? Se la Parola che crea, meditata in continuità, è la chiave di lettura e di dialogo con Dio e il supporto che ci aiuta a vedere l'Invisibile attraverso i frutti che Egli porta con la sua Presenza tra noi, è necessario un particolare silenzio, una custodia delle parole opportune per confrontarci con sapienza nei momenti della giornata



che sono riservati all'incontro fraterno. Il silenzio si fa custode della Parola di Dio: seppure la nostra vita quotidiana già ci insegna a rimanere in ascolto, l'Avvento rappresenta un richiamo forte e chiaro a intensificare questa pratica. Si tratta di una verifica per affinare i nostri sensi spirituali, purificare lo sguardo e aprire il cuore a un'esperienza ancor più profonda di Dio. La solitudine orante mette ordine nel disordine della nostra natura instabile, favorisce l'abbraccio tra la spiritualità e la quotidianità per la genuina adorazione del Dio vivente. La nostra anima inizia a fiorire lì dove ci fermiamo a riflettere e a dialogare con Dio, come fiorisce la step-

pa e si predispone alla saldezza profetica, così come suggerisce il profeta Isaia. "Irrobustite le mani fiacche, rendete salde le ginocchia vacillanti. Dite agli smarriti di cuore: «Coraggio, non temete! Ecco il vostro Dio!» (Is 35) Il privilegio di poter vivere il nostro tempo misurato sul battito di un cuore che cerca Dio, come precedentemente accennato, non può consumarsi soltanto tra le mura del monastero: "Dite!" è una sollecitazione a lasciar traboccare la nostra esperienza, perché possa essere un incoraggiamento nella chiesa locale, un contributo, una missione specifica perché la vita di tutti possa riallinearsi sul Vangelo, possa essere vissuta nel desiderio crescente di vedere Dio. Le porte del nostro santuario restano aperte per pregare insieme: la Regola carmelitana chiede di avere un cuore aperto, di avere uno sguardo penetrante, che attraversa le pareti dei cuori. La sobrietà degli attimi quotidiani amplifica il messaggio divino che ci esorta alla conversione, alla ricerca della verità. Sì, in questo tempo cerchiamo di percorrere la

via dei poveri del Signore che sanno riconoscere il Signore che viene e ci sorprende: l'amore per il silenzio è legato alla sua sacralità che diventa fecondità durante lo svolgimento delle nostre attività, durante i nostri pasti e le nostre conversazioni, trasformandoli in atti di lode e riflessione. Non è scontato e non è una conquista compiuta una volta per tutte. *Il Re sta per venire, se pare che indugi, restate in attesa, perché verrà.* Incoraggiamoci a vicenda perché un giorno sia pienamente condivisa la gioia dell'Incontro!

La Redazione