

Sale a te il mio grido

I livelli della preghiera nella relazione tra sofferenze

di **Nello Dell'Agli**
psicoterapeuta

Secondo la tradizione ebraica, ci sono tre modi che l'uomo ha per esprimere la propria profonda afflizione: gli uomini che appartengono al primo stadio gridano; quelli che stanno a un livello un po' più elevato tacciono; l'uomo capace di elevarsi a un piano ulteriore sa volgere il proprio dolore in canto. Ispirati da tale tradizione, delineiamo brevemente tre possibili stadi nella preghiera di consolazione.

Anzitutto gridare

Ciascuno di noi conosce, prima o poi nella vita, tre diversi tipi di prove che lo inducono a cercare aiuto e consolazione: le inevitabili difficoltà delle crisi evolutive e relazionali (come è difficile per qualcuno, ad esempio, attraversare il passaggio dalla giovinezza all'età di mezzo o come è arduo, per un altro, capire che ad ogni innamoramento segue una fase di disillusione), il dramma delle ferite psicologiche (non siamo stati adeguatamente amati, stimati, rispettati come sarebbe stato "giusto"), la tragedia del peccato (quanto male, a ben guardare, abbiamo commesso anche noi: non siamo solo feriti ma anche feritori). Ebbene, se è vero che "essere una persona è avere una storia da raccontare", ci sono momenti nella vita - e quando il dolore ci visita è uno di quei momenti - in cui sentiamo con prepotenza il bisogno di narrarci; la preghiera si rivela, allora, come lo spazio relazionale a nostra disposizione per trasformare le nostre sterili ed astiose lamenti in significative e terapeutiche lamentazioni.

Ma come? Anzitutto *gridando* a partire da un cuore ferito. Perché solo ai violenti capaci di incanalare il loro bisogno, la loro sofferenza, la loro aggressività, la loro carne e il loro sangue nella preghiera, si apre il regno dei cieli (cf. Mt 11,12). "Di tutto quel che è stato scritto io amo solo quel che uno scrive col suo sangue: scrivi col sangue e vedrai che è spirito. Chi scrive col sangue e per sentenza, non vuole essere letto ma imparato a memoria" (F. Nietzsche).

Ed in particolare gridando con i salmi. "Sul rotolo del libro di me è scritto": così, secondo la tradizione ebraica, leggiamo nel salmo 40; nel libro dei salmi è scritto di me, è scritto di ciascuno di noi. I salmi costituiscono la via regale per imparare ad esprimere al Signore il nostro cuore ferito, con il suo desiderio e la sua rabbia, con i suoi gemiti e le sue urla: "Terra, non assorbire il mio sangue" (cf. Gb 16,18). Attualizzandoli nella nostra storia ferita, i salmi si rivelano per ciò che sono: narrazioni di carne e di sangue consegnate fino in fondo al potere terapeutico della relazione con il Signore.

In questo modo, ciò che è congestionato nella nostra memoria e ciò che è bloccato nella nostra vita intraprende un sentiero espressivo e terapeutico attraverso cui permettiamo al Signore di incontrarci lungo la scala di Giacobbe: noi vi saliamo con la nostra carne e il nostro sangue e Lui vi discende con la sua carne e il suo sangue.

Poi tacere

Ma arriva il momento del silenzio. Perché? Nell'incontro con il Signore, dopo aver espresso il dolore e l'aggressività che è in noi, ci accorgiamo esperienzialmente di non essere i soli feriti. Ci apriamo misteriosamente al dolore e alle ragioni altrui. Ci accorgiamo che anche il Signore, colui al quale ci eravamo rivolti per avere consolazione e guarigione, è ferito. Ci rendiamo conto che anche il Suo cuore è sanguinante, che chi ci viene in soccorso è il Signore

sofferente, il Guaritore ferito, il Dio di debolezza e follia, l'Agnello immolato fin dalla fondazione del mondo, appello relazionale alla nostra capacità di cura e di consolazione. Ecco allora che, in un tu per Tu che ha per protagonisti il nostro cuore ferito e il Suo cuore ferito, ci possiamo aprire alla Parola del Signore, per comprendere ed attraversare i Suoi drammi e i nostri drammi, per imparare a riscrivere la nostra storia ferita alla luce di tutti quei volti di divina umanità contenuti nelle Sacre Scritture. Scopriamo, tacendo ed ascoltando, che le ferite sono ferite verso il regno, che il nostro gridare raggiunge il culmine in un silenzio denso di attenzione per noi stessi e per l'Altro. Come dice la tradizione ebraica: gridiamo tacendo e ascoltiamo gridando (Martin Buber).

Infine volgere il dolore in canto

Moni Ovadia ci ha ricordato di recente che, secondo i maestri della cabala, la prima parola della Torah - in principio: *bereshit* in ebraico - contiene uno straordinario anagramma: *taev shir*, ossia voluttà di un canto. Ma anche l'ultima parola del pentateuco, *israel*, contiene un ulteriore potente anagramma: *shir el*, canto a Dio. Si potrebbe affermare che il mondo è stato creato per la voluttà di un canto: d'altronde, al cuore delle Scritture non c'è forse il Cantico dei Cantici? Certamente non si tratta di un canto ingenuo o egocentricamente felice, ma di un canto che ha conosciuto la sofferenza della vita, propria ed altrui.

Riconciliato con il Signore al termine di un lungo incontro-scontro che ha il sapore dell'abbraccio degli amanti e della lotta dei guerrieri, sperimentata una consolazione che non significa affatto prematura pacificazione ma apertura (anche sofferta) al mistero dell'Alterità, conosciuta in qualche modo la scandalosa bellezza dell'amore che condivide la sofferenza, avendo gridato tutto il proprio malessere ed essendosi aperto a quello del Signore e del prossimo, ecco che il cuore può trasformare la sofferenza in un canto ed iniziare a sentire il canto dell'Amato che, con le vesti macchiate di sangue (cf. Is 63,1), viene per i monti profetizzando nuova primavera (cf. Ct 2, 8).

Ascoltiamo il poeta Clemente Rebora:

“Verrà, se resisto
a sbocciare non visto,
verrà d'improvviso
quando meno l'avverto:
verrà quasi perdono
di quanto fa morire,
verrà a farmi certo
del suo e mio tesoro,
verrà come ristoro
delle mie e sue pene,
verrà, forse già viene
il suo bisbiglio”.

La preghiera ci è data, se unita allo studio della Parola e del nostro cuore, come “conversazione terapeutica”, che ci permette di ricevere consolazione dal Signore e di offrirgliene, ben sapendo che consolazione non significa essere riportati al “paradiso perduto” (lo stato in cui ci trovavamo prima di essere feriti o di essere visitati dalla sofferenza), ma condotti a maturazione in compagnia del Verbo.

Il mito greco racconta di Orfeo che vinse il canto delle sirene con una musica più bella. Noi vinciamo l'assurdo canto del dolore, che rischia di perderci, con una musica più bella: quella dell'apertura del nostro cuore alla musica sofferente ed amante del Verbo che si fa carne e sangue per noi.

In riquadro
Di **Nello Dell'Agli** segnaliamo
Lectio divina e lectio umana
Edizioni Dehoniane Bologna, Bologna 2004