

## 18° Capitolo dell'Abate Generale per il CFM - 14.09.2012

“È al sesto gradino dell'umiltà il monaco che sia contento di tutto ciò che è vile e abietto, e di fronte ad ogni compito che gli viene affidato si ritiene operaio cattivo e indegno, dicendosi con il Profeta: ‘Sono ridotto al nulla e nulla so, come una bestia sono diventato dinanzi a te, e tuttavia sono sempre con te.’ (Sal 72,22-23)

Il settimo gradino di umiltà consiste nel non limitarsi a proclamare con la lingua se stessi inferiori e più spregevoli di tutti, ma anche nel crederlo nell'intimo del cuore, umiliandosi e dicendo col Profeta: ‘Ma io sono verme e non uomo, vergogna degli uomini, rifiuto del popolo’ (Sal 21,7). ‘Sono stato innalzato, umiliato e confuso’ (Sal 87,16). E anche: ‘È un bene per me che tu mi abbia umiliato, perché impari i tuoi comandamenti’ (Sal 118,71).” (RB 7,49-50)

Anche in questi due gradi di umiltà, le parole usate e i pensieri ci suonano difficili da accettare e vivere come una via di realizzazione della nostra vita. Questo amore per ciò che è vile, spregevole, abietto; questo sentirsi operai cattivi e indegni; questo sentirsi inferiori, sentirsi nulla, più spregevoli di tutti; questo sentirsi come una bestia, anzi un verme, ci sembrano tutti sintomi di patologie psichiche, purtroppo molto diffuse nella società odierna. Ci sembrano descrizioni di complessi di inferiorità, di mancanza di stima di sé, di misantropia, di sindrome da burnout...

Non dobbiamo però dimenticare che nei gradi di umiltà san Benedetto ci fa percorrere la parabola della kenosi di Cristo, e forse in questi due gradi siamo arrivati al punto più basso di questo cammino di conversione alla sequela del Cristo pasquale. Nel quarto gradino, l'umiliazione in fondo era ancora esteriore, e la coscienza, tramite la pazienza, iniziava ad aprire ad essa la porta del cuore. Col quinto gradino, il gradino della confessione dei pensieri malvagi e delle colpe nascoste, è come se il cuore si spalancasse totalmente alla verità su di sé, al riconoscere fino in fondo la realtà di se stessi. Col sesto e soprattutto il settimo gradino, si direbbe che l'umiltà abbia raggiunto il cuore e la coscienza di sé. Il monaco vede tutta la propria miseria, vede quello che è in quanto uomo di fronte a Dio, e lo vede come sentimento di sé, come esperienza in cui percepisce se stesso così com'è, fuori dai sogni su noi stessi e dalle maschere che l'orgoglio ci fa portare ai nostri propri occhi. San Benedetto descrive questa coscienza come un “credere”, come un atto di fede: “Il settimo gradino di umiltà consiste nel non limitarsi a proclamare con la lingua se stessi inferiori e più spregevoli di tutti, ma anche nel crederlo nell'intimo del cuore – *sed etiam intimo cordis credat affectu*” (RB 7,51).

La maturità, come tutta la tradizione monastica ci insegna, non consiste solo nel conoscere Dio, ma nel conoscere se stessi con verità, alla luce di Dio. La fede in Dio che ci crea dal nulla, che in ogni istante ci dona l'essere, e in ogni istante ci perdona, ci ama, ama il nostro nulla, dovrebbe far crescere in noi questo “*intimum cordis affectum*”, questo sentimento interiore del cuore, questa commozione profonda per il mistero che siamo. È vero che non siamo nulla, che siamo una

miseria, ma un nulla, una miseria, infinitamente amati, voluti e amati personalmente, ad uno ad uno, da Colui che crea l'universo e tutte le stelle per parlare con la sua bellezza al cuore di ogni uomo.

Capiamo allora che il sentimento di disprezzo di sé espresso in questi due gradi di umiltà non è un sentimento chiuso su noi stessi. Nella depressione, o nelle altre patologie psicologiche, le persone si sentono sole di fronte al sentimento del loro nulla, sole di fronte al sentimento di essere incapaci, sole di fronte alla perdita di stima di se stesse. Il sentimento dell'umana miseria è in loro totalizzante, come una cappa nera che nasconde ogni possibilità di percepire un'altra realtà oltre se stessi.

In questi due gradini di umiltà invece la coscienza della miseria umana è messa in evidenza come il punto in cui ci è dato di percepire con verità, e direi con concretezza, l'infinita misericordiosa Presenza che ci ama così come siamo e si abbassa fino a noi per stare con noi.

Come lo esprime il Salmo 72 che san Benedetto cita: "Sono ridotto al nulla e nulla so, come una bestia sono diventato dinanzi a te, e tuttavia sono sempre con te" (Sal 72,22-23). Avrebbe potuto citare anche il versetto 26: "Vengono meno la mia carne e il mio cuore; ma la roccia del mio cuore è Dio".

È appunto nell'esperienza sorprendente della vicinanza di Dio che dà consistenza alla nostra inconsistenza ontologica ed esistenziale, che diventa positivo anche il settimo gradino, là dove col Salmo 118 san Benedetto ci fa esclamare: "È un bene per me che tu mi abbia umiliato, perché impari i tuoi comandamenti" (Sal 118,71). È bene fare l'esperienza del limite, del nulla che siamo, per imparare il modo giusto di vivere le cose, la vita, i rapporti, il lavoro, tutto, tutto ciò in cui Dio ci istruisce e ci guida. Non possiamo e non sappiamo vivere bene da soli, guidarci da noi stessi, seguendo i nostri disegni e progetti. Ci sono dei fallimenti, delle esperienze di rigetto, delle umiliazioni, delle cadute, che col tempo riusciamo a benedire come il salmista - 'È un bene per me che tu mi abbia umiliato!' -, perché altrimenti saremmo andati avanti su una strada tracciata da noi stessi e non guidata dal Signore; avremmo seguito noi stessi e non Cristo. Avremmo forse guadagnato il mondo intero, ma avremmo perso la nostra vita, come ci avverte Gesù (cfr. Mt 16,26).

Il sentimento intimo del cuore della nostra miseria strutturale diventa così il segreto della gioia. San Benedetto qui utilizza il termine "*contentus*". Il monaco che riconosce di essere un nulla amato da un Dio che sta sempre con lui, diventa contento di tutto. Non c'è da stupirsi che sia contento di ogni cosa senza valore, vile, abietta, perché la sua gioia sta tutta nel fatto che Dio ami stare con la sua bassezza, che Dio sia sempre con Lui. Penso sempre a una frase del santo ortodosso Giovanni di Kronstadt: "Chi ha Cristo nel cuore è contento di tutto". Di cosa potremmo essere scontenti se Dio è così vicino a noi da abitare la povertà del nostro cuore?

Capiamo allora che questi gradini di umiltà non sarebbero importanti solo per noi, ma per tutti. Cioè sarebbe importante che li testimoniamo, che testimoniamo questa contentezza all'uomo insoddisfatto, depressivo, senza stima di sé del 21° secolo. La fede ci permette di guardare al nostro nulla e di viverlo con realismo eppure con letizia, e questo rapporto riconciliato con la nostra miseria strutturale è forse l'annuncio evangelico più urgente per l'uomo d'oggi. E il cammino dell'umiltà che propone san Benedetto ci vuole condurre a questo.

In fondo il frutto dell'umiltà che descrivono il sesto e settimo gradino sono ciò che lo scrittore cattolico francese Bernanos fa esprimere al suo Curato di Campagna alla fine del suo diario, poco prima di morire giovane a causa di un tumore allo stomaco: "La specie di diffidenza che avevo di me stesso, della mia persona, si è dissipata, credo per sempre. Questa lotta è terminata. Non la capisco più. Sono riconciliato con me stesso, con questa povera spoglia.

Odiarsi, è più facile di quel che si crede. La grazia è di dimenticarsi di sé. Ma se ogni orgoglio fosse morto in noi, la grazia delle grazie sarebbe di amare umilmente se stessi, come qualsiasi membro sofferente di Gesù Cristo." (Georges Bernanos, *Diario di un Curato di Campagna*).

Mi e ci capita spesso di incontrare persone che portano il peso della loro, e nostra, miseria come se fosse una tomba senza uscita, come se fosse l'ultima parola sulla loro vita. San Benedetto ci annuncia, con tutto il Vangelo, che la miseria vissuta con fede diventa umiltà, e che l'umiltà è una miseria che accetta di essere vissuta in compagnia di Cristo. E poi viene un giorno in cui l'amicizia di Cristo diventa più importante della nostra miseria, e il Suo sguardo buono su di noi sostituisce il giudizio orgoglioso e negativo che abbiamo su noi stessi, e quindi sugli altri. È così, come vedremo, che l'umiltà diventa carità.

*Fr. Mauro-Giuseppe Lepori OCist*