

IL VANGELO DELLA GRAZIA (I)

La diakonìa apostolica

Il richiamo al coraggio, alla fiducia nel Signore, all'audacia che nasce dall'amore e allo slancio apostolico è monito quanto mai attuale per tutta la famiglia Zaccariana, specialmente in questo tempo di "Vigilia Capitolare". A partire da At 20,17-35, il biblista p. Giuseppe Dell'Orto ci offre una sintesi della pastoralità paolina e del suo modo di riferirsi alle comunità di allora e di sempre.

« **A**lla scuola di San Paolo [sant'Antonio Maria Zaccaria] apprese la legge fondamentale della vita spirituale intesa come un "crescere di momento in momento" (Lett. X), fino a raggiungere la statura dell'uomo perfetto in Cristo, spogliandosi incessantemente dell'uomo vecchio, per rivestirsi dell'uomo nuovo nella giustizia e santità (cf. Ef 4,22-24).

Nel corso della sua vita dovette affrontare ostacoli e persecuzioni, ma mostrò sempre indomito coraggio e fiducia nel Signore. Questi stessi sentimenti devono oggi alimentare quanti fanno parte della sua Famiglia spirituale.

Occorre infatti affrontare con l'audacia che nasce dall'amore la difficile situazione in cui si trovano non poche vostre benemerite e secolari istituzioni educative, per continuare a porre la ricchezza della vostra tradizione pedagogica al servizio dei giovani, delle loro famiglie e dell'intera società.

Allo stesso modo, è necessario curare con singolare zelo la formazione cristiana delle nuove generazioni attraverso l'annuncio della Parola di Dio, la puntuale e devota celebrazione dei Sacramenti, specialmente di quello della Riconciliazione, la direzione spirituale, i ritiri e gli esercizi spirituali. Tutto ciò che ha costituito fin dagli inizi un aspetto specifico del carisma barnabita esige dai Chierici Regolari di San Paolo un ardimento e costante slancio apostolico. Il Popolo di Dio ha più che mai bisogno di guide autorevoli e di alimento spirituale abbondante, per accogliere e vivere la "misura alta

della vita cristiana ordinaria", attraverso un'opportuna "pedagogia della santità"». Con queste parole veramente profetiche Giovanni Paolo II si rivolgeva all'allora Superiore Generale in occasione del V Centenario della nascita di sant'Antonio Maria Zaccaria, il 6 luglio 2002. E non c'è dubbio che esse risuonino ancor più significative oggi, alla vigilia del Capitolo Generale che si svolgerà a Rio de Janeiro nel luglio di quest'anno e che sarà chiamato a prendere decisioni importanti per la vita della Congregazione. Il richiamo al coraggio, alla fiducia nel Signore, all'audacia che nasce dall'amore e allo slancio apostolico è monito quanto mai attuale per tutta la famiglia Zaccariana! È quindi sulla necessità di questi sentimenti e di queste caratteristiche che vorremo riflettere quest'anno, a partire da At 20,17-35, il discorso di Paolo agli anziani di Efeso, «sintesi della pastoralità paolina e del suo modo di riferirsi alle comunità» (C.M. Martini).

L'addio del pastore

Luca, da raffinato narratore e teologo qual è, colloca il discorso di Paolo agli anziani di Efeso in una *posizione strategica*. L'ultimo viaggio missionario dell'apostolo lo aveva portato in Galazia e Frigia (At 18,23), a Efeso (19,1ss), e quindi in Macedonia e Grecia (At 20,1-3a). Dopo aver soggiornato lì tre mesi, forse a Corinto, Paolo riparte per la Siria; optando per la via di terra e toccando Filippi, giunge a Troade (20,3b-6) dove si svolgono l'incontro serale con la comunità e l'incidente di Eutico, caduto per il sonno dalla finestra e richiamato in vita da Paolo (20,7-12). Da Troade, Paolo si reca dunque ad Asso da dove una nave lo raccoglie e lo trasporta a Chio, Samo e Mileto (20,13-15). Ed è qui che egli convoca gli anziani della Chiesa di Efeso, probabilmente più che per evitare ritardi – come sembra suggerire il testo di Atti – perché impedito legalmente dal mettere piede nella città.

Il contesto che segue il discorso è completamente diverso. Paolo giunge a Gerusalemme, ove viene arrestato, nel Tempio; da questo momento in avanti, egli è «il prigioniero del Signore» e così giungerà a Roma per sottoporsi al giudizio del tribunale dell'imperatore (At 27) e trascorse lì gli ultimi due anni della sua vita «nella casa che aveva preso in affitto e accoglieva tutti quelli che venivano da lui, annunciando il regno di Dio e insegnando le cose riguardanti il Signore Gesù Cristo, con tutta franchezza e senza impedimento» (At 28, 30-31).



lo stemma dei Barnabiti su Palazzo Sangermano - ex Scuola Apostolica Ven. Castelli - Arpino

Il discorso di Atti 20 si trova perciò tra le ultime tappe del ministero apostolico di Paolo (At 18-20) e la fine della sua libertà e si differenzia da tutti gli altri discorsi attribuiti a Paolo o a Pietro negli *Atti degli Apostoli* perché si caratterizza come un discorso di commiato / addio, un estremo messaggio, un "testamento spirituale" o ancor meglio un «testamento pastorale» (J. Dupont), proprio perché destinato a coloro che, dopo la sua partenza resteranno alla guida della comunità di Efeso. Si noti che è l'unico discorso di Paolo rivolto a cristiani, anzi a dirigenti della comunità! Non dimentichiamo poi che Efeso è la città dove Paolo è rimasto più a lungo a svolgere la sua missione apostolica e nella quale ha conosciuto successi ma anche difficoltà molto gravi (cf. At 19). «*Il ritratto ideale del pastore è dato da Paolo stesso nel discorso ai responsabili della Chiesa di Efeso, riuniti a Mileto: dedizione perseverante, costanza nelle prove, vigilanza e disinteresse sono le qualità spirituali che devono distinguere i presbiteri che prolungano il compito di Paolo nella comunità*» (R. Fabris).

Se nell'intero corso del suo ministero Paolo ha dimostrato una cura amorosa verso tutte le comunità nate e sostenute dalla sua azione apostolica, esortandole, rimproverandole, guidandole, una rilettura globale del suo ministero appassionato è proprio il discorso di Mileto. «*Nella parola che Paolo rivolge agli anziani di Efeso c'è tutto il cuore di un apostolo che ha messo la sua vita al servizio del Vangelo e che non cerca altro se non che questo Vangelo possa giungere agli uomini per donare loro la salvezza. E c'è tutta la fede di chi sa di essere solo uno strumento*» (L. Monari). Nel discorso agli anziani di Efeso che Paolo ha fatto venire a Mileto si coglie a pieno «*la profonda spiritualità missionaria che lo rende modello insuperabile per ogni evangelizzatore. Per Paolo essere missionario vuol dire assumere l'atteggiamento del servo-schiavo che non può sottrarsi al mandato ricevuto (cf. anche 1Cor 9,16-18); vuol dire sopportare ogni genere di prove per amore del Vangelo; vuol dire non risparmiarsi mai per nessun motivo nelle fatiche fisiche; vuol dire affidarsi in piena fiducia ai disegni della divina provvidenza; vuol dire offrire tutto se*



stesso in sacrificio gradito a Dio; vuol dire saper rinunciare a tutto pur di guadagnare qualcuno a Cristo; vuol dire resistere ai lupi rapaci che cercano solo di danneggiare il gregge; vuol dire vegliare giorno e notte nella preghiera e nella custodia di coloro che sono stati affidati alle sue cure di pastore; vuol dire esortare e scongiurare nel nome del Signore; vuol dire credere nella efficacia della Parola; vuol dire testimoniare il proprio disinteresse intrecciando lavoro e predicazione; vuol dire infine porre la propria gioia nel dare più che nel ricevere» (C. Ghidelli).

La struttura di questo "testamento" si articola mediante formule temporali che delineano chiaramente tre sezioni. Dopo un preambolo retrospettivo (vv. 17-21), mediante la formula *kai nun idou*, ed ecco ora (v. 22) lo sguardo di Paolo si volge al futuro immediato (vv. 22-24); la medesima formula *kai nun idou* (v. 25) apre la seconda sezione, in cui si affacciano da un lato lo spettro minaccioso della sua morte e dall'altro i pericoli interni (i «*lupi rapaci*») ed esterni (le «*cose perverse*») che richiederanno cura pastorale e vigilanza «*su voi stessi e su tutto il gregge*»; infine nella terza (vv. 32-35), aperta da *kai ita nun*, ed ora, il culmine è costituito dall'affidamento alla Parola, che sola può edificare e sostenere ogni azione evangelizzatrice, e dall'estrema raccomandazione ad avere attenzione per i poveri «*ricordandoci della parola del Signore Gesù, che*

disse: «*vi è più gioia nel dare che nel ricevere!*». Non potendo meditare il testo nella sua interezza, ci lasciamo guidare da alcune espressioni particolarmente dense concretizzandole con gli Scritti Zaccariani.

una vita al servizio

¹⁷Da Mileto mandò a chiamare a Efeso gli anziani della Chiesa. ¹⁸Quando essi giunsero presso di lui, disse loro: «*Voi sapete come mi sono comportato con voi per tutto questo tempo, fin dal primo giorno in cui arrivai in Asia: ¹⁹ho servito il Signore con tutta umiltà, tra le lacrime e le prove che mi hanno procurato le insidie dei Giudei; ²⁰non mi sono mai tirato indietro da ciò che poteva essere utile, al fine di predicare a voi e di istruirvi, in pubblico e nelle case, ²¹testimoniando a Giudei e Greci la conversione a Dio e la fede nel Signore nostro Gesù (At 20,17-21).*

Notiamo subito come il discorso di Paolo sia sintatticamente impostato sul rapporto io-voi («*Voi sapete come mi sono comportato con voi*», v. 17; «*io so che non vedrete più il mio volto*», v. 25; «*vi affido ...*», v. 25); non è abituale, per Paolo, che pone sempre come soggetto dei suoi discorsi Dio e ciò che Dio ha fatto (si veda il discorso ad Antiochia di Pisidia). Ma proprio questa caratteristica lo rende unico e pienamente "pastorale", perché riflette i rapporti che hanno caratterizzato l'Apostolo e le sue comu-

nità. Sin dalle prime parole, infatti, egli non si riferisce tanto al comportamento nei confronti degli anziani di Efeso, quanto al “suo modo di essere”: «*voi sapete in quale maniera (pôs) io sono stato con voi (meth'umôn... egenômen)...*». Essi hanno avuto modo di partecipare alla sua esistenza quotidiana, «*dal primo giorno*» in cui è venuto in Asia, e «*per tutto il tempo*». L'Apostolo non ha bisogno di descrivere se stesso o le parole pronunciate nel corso della sua missione o il contenuto della sua predicazione; pone invece l'accento sulle proprie azioni, sul proprio comportamento, definito da due atteggiamenti: il servizio e l'umiltà.

«*Ho servito il Signore con tutta umiltà ...*». L'uso del verbo *douléuein* richiama la figura dello schiavo, e definisce dunque l'apostolato come una dimensione sostanzialmente di servizio, da non intendersi come condizione umiliante o avvilita, ma come espressione dei doveri inerenti uno stato di totale appartenenza. L'apostolo è al servizio, alle dipendenze del Signore e a lui obbligato.

Spesso, nelle sue lettere, Paolo si definisce apostolo e servo (Rm 1,1; Tt 1,1): dietro l'immagine del servo ci sono i grandi credenti del passato, come Mosè che spessissimo è chiamato proprio in questo modo nel-

l'Antico Testamento (Dt 34,5; Nm 12,7; Cs 12,6; Is 63,11; Sal 105,26, solo per fare alcuni esempi); ma soprattutto c'è il Servo sofferente del Signore di cui parla il profeta Isaia. Chi si fa servo, infatti, è colui che, per amore, risponde ad una chiamata, ad una missione, e si pone in atteggiamento di disponibilità permanente, nell'attenzione continua al Signore, nell'ascolto della sua parola e della sua volontà. Il servizio presuppone cioè un invito, un appello di Dio a un incarico, al quale il servo acconsente liberamente, riconoscendo in tale missione un dono di Dio. È dunque un servizio che si esplica nel mettersi concretamente a disposizione dei fratelli, nella consapevolezza che il vero protagonista della evangelizzazione e della fede è e resta comunque il Signore. Colui che Paolo serve è «*il Signore*», non nel senso del “Signore Dio”, ma del «*Signore Gesù Cristo*», il Nazareno crocifisso che Paolo ha perseguitato nella persona dei suoi seguaci e che ha incontrato e “visto” sulla via verso Damasco, in quell'esperienza indimenticabile che gli Atti raccontano tre volte (At 9,1-9; 22,6-11; 26,12-18). Fu quella esperienza a rivelargli in Gesù il Cristo e il Signore e fu da allora che la sua persona, conquistata, si votò a quel nome. L'obbedienza al

Signore e la totale sottomissione a lui, scaturita da questo evento originario, si mantiene costante nel corso dell'intera missione apostolica.

L'umiltà dell'apostolo

Il secondo atteggiamento con cui Paolo descrive la sua missione è la *tapeinofrosyne*, l'umiltà, che è qui definita come un “sentire umilmente”; è sentimento e atteggiamento interiore, non solo condizione oggettiva, esterna. È scelta volontaria, del cuore. Maria, nel *Magnificat*, dice: «*Il Signore ha guardato all'umiltà della sua serva*», utilizzando il termine *tapéinosis*; in altri termini, ella riconosce la propria piccolezza rispetto alla grandezza di Dio, riferendosi all'insignificanza, all'irrelevanza, al suo non “contare niente” nella storia degli uomini; e al fatto che – ciononostante – ella è stata scelta come Madre di Dio. Qui Paolo sottolinea – in più – come alla condizione oggettiva si aggiunga una scelta personale e profonda del cuore, che non aspira ad essere superiore agli altri, ma è disposto a mettersi all'ultimo posto per servirli. È la condizione dello schiavo, di colui che è all'ultimo posto, che non può fare nulla da sé, ma si aspetta tutto dagli altri e soprattutto da Dio. La *tapeinofrosyne*, che qui in At 20,19 Paolo attribuisce a se stesso e che potrebbe sembrare contraddittorio (una persona umile non dice di esserlo!), è in realtà un atteggiamento profondo del cuore, che si manifesta esternamente «*nella mitezza del carattere, nella socievolezza del comportamento, nell'affabilità e nella mansuetudine nel modo di trattare gli altri. È precisamente questa umiltà che ispira al capo della Chiesa la delicata tenerezza di cui avvolge coloro che gli sono stati affidati*» (J. Dupont).

Un'ultima sottolineatura viene dalle parole che, quasi per inciso, sono poste nell'affermazione dell'Apostolo: «*ho servito il Signore con tutta umiltà, tra le lacrime e le prove*» (v. 19). Il tema delle lacrime compare anche al v. 31, ove Paolo si rivolge direttamente agli anziani di Efeso: «*...vigilate, ricordando che per tre anni, notte e giorno, io non ho cessato, tra le lacrime, di ammonire ciascuno di voi*». Di lacrime parla altre volte, anche nelle Lettere (2Cor 2,4; Fil 3,18). Il servo che si abbandona all'azione



rovine di Mileto, luogo dell'addio di san Paolo agli anziani di Efeso

della parola e della volontà del Signore non è per questo esente da dolori e sofferenze. Può vivere situazioni di tensione, di difficoltà, di amarezza e delusione, ma le lacrime non sono altro che la manifestazione (esteriore ed interiore) della *passione apostolica*, dello slancio evangelizzatore, della partecipazione entusiasta alla propria missione. Sono le lacrime di chi ama molto. «*Tutto questo fa vedere l'intensità emotiva con cui Paolo viveva la sua missione pastorale. Esattamente l'opposto del funzionario, del burocrate, del programmatore intelligente ... L'immagine del pastore che Paolo ci dà, in queste prime battute, è di un uomo profondamente, affettivamente, emotivamente coinvolto in ciò che fa. Ama moltissimo la gente e non con un amore generico: ha presente i nomi, le situazioni personali, di famiglia, di lavoro, di malattia. Uno per uno, quei cristiani gli stanno davanti, conosciuti, uno per uno sono fonte di amarezza, di tristezza, di lacrime oppure di gioia intensa*» (C.M. Martini).

Più globalmente, il tema delle «*lacrime*» rinvia alla persecuzione che Paolo sperimenta praticamente in ogni luogo del suo ministero e che lo rende vero apostolo del Signore. Il Cristo stesso infatti «*bisognava che ... patisse queste sofferenze per entrare nella sua gloria*» (Lc 24,26; cf. Lc 24,7; 18,31) e offrire salvezza al mondo. Come i profeti, ripudiati dal loro popolo, spesso versarono il loro sangue (cf. Lc 11,47-51; 8,33-34), così il Messia porta a compimento la tradizione profetica. E l'Apostolo (ogni apostolo ...) ne segue fedelmente le orme.

A questo punto, raccogliamo per noi, da quanto detto, il tema dell'umiltà presente negli scritti del Fondatore ben 21 volte. Nel capitolo XII delle Costituzioni, «*Dei Novizi e la loro istruzione*», S. Antonio Maria Zaccaria dà questo «*mandato*» al Padre Maestro: «*insegni e faccia loro comprendere che mai non sarà firmata (= si stabilirà) nei loro cuori l'Umiltà, madre e custode delle Virtù, fintantoché per lungo tempo, con grande affetto, con acuto desiderio non abbiano avuto a grato tutte le persecuzioni, irrisioni e umiliazioni, perché di necessità (= necessariamente) rimarrà tiepido chiunque sotterfugerà (= cercherà di evitare) gli obbrobri e le pene. Perciò si ricordino che non si dà Umiltà senza*



l'umiltà - affresco della Chiesa di San Ferreolo - Grosso (Torino)

molti obbrobri ed irrisioni, e che coloro i quali si vergognano di esse, ovvero etiam della compagnia dei poveri Fratelli, o del vestire e abitazione vili, sappiano che non resta loro alcuna minima speranza di potere acquistare la Perfezione, mentre perdura in loro quella tal vergogna. Volete fuggire la vergogna? Cercatela, e con le corde e con le braccia stringetela, che fuggirà da voi, con corona e vittoria vostra.

E poco prima: come deve essere il Maestro? Scrive: «*Ma acciocché tale Maestro possa istruire bene i Novizi, eleggetene uno che abbia le condizioni infrascritte: cioè, che sia di vita provata e irreprensibile, pieno di Discrezione pratica, bene esperto degli inganni e delle battaglie diaboliche, e che sappia veramente e sottilmente investigare le particolarità dei vizi e delle Virtù, e che in tutto sia santo, e di assai larga capacità naturale. Certamente un Maestro simile farà i discepoli tali come sarà lui. Né pensate che possa introdurre Pazienza nei discepoli, se lui sarà sbattuto dall'ira; né*

Umiltà, se lui sarà in qualche modo vanaglorioso; né Sobrietà o Taciturnità o altre Virtù, se lui ne sarà privo.

servire con parresia

I verbi che qualificano l'azione dell'annunzio apostolico sono «*evangelizzare*», «*rendere testimonianza*», «*proclamare la Parola*», «*insegnare ...*». Sono verbi che richiamano la tradizione profetica, ma ricordano anche – più ancora – l'opera del Messia. Nel passo programmatico di Lc 4,16-21 il ministero pubblico di Gesù viene presentato alla luce dell'oracolo di Is 61,1-2, tramite l'utilizzo di un lessico di stampo prettamente profetico. Se dunque il Messia si pone con la sua persona e la sua opera in continuità con la tradizione profetica e la porta a compimento, l'apostolo a sua volta, si pone in continuità con il Messia, di cui è testimone e «*strumento eletto*» (At 9,15).

La predicazione di Paolo è presentata ancora come un'opera compiuta



umiltà - mosaico della Basilica di San Marco a Venezia

in piena libertà, senza timore, ma con coraggio e determinazione. È quanto espresso dal sostantivo *parresia* e dal verbo corrispondente (13,46; 14,3; 18,26; 19,3; 26,26). Il libro degli Atti si conclude con la presentazione di Paolo che «accoglieva tutti quelli che venivano da lui, annunciando (*keryssein*) il regno di Dio e insegnando (*didaskein*) le cose riguardanti il Signore Gesù Cristo, con tutta franchezza e senza impedimento (*metà pases parresias akôlutôs*)» (At 28,31). È un atteggiamento che connota tutto il mi-

nistero di Paolo: è in nome di questa franchezza che egli dichiara ai Giudei di Antiochia la sua intenzione di rivolgersi ai pagani (At 13,46) ed è con la medesima risolutezza che egli parlerà a Iconio (14,3), a Corinto (18,26) e a Efeso (19,8). «Non è da escludere che in tutto ciò giochi non poco il carattere stesso di Paolo, vibrante e appassionato, non incline a tentennamenti e quindi particolarmente esigente nei confronti dei missionari del Vangelo... Anche la sua fervida intelligenza e la sua potente elo-

quenza, attestate in particolare dalle sue lettere, sono all'opera nella predicazione. Gli Atti presentano spesso Paolo che discute con passione e a lungo, soprattutto con i Giudei, prendendo le mosse dalle Scritture e cercando di conquistarli a Gesù di Nazaret, il Cristo glorificato» (P. Tremolada).

In questa prospettiva, assumono particolare significato sia l'espressione che compare due volte pressoché identica nel discorso di Mileto: «non mi sono mai tirato indietro...» (At 20,20.27), sia il fine che determina la sua non-sottrazione: «al fine di predicare (*anaggellein*) a voi e di istruirvi (*didaskein*), in pubblico e nelle case» (v. 20); «al dovere di annunziarvi (*anaggellein*) tutta la volontà di Dio» (v. 27).

L'azione evangelizzatrice di Paolo consiste anzitutto nell'annuncio della Parola di Dio. Il primo dovere dei Dodici – secondo il racconto di Luca – consiste proprio nell'annuncio della Parola (*diakonia tou logou*: At 6,2.4); lo stesso viene affermato da Paolo (At 18,5). Dall'annuncio della parola di Dio dipende infatti l'esperienza della vita eterna: «Era necessario che fosse proclamata prima di tutto a voi la parola di Dio, ma poiché la respingete e non vi giudicate degni della vita eterna, ecco: noi ci rivolgiamo ai pagani» (At 13,46). Una dichiarazione che permette inoltre di identificare il principio-guida dell'azione missionaria di Paolo: l'annuncio della salvezza in Cristo deve giungere prima a Israele, ma è destinato a tutte le genti (At 13,47; cf. Lc 2,32; 3,6).

il vangelo della grazia

Proseguiamo! At 20, ²²Ed ecco dunque, costretto dallo Spirito, io vado a Gerusalemme senza sapere ciò che là mi accadrà. ²³So soltanto che lo Spirito Santo, di città in città, mi attesta (*diamartyrein*) che mi attendono catene e tribolazioni. ²⁴Non ritengo in nessun modo preziosa la mia vita, purché conduca a termine la mia corsa e il servizio (*diakonia*) che mi fu affidato dal Signore Gesù, di dare testimonianza al vangelo della grazia di Dio (*diamartyrein* to euaggelion tes charistos tou Theou).

Senza alcuna esitazione, Paolo si propone di dare compimento alla sua corsa («ho combattuto la buona

battaglia, ho terminato la corsa, ho conservato la fede»: 2Tim 4,7) e al servizio che ha ricevuto (*lambanein*) dal Signore Gesù e che altro non è se non la testimonianza al vangelo della grazia. «Su, su, Fratelli! Se finora in noi è stata alcuna irrisoluzione gettiamola via, insieme con la negligenza: e corriamo come matti non solo a Dio, ma ancora verso il prossimo, il quale è il mezzo che riceve quello che non possiamo dare a Dio, non avendo egli bisogno dei nostri beni» (SAMZ, Lettera II).

La precedente versione CEI banalizzava il testo, traducendo «il messaggio della grazia»; il testo greco dice invece, esplicitamente, *euaggelion*! L'espressione giustamente corretta definisce così Paolo testimone di ciò che è annuncio gioioso, annuncio della *charis* (amore gratuito e salvifico di Dio).

Il servizio umile e coraggioso dell'apostolo si riassume dunque in questo. E in ragione di ciò Paolo può affermare di non ritenere *in nessun modo preziosa la sua vita*. «Il poco conto che Paolo fa della sua vita non è dovuto a superficialità, stanchezza o delusione, a una sorta di follia, bensì a ciò che lo lega a Gesù a cui ha votato la sua vita e per il cui nome vuole dare tutto. Nella Prima lettera ai Tessalonicesi appare tuttavia un altro aspetto di questo modo con cui l'Apostolo considera la propria esistenza: "Così affezionati a voi, avremmo desiderato darvi non solo il vangelo di Dio, ma la nostra stessa vita, perché ci siete diventati cari" (1Ts 2,8). Sono dunque due i fuochi della vita di Paolo, che spiegano come egli possa giocare l'esistenza: il nome del Signore Gesù e i suoi fedeli a cui si sente legato da profondo affetto anche a livello umano» (C.M. Martini).

Ciò che conta per Paolo, quindi, è il rimanere fedele al compito di dare testimonianza del "vangelo della grazia di Dio", la "bella notizia" – rivelatagli da Cristo – che Dio è un Padre sempre e soltanto buono con tutti. Convinto di ciò, Paolo vedeva la vita come una bella corsa per portare agli altri questo vangelo, senza mai arrendersi. Testimoniare l'annuncio gioioso dell'amore gratuito di Dio costituisce la sintesi della missione apostolica: non si tratta dunque di propagandare un'ideolo-

gia o un sistema morale, ma di proclamare la buona notizia dell'amore di Dio, di cui la vita dell'Apostolo si fa icona.

Con straordinaria consonanza con l'Apostolo, anche sant'Antonio Maria Zaccaria esortava i suoi frati ad essere riformatori: «Quando vedrai ... che i buoni costumi sono posti al basso e che la tiepidezza è in alto, allora alza i tuoi occhi sopra l'onore di Dio e lo

la tiepidezza in favore dei buoni costumi ... Avverti anche questo: che invano si tratta di voler riformare i costumi se non vi è presente la divina grazia, la quale però ha promesso di essere con noi sino alla fine del mondo, ed è così pronta ad aiutarci, che vuole imputare noi e mostrarci colpevoli di non aver avuto ardire – per infedeltà – di abbracciare cose grandi, piuttosto che potere noi in-



vita di san Paolo - Vat. gr. 699f. 83v (sec. VII)

zelo delle anime, ed esperimenta se in qualche modo puoi mettere in alto i buoni costumi. Ma avverti prima le condizioni che sono descritte [qui sotto, accio[ché tu] sappia quale debba essere il riformatore; e ritrovandoti tale, allora senza superbia e presunzione (perché questo ci può essere), e con audacia esalta la croce [più] potentemente che potrai sopra

colpare lei di esserci mancata» (Antonio M. Zaccaria, *Costituzioni*, XVIII. Della qualità del Riformatore).

Sulla traduzione e l'interpretazione di Paolo «costretto / avvinto dallo Spirito» e su altri particolari rinviamo il paziente lettore al prossimo contributo!

Giuseppe Dell'Orto

Vocabolario ecclesiale

IL SONNO – Un terzo delle ventiquattr'ore giornaliere è destinato al sonno. Pascal costatava, esagerando – ma non del tutto! – sulla cifra, che passiamo «*metà della vita nel sonno*»: e chi può negare che anche se svegli, in realtà è come se dormissimo, spreco in un “non-vivere” ore preziose... Di qui la domanda: «*Chi sa se l'altra metà della vita, durante la quale crediamo di essere svegli, non sia un altro tipo di sonno, un po' diverso dal primo, da cui ci risvegliamo quando pensiamo di dormire?*» (*Pensieri*, 164). Restituire al sonno il suo tempo e la sua funzione è un compito che ci attende, se vogliamo vivere in modo autentico. Si calcola, infatti, come dicevamo la scorsa puntata, che 42 milioni di Italiani su circa 63 dormono male e che 9 milioni soffrono di insonnia cronica. Rispetto a cinquant'anni fa, in media sottraiamo al riposo notturno da un'ora e mezza a due ore: basti pensare a TV e internet, senza dimenticare le discoteche! Il 20 % dei bambini non dorme in modo adeguato. Quanto agli adulti, non pochi passano da lavori forzati a sonni forzati, propiziandosi con medicinali i favori di Morfeo.

Già il biblico Siracide notava che «*l'insonnia del ricco* – e qui possiamo sostituire: tutto ciò che ci chiude nella morsa dell'ego – *consuma il corpo, i suoi affanni gli tolgono il sonno. Le preoccupazioni dell'insonnia non lasciano dormire, come una grave malattia bandiscono il sonno*» (31,1-2). Per poi aggiungere: «*A un uomo educato il poco è sufficiente; quando si corica non respira con affanno. Il sonno è salubre se lo stomaco è regolato, al mattino ci si alza e si è padroni di sé. Il tormento dell'insonnia... accompagna l'uomo ingordo*» (Sir 31,19-20). È stato detto inoltre che «*oltre allo stile di vita contemporaneo, all'alimentazione disordinata e all'inquinamento, uno dei principali colpevoli del malessere notturno è la tecnologia: cellulari e tablet – ma aggiungiamoci anche tv – fanno dormire male a causa della loro luce che inibisce la produzione di melatonina, l'ormone che regola il ciclo sonno-veglia*» (A. Lana).

Recenti premi Nobel, come sappiamo, hanno richiamato l'importanza di rispettare il ritmo circadiano, vero orologio biologico interno a ogni organismo, che regola il ciclo sonno-veglia: un alternarsi compromesso da non pochi aspetti della vita moderna. In definitiva il sonno ci chiede di integrare saggiamente le polarità che scandiscono l'esistenza umana, tra appagamento e astensione... È stato detto che «*il giorno ansima nell'urgenza. Solo la notte si lascia respirare*» (F. Caramagna). Al qual proposito mette conto cogliere l'«*essenza del sonno*», come ci viene illustrata dalla saggezza indu: «*Quando si dice che questo essere individuato – il singolo vivente – sta dormendo, allora egli diviene perfettamente fuso con l'Essere, egli è immerso in se stesso, ... è assorbito nell'atman*», ossia nella propria anima, la quale di sua natura è a sua volta impregnata della di-

mensione divina (*Chandogya Upanishad*, 6° Adhyaya, 8° Khanda).

D'altra parte sappiamo bene che le ore del riposo, non impropriamente detto “notturno” (si raccomanda infatti che il “riposino” diurno non superi i tre quarti d'ora!), conoscono recondite attività che il nostro corpo, soprattutto il cervello, dispiega in ordine a un vero riassetto dell'intera persona. Significativo che sia molto simile a quello dello stato di veglia, l'elettroencefalogramma delle fasi REM (rapidi movimenti degli occhi), quando cioè, quattro o cinque volte durante il sonno a partire da circa 20 minuti dall'addormentamento, si verifica quel tipico “risveglio” cui diamo il nome di sogni... Insomma, quest'insieme di dati che accompagnano le ore del riposo notturno e ne fanno un imprescindibile evento terapeutico, danno ragione a quanto recita l'inno liturgico dei vesperi del mercoledì: «*Nel sonno rimargina le ferite dell'anima*».

C'è un ultimo aspetto che connota l'esperienza del sonno, ed è il legame con la morte. Sappiamo che, nella mitologia greca, sonno e morte sono fratelli gemelli, per cui l'uno è immagine dell'altra, anche se Pascal – il «*misantropo sublime*», come ebbe a definirlo Voltaire – preferiva affermare che «*il sonno è piuttosto l'immagine della vita*!» (*Pensieri*, 794). Un detto islamico suona in questi termini: «*L'uomo dorme, è quando muore che si risveglia*». L'addormentarsi può – e dovrebbe – essere considerato l'equivalente quotidiano del morire, come il risvegliarsi è l'equivalente quotidiano del rinascere, del risorgere. Di qui, lo si è già notato, l'importanza di elaborare specifiche modalità con le quali ci corichiamo e ci rialziamo dal letto. Modalità certamente fisiche..., ma soprattutto psichiche e spirituali. Raggiungere, prima di addormentarsi, lo stato d'animo con cui si vorrebbe morire è un esercizio di somma importanza ed efficacia. Scriveva fra Battista da Crema: «*Che pazzia è la tua, vivere in uno stato nel quale non vorresti morire*» (*Della Cognizione e Vittoria di se stesso*).

Addormentarsi e risvegliarsi sono momenti simbolici della vita umana e vanno restituiti alla loro funzione. Con questo va sottolineata l'importanza del sonno e, come vedremo, del sogno, in ordine all'esperienza di quello “stato intermedio” che si situa tra la vita e la morte. Stato intermedio che ha registrato singolari approfondimenti nelle dottrine e nelle discipline tradizionali, dall'Egitto all'India. Possiamo citare il *Libro dei morti*, antico testo funerario egizio, utilizzato dal 1550 fino alla metà del I secolo a.C. Il titolo originale può essere reso con *Libro per uscire al giorno* o *Libro per emergere nella luce*. Le stesse tematiche si trovano nel *Libro tibetano dei morti* o *Bardo Thodol*, scritto nell'VIII secolo. Esso contiene le istruzioni per il moribondo, istruzioni che gli vengono recitate all'orecchio nel momento del trapasso.

Antonio Gentili