

dell'anima e dello spirito, fino alle giunture e alle midolla, e discerne i sentimenti e i pensieri del cuore» (Eb 4,12).

- ascoltare la Parola con sincera apertura, lasciare che tocchi la sua vita, che lo metta in discussione, che lo esorti, che lo smuova.
- Non ci viene chiesto di essere immacolati, ma piuttosto che siamo sempre in crescita, che viviamo il desiderio profondo di progredire nella via del Vangelo, e non ci lasciamo cadere le braccia.

Il Signore vuole utilizzarci come esseri vivi, liberi e creativi, che si lasciano penetrare dalla sua Parola...

Lo Spirito Santo, che ha ispirato la Parola, è Colui che «oggi come agli inizi della Chiesa, opera in ogni evangelizzatore che si lasci possedere e condurre da lui, che gli suggerisce le parole che da solo non saprebbe trovare».

#### Con Bartolomea

*Bartolomea, grazie al suo stare sotto la luce della Parola, ha una lucida coscienza dell'immondo che si muove dentro di lei, ma questa constatazione non la porta a ripiegarsi bensì a confidare ancor più decisamente nella potenza del suo Salvatore. Scrive:*

La mia debolezza, la mia miseria, la mia cattiveria è somma; il mio Gesù, però, in cui ho posto tutte le mie speranze, è ricco, forte e potente. Egli mi aiuterà, mi sosterrà, sarà la mia forza ed io in Lui pienamente e dolcemente confido.

ÉQUIPE GIOVANI PER LA CARITÀ CASCINA MARIET

[eg.carita@virgilio.it](mailto:eg.carita@virgilio.it) [www.cascinamariet.org](http://www.cascinamariet.org)

SUORE DI CARITÀ DELLE SANTE BARTOLOMEA CAPITANIO E VINCENZA GEROSA

# lettera APERTA



novembre 2020

#### LA PAROLA CHE CI GUARISCE DENTRO



*“Guardiamoci dentro:  
quanta doppiezza abbiamo nel cuore!  
Quante volte ci mostriamo buoni fuori  
e coviamo rancore dentro”*

Papa Francesco

*“Ripetimi  
quella Parola che  
un giorno hai detto a me  
e che mi liberò”*

vantaggio. Non bisogna mai dimenticare che a volte «anche Satana si maschera da angelo di luce» (2 Cor 11,14).

Ma l'obiettivo non è quello di capire tutti i piccoli dettagli di un testo, la cosa più importante è scoprire qual è il messaggio principale, quello che conferisce struttura e unità al testo.

Certamente, per intendere adeguatamente il senso del messaggio centrale di un testo, è necessario farlo in connessione con l'insegnamento di tutta la Bibbia, trasmessa dalla Chiesa. In tal modo si evitano interpretazioni sbagliate o parziali, che contraddicono altri insegnamenti della stessa Scrittura.

Alla presenza di Dio, dopo la lettura calma del testo, è bene domandare, per esempio: «Signore, che cosa dice a me questo testo? Che cosa vuoi cambiare della mia vita con questo messaggio? Che cosa mi dà fastidio in questo testo? Perché questo non mi interessa?», oppure: «Che cosa mi piace, che cosa mi stimola in questa Parola? Che cosa mi attrae? Perché mi attrae?».

Quando si cerca di ascoltare il Signore è normale avere tentazioni: sentirsi infastidito o oppresso, e chiudersi;

iniziare a pensare quello che il testo dice agli altri, per evitare di applicarlo alla propria vita.

cercare scuse che permettano di annacquare il messaggio specifico di un testo. Altre volte riteniamo che Dio esiga da noi una decisione troppo grande, che non siamo ancora in condizione di prendere. Questo porta a perdere la gioia dell'incontro con la Parola, ma questo vorrebbe dire dimenticare che nessuno è più paziente di Dio Padre, che nessuno comprende e sa aspettare come Lui. Egli invita sempre a fare un passo in più, ma non esige una risposta completa se ancora non abbiamo percorso il cammino che la rende possibile. Semplicemente desidera che guardiamo con sincerità alla nostra esistenza e la presentiamo senza finzioni ai suoi occhi, che siamo disposti a continuare a crescere, e che domandiamo a Lui ciò che ancora non riusciamo ad ottenere.

Chi si pone in ascolto

- dev'essere disposto a lasciarsi commuovere dalla Parola e a farla diventare carne nella sua esistenza concreta
- accettare di essere ferito da quella Parola, perché è una Parola viva ed efficace, che come una spada «penetra fino al punto di divisione

«che cosa vuoi cambiare della mia vita con questa Parola?»

#### PER DIALOGARE

- **stai** un breve momento in silenzio, davanti a Gesù; parlagli di ciò che hai considerato; ascolta nel cuore quale Parola lo Spirito ri-pete in te
- **ringrazia** di questo Incontro, e ripeti questa invocazione: “*Che la tua Parola, Signore, si faccia carne in me*”

#### PER APPROFONDIRE - da Evangelii Gaudium 146-152

Esiste una modalità concreta per ascoltare quello che il Signore vuole dirci nella sua Parola e per lasciarci trasformare dal suo Spirito. È ciò che chiamiamo “lectio divina”. Consiste nella lettura della Parola di Dio all’interno di un momento di preghiera per permetterle di illuminarci e rinnovarci.

Il primo passo, dopo aver invocato lo Spirito Santo, è prestare tutta l’attenzione al testo biblico, soffermarsi a studiarla con la massima attenzione e con un santo timore di manipolarla, abbandonare ogni ansietà e dare tempo, interesse e dedizione gratuita.

Si dedica un tempo gratuito e senza fretta unicamente alle cose o alle persone che si amano; e qui si tratta di amare Dio che ha voluto parlare. A partire da tale amore, ci si può trattenere per tutto il tempo necessario, con l’atteggiamento del discepolo: «Parla, Signore, perché il tuo servo ti ascolta» (1 Sam 3,9) Prima di tutto conviene essere sicuri di comprendere adeguatamente il significato delle parole che leggiamo... , prestare attenzione alle parole che si ripetono o che si distinguono, riconoscere la struttura e il dinamismo proprio di un testo, considerare il posto che occupano i personaggi, ecc.

La lettura spirituale di un testo deve partire dal suo significato letterale. Altrimenti si farà facilmente dire al testo quello che conviene, quello che serve per confermare le proprie decisioni, quello che si adatta ai propri schemi mentali. Questo, in definitiva, sarebbe utilizzare qualcosa di sacro a proprio

#### IL TESTO

Luca 4, 31 - 37

Gesù discese a Cafarnaò, una città della Galilea, e al sabato ammaestrava la gente.

Rimanevano colpiti dal suo insegnamento, perché parlava con autorità.

Nella sinagoga c'era un uomo con un demonio immondo e cominciò a gridare forte:

«Basta! Che abbiamo a che fare con te, Gesù Nazareno? Sei venuto a rovinarci? So bene chi sei: il Santo di Dio!».

Gesù gli intimò: «Taci, esci da costui!».

E il demonio, gettatolo a terra in mezzo alla gente, uscì da lui, senza fargli alcun male.

Tutti furono presi da paura e si dicevano l'un l'altro:

«Che parola è mai questa, che comanda con autorità e potenza agli spiriti immondi ed essi se ne vanno?».

## PER ENTRARE

### Siamo gente bisognosa di essere guarita.

I vangeli non solo ci presentano Gesù che guarisce, ma anche alcune guarigioni particolari, nelle quali ci è rivelato da che cosa Egli ci guarisce, come, a quali condizioni, e che cosa succede quando siamo da Lui guariti.

Nel testo che consideriamo, siamo messi di fronte alla guarigione di un uomo che apparentemente non ha alcun male e che probabilmente non pensa affatto di essere malato. I fatti mostreranno però che in realtà quest'uomo si porta addosso un profondo malessere di cui non è neppure consapevole.

## PER GUARDARE e MEDITARE

### Nella sinagoga c'era un uomo con un demonio immondo.

Un uomo apparentemente 'a posto', anche dal punto di vista religioso, che il sabato frequenta la sinagoga come tutti, e che però porta in sé una malattia che lo abita nella sua interiorità: è **con un demonio immondo**. E' forte questa espressione che Luca usa, come a dire che quel demonio se lo porta sempre appresso, ovunque vada, qualunque cosa faccia; è così diventato una cosa sola con lui che quando il demonio si mette a gridare parla al plurale: "sei venuto a rovinarci, che abbiamo a che fare con te?", finendo però con il tradirsi nelle sue stesse parole: "so bene chi sei".

Una presenza nascosta nell'intimo tiene quell'uomo in suo potere (Marco dice che quest'uomo è **posseduto** dallo spirito immondo) e ne sporca la mente e il cuore: pensieri, sentimenti, decisioni...

Il poveretto è talmente abituato a stare con questo spirito che pensa che quello che ha in mente siano pensieri suoi, quello che decide siano scelte sue, in realtà è in balia di un'altra forza che lo possiede e che viene allo scoperto e si scatena nel momento in cui risuona la Parola di Gesù.

**Cominciò a gridare forte: «Basta! ...**

**Gesù gli intimò: «Taci, esci da costui!».**

- facendo il segno della croce, **invoca**: "Vieni Santo Spirito!"

## PER LEGGERE

- **leggi il brano biblico**
- *nota il contesto in cui si colloca: cosa sta prima e cosa sta dopo nel Vangelo; quando e dove siamo...*
- *presta attenzione alle parole, sottolinea quelle che si ripetono;*
- *nota i personaggi in gioco: cosa dicono, cosa fanno...*

## DENTRO

- **vedi la scena: il luogo in cui accade, nota quello che fanno le persone, ascolta che cosa dicono...; puoi interrogare l'uno o l'altro...; dove ti rivedi? ...**
- **cerca quale è il messaggio centrale del brano; ti richiama qualche altro testo biblico?**

## PER MEDITARE

- **domanda a te stesso:** «Che cosa mi piace, che cosa mi stimola in questa Parola? Che cosa mi attrae? Perché mi attrae?».
- **Oppure:** «Che cosa mi dà fastidio in questo testo? Che cosa suscita in me resistenza? Perché questo non mi interessa?».
- **domanda al Signore:** «con questa tua Parola, come vuoi illuminare la mia Vita? «quale Verità mi conosci su me, sulla vita, noi, su Te? «quale Bella Notizia mi offri?

Se siamo esposti alla parola di Dio e ci lasciamo toccare e ferire e mettere in discussione, lo Spirito di Dio piano piano rigenera il nostro mondo interiore che il nemico ha reso immondo, fa cosmos là dove c'è il caos, mette ordine nel casino che ci portiamo dentro. come ci è detto nel primo capitolo della Genesi<sup>7</sup>.

Dio mi ha fatta bella/o, non mi ha fatta/o cattiva/o; se spesso oggi mi ritrovo così è perché ho lasciato entrare in me menzogna, stupidità caligine, smog dell'anima. Gesù vuole restituirmi a quella/o che sono; ci mette una vita a farlo, ma se siamo esposti alla Sua Parola, Lui lo fa e piano piano si vede, e il nemico non ci può fare alcun male.

## UNA TRACCIA PER METTERTI IN ASCOLTO DELLA PAROLA

Non succede niente nella nostra vita finché ciò che ascoltiamo è solo tutto il rimbombo che ci viene da fuori (le mille parole che non sanno di Dio) e il rimbombo che ci viene da dentro (le mille menate che ci facciamo noi), occorre esporci a un'altra parola, che è capace di guarirci anche là dove neanche sappiamo di essere malati

Come si fa a stare esposti alla Parola di Dio?

Offriamo qui una traccia. Questo schema può anche essere sminuzzato lungo la settimana, meditando sul brano evangelico della domenica.

### PER ENTRARE

- scegli il luogo e il tempo da dedicare
- **fermati** nella posizione per te più comoda, così da restare per il tempo della preghiera
- respira lentamente
- pensa che il Signore è qui e vuole incontrarti
- domandati: io che cosa voglio in questo incontro?

---

<sup>7</sup> Gen 1

La Voce di Gesù è più forte, sovrasta quel grido. Gesù comanda alla forza oscura che tiene in balia quell'uomo di uscire ed essa è costretta a lasciarlo. Per quest'uomo è doloroso, qualcosa in lui si ribella, fa resistenza e lo strazia, ma non può fargli alcun male.

### «Che parola è mai questa

Quell'uomo è lì, dove Gesù parla, e in qualche modo ascolta (questa è la sua parte: essere lì e ascoltare). Così la Parola di Gesù ha potuto ferirlo (lo ha ferito tanto che si mette a gridare) e liberarlo dal suo male.

Quest'uomo non sa di essere malato e non domanda di essere guarito. Perché dunque Gesù lo guarisce? Perché Lui sa che quest'uomo è schiavo, non è se stesso: non era stato fatto così dal Padre.

Lo sporco che si porta dentro è come una caligine che si è appiccicata sulla sua interiorità e copre il suo vero, la sua bellezza.

Ora quest'uomo è finalmente libero, finalmente se stesso: un uomo dallo sguardo e dai pensieri limpidi, che può finalmente amare.

## PER CONFRONTARCI CON LA PAROLA ASCOLTATA

### La prima guarigione

Questa prima guarigione che i Vangeli di Luca e di Marco ci raccontano ci dice che ciò da cui abbiamo bisogno di essere guariti è anzitutto da una malattia che tocca la nostra interiorità. Una malattia che spesso non notiamo, perché ci pare di essere 'a posto', perché facciamo le cose di tutti i giorni: il lavoro, la casa, gli amici, le vacanze... Una malattia che pare non invalidare per niente la nostra vita e che in realtà ci gioca nella nostra profondità: là dove partono i pensieri, i sentimenti, i desideri, le decisioni...

Siamo molto attenti alla salute del nostro corpo, qualche volta persino in maniera ossessiva (controlliamo le etichette degli alimenti, evitiamo di mangiare determinati ingredienti, etc), stiamo imparando a prenderci cura anche della nostra salute psichica (ed è una attenzione necessaria), ma

quando ci prendiamo cura della nostra interiorità più profonda? Questa dimensione l'abbiamo un po' censurata, come non esistesse una salute interiore. Non conosciamo quasi niente delle nostre malattie più profonde. Nei primi secoli del cristianesimo i Padri del deserto hanno approfondito attraverso la loro personale esperienza ciò che accade dentro l'uomo, maturando una profonda sapienza spirituale che oggi normalmente e con leggerezza noi ignoriamo<sup>1</sup>

### Uno spirito immondo

Che cosa è nella nostra vita concreta questo spirito immondo?

Tutto ciò che sporca i nostri pensieri: pregiudizi, stereotipi, stupidità<sup>2</sup>... Un cumulo di scemenze e menzogne che ci entrano da tutte le parti e che invadono i nostri pensieri, la nostra immaginazione, il nostro mondo emotivo.

Immondo è tutto ciò che ci inquina il cuore: risentimenti, gelosie, rivalità, attaccamenti possessivi...; ed è ciò che inquina i nostri desideri, le nostre decisioni: il condizionamento di ciò che dicono/fanno tutti.

C'è molto immondo dentro di noi<sup>3</sup>, che poi sporca i nostri atti e scelte: pensiamo a quanta volgarità e banalità nelle parole che diciamo, a quanta infedeltà nelle nostre relazioni, a quanta ingiustizia nei nostri atti. Dice Gesù:

*Dal di dentro, cioè dal cuore degli uomini, escono le intenzioni cattive: fornicazioni, furti, omicidi, adulteri, cupidigie, malvagità, inganno, impudicizia, invidia, calunnia, superbia, stoltezza. Tutte queste cose cattive vengono fuori dal di dentro e contaminano l'uomo»<sup>4</sup>*

Gesù vuole guarirci, perché sa bene che l'immondo che ci portiamo dentro non è il nostro vero. Il mio vero è la bellezza che c'è in me, è il desiderio di verità, di bene. Gesù mi guarda e prova tenerezza, compassione per questa

---

<sup>1</sup> Pensiamo ad esempio all'elenco dei vizi capitali: è la sintesi delle malattie interiori che essi hanno individuato stando nel deserto, in ascolto di ciò che accade dentro la mente e il cuore dell'uomo.

<sup>2</sup> La bibbia la chiama stoltezza

<sup>3</sup> Come panno immondo sono tutti i nostri atti di giustizia

<sup>4</sup> Mc 7, 21-23

caligine che si è appiccicata su di me e desidera la mia libertà. Per questo viene con la sua Parola potente, capace di guarire.

### Esposti alla Parola

Come una parola falsa, ingannevole, nemica - che ci è entrata e ci entra attraverso i mille strumenti delle parole ingannevoli - ha portato dentro di noi questa caligine scura, così occorre che una parola vera, forte, arrivi al nostro orecchio per liberarci.

Perciò è importante che noi siamo lì dove Lui parla, che stiamo esposti alla sua Parola e ci lasciamo ferire, disturbare.

Ben venga che quando ascoltiamo la parola di Gesù ci sentiamo disturbati: quando la sua parola mi dà fastidio e mi turba è perché mi ha toccato sul vivo, nei miei desideri e pensieri malati. Altre volte quella parola mi darà gioia. gusto: è perché ha incontrato il mio desiderio vero.

Ci fa bene domandarci: in che cosa questa parola che ho ascoltato mi dà fastidio? Perché?

Gesù non è solo un medico, Gesù è un chirurgo che ha in mano **la spada della Parola**<sup>5</sup>: il bisturi che penetra dentro fino alle giunture delle ossa e delle midolla e là è capace di stanare il male che cova dentro, nascosto, di tirare fuori da noi l'immondo.

Dobbiamo lasciarlo operare, sapendo che la parola di Gesù è più forte delle nostre resistenze, dei nostri tirarci indietro. Quando siamo sotto la forza della Parola ci sentiamo combattuti, messi in discussione, ma il male che ci portiamo dentro è già vinto e non può farci alcun male<sup>6</sup>.

### Un processo

In questo brano - come in tanti brani di Vangelo che hanno anche una forza simbolica ed educativa - la guarigione è immediata. Nella nostra vita, invece, essa è un processo graduale.

---

<sup>5</sup> Cfr Eb 4,12: La parola di Dio è viva, efficace e più tagliente di ogni spada a doppio taglio; essa penetra fino al punto di divisione dell'anima e dello spirito, delle giunture e delle midolla e scruta i sentimenti e i pensieri del cuore. Non v'è creatura che possa nascondersi davanti a lui, ma tutto è nudo e scoperto agli occhi suoi.

<sup>6</sup> Cfr Giovanni 15,3 Voi siete già mondi, per la parola che vi ho annunziato.