

## NON CONTRISTARE IL FRATELLO

“Giovanni Crisostomo disse: «Se non vuoi essere triste, non contristare il tuo prossimo» (Geronticon etiopico 447b).”

*«La tristezza incatena il cuore», dice san Basilio. E un cuore incatenato e soffocato dalla tristezza, privo della gioia e della consolazione dello Spirito, rischia di riversare sugli altri questa tenebra interiore procurando sconforto e scoraggiamento. E per esperienza sappiamo come è facile lasciare nel cuore del fratello una goccia del veleno della tristezza che dimora nel nostro cuore attraverso uno sguardo, attraverso un gesto o una parola. Una tristezza comunicata che si diffonde nel cuore degli altri, contraddice ogni comunione, in quanto conduce a una divisione e infrange una unità interiore attraverso la dissipazione e la frantumazione causata dai pensieri passionali.*

*Ma, a partire dal detto attribuito a Giovanni Crisostomo, si può notare una certa circolarità della tristezza. Se un cuore immerso nella tristezza, riversa nel fratello questa desolazione, di fatto ogni parola o gesto che generano tristezza negli altri, diventano una sorta di «boomerang», un'arma a doppio taglio: non fanno che aumentare la tristezza nel proprio cuore, trasformandola in un vortice che risucchia. Ogni parola triste allontana sempre di più la gioia dello Spirito dal nostro cuore. E se nel nostro cuore non abita il Consolatore, tutto ciò che facciamo o diciamo sarà senza consolazione e senza compassione.*

## LA PREGHIERA DELL'IRACONDO

“Abba Nilo disse: «La preghiera è germe di mitezza e di assenza di collera»  
(*Detti dei padri: Nilo, 2*).”

*Quando l'ira invade il cuore soffocandolo nella spirale della violenza e del rancore, allora diventa impossibile ogni autentica preghiera. Avendo ferito l'icona di Dio che è il fratello, rimane di conseguenza turbato il rapporto con il Signore: chi non riesce più a guardare in volto il fratello, non può pretendere di fissare il suo sguardo sul volto di Dio. L'abba Nilo ci ricorda che la preghiera può sbocciare solamente in un cuore che è reso fertile dalla mitezza, un cuore in cui non trovano spazio collera e rancore. Solo se si percorre la via della mitezza, affidando al Signore la propria causa e deponendo le armi della violenza, allora può sgorgare nel cuore una preghiera libera e fiduciosa, la preghiera del povero, la preghiera di colui che ha un cuore grande come quello di Dio, capace di ricomporre ogni tensione, capace di riappacificare ogni divisione in sé e attorno a sé.*

*Il rapporto tra collera e preghiera è un momento di verifica nella nostra relazione con Dio. Ognuno fa esperienza dell'impossibilità di pregare quando il suo cuore è preda del tumulto causato dall'ira, quando ha usato violenza contro un fratello, quando lo ha offeso, quando ha lasciato dimorare invidia e rancore dentro di sé. Ogni preghiera inquinata dalla collera diventa inevitabilmente ipocrita: si pretende un rapporto con Dio, quando si è usato violenza con il fratello.*

## **MOSTRACI, SIGNORE, LA TUA MISERICORDIA (SAL 85,8)**

*In un primo tempo lo sguardo si rivolge al passato e constata con oggettività come il Signore sia stato benevolo verso «la tua terra» (v. 1): il popolo si identifica con il luogo dove ha sperimentato l'azione redentiva di Dio, che ha ristabilito «la sorte di Giacobbe» (v. 2) coprendo ogni suo peccato (cf. vv. 3-4). Quindi gli occhi di un rappresentante della comunità si levano verso il domani, predisponendosi innanzitutto ad ascoltare la voce di YHWH, l'unica in grado di assicurare lo shalom, la pace in cui è racchiuso ogni bene (cf. v. 9). Se l'adesione del popolo sarà autentica e colma di fiducia, ne verranno amore (hesed), verità (emet), giustizia (sedeq), pace (shalom) – v. 11 – assicurando così la salvezza. Le prime due si incontrano: l'amore di Dio rimane fedele anche nel peccato del popolo; le seconde due si abbracciano/si baciano: la pace è frutto della giustizia. A un movimento orizzontale se ne associa uno verticale: la verità/fedeltà si leva dal basso, dalla terra verso il cielo mentre da quest'ultimo, dall'alto, scende la giustizia (cf. v. 12). Tutto il cosmo è pertanto coinvolto in questo rinnovamento globale, in un'armonia onnicomprensiva. Al centro di questo salmo abbiamo una supplica per il tempo presente, perché la salvezza sperimentata non è ancora definitiva. Due domande si levano a Dio, e da lui ci si attende rispettivamente una risposta negativa e una affermativa: non si riversi più ira verso il popolo, che invece spera vita e gioia (cf. vv. 6-7). La preghiera si compendia nella splendida espressione del v. 8: «Mostraci, Signore, la tua misericordia e donaci la tua salvezza»: il cammino può continuare...*

## SEI PIENO DI MISERICORDIA CON CHI TI INVoca (SAL 86,5)

*Il bellissimo Salmo 86 è la supplica di un povero (cf. v. 1) la cui unica ricchezza è il Signore. Il servo di YHWH richiede insistentemente l'attenzione del suo Dio (cf. vv. 1.6.7) e attende con fiducia la sua risposta, perché sa che «sei pieno di misericordia (hesed) con chi t'invoca» (v. 5). Il salmista narra e ribadisce le opere di benevolenza che lui stesso ha già sperimentato in prima persona (cf. v. 13) ma il suo sguardo è universale, si allarga alla prospettiva di un «pellegrinaggio» di tutte le nazioni incamminate a rendere gloria «al tuo nome» (v. 9): infatti «tu solo sei Dio» (v. 10) e «fra gli dèi nessuno è come te, Signore» (v. 8). Non conosciamo quale sia l'angoscia (cf. v. 7) che attanaglia il nostro orante ma è profondissima la richiesta che viene esplicitata al v. 11: «Mostrami, Signore, la tua via, perché nella tua verità io cammini; tieni unito il mio cuore, perché tema il tuo nome». Quest'uomo conosce la divisione che attraversa l'esistenza di ognuno, la presenza di un doppio orientamento, al bene e al male: chiede «di unificare queste due parti di sé, subordinandole entrambe al timore del suo nome. [...] Si potrebbe tradurre: fa un monaco del mio cuore, uniscilo come un monaco che è uno con l'Uno» (B. Standaert). Se ciò gli sarà concesso, potrà davvero lodare «con tutto il cuore» (v. 12)! L'ultima parte del salmo esplicita la presenza di nemici arroganti, prepotenti, che odiano (cf. vv. 14.17): il salmista rinnova allora la sua preghiera facendo una volta ancora riferimento alla rivelazione dei tredici attributi divini riportati in Es 34,6 (cf. vv. 15-16) e confidando che «Dio misericordioso (rachum) e pietoso» lo aiuti e lo consoli.*