

3

# Quaderni di Spiritualità Salesiana

**MEDITAZIONE:**

MOMENTO FORTE

DI DIALOGO INTERIORE

a cura  
dell'Istituto di Spiritualità  
Facoltà di S. Teologia  
Università Pontificia Salesiana-Roma

## LA MEDITAZIONE NEI TESTI DELLE COSTITUZIONI DELLE FIGLIE DI MARIA AUSILIATRICE

*Maria Ester POSADA, fma*

Esprimere che cosa significhi la meditazione per noi, FMA, richiederebbe oltre ad uno studio serio e completo di carattere storico e teologico, una doverosa inquadratura del tema nell'ambito globale della spiritualità salesiana e della tradizione dell'Istituto.

In queste brevi riflessioni mi limiterò a presentare alcune considerazioni che avranno come punto di riferimento i testi costituzionali delle FMA e in particolare le Costituzioni attuali approvate dalla *Congregazione per i Religiosi e gli Istituti Secolari* il 24 giugno 1982.

Questo testo si colloca ovviamente in continuità con il passato e rappresenta oggi una sintesi qualificata della dottrina Conciliare e della spiritualità propria dell'Istituto.

### **1. Uno sguardo al passato**

È logico che la meditazione, come concetto e come esercizio, trovi per noi, FMA, la sua ispirazione e il suo orientamento nella parola e nella vita di Don Bosco (Cf J. PICCA, *La meditazione nel pensiero e nella prassi di Don Bosco*, in *QSS*, n. 2, settembre 1985, pp. 16-40).

La meditazione metodica, come pratica in comune, appare indicata già dalle prime *Costituzioni* stampate delle FMA: faranno «mezz'ora di meditazione, di cui si leggerà a chiara voce il soggetto» (*Cost.*1878, tit. X, 2; edizione critica a cura di C. ROMERO, LAS, Roma 1983, p. 271).

Lo stesso testo indica inoltre un momento preparatorio alla meditazione, introdotto nell'orario della giornata: «Fatta mezz'ora di ricreazione

[alla sera], andranno in Cappella, si reciteranno le preghiere in comune, e, letto il punto della meditazione pel mattino seguente, si andrà a riposo conservando rigoroso silenzio» (*Ivi*, 7; ed. crit., p. 272). Nel secondo testo stampato nel 1885, rivisto da D. Bosco, si conservano gli stessi articoli con una leggera variante di forma (Cf *Cost.*1885, tit. XIV, 2 e 6; ed. crit. p. 317s).

È vero che la fonte ispiratrice di questi articoli sono le Costituzioni delle Suore di S. Anna della Provvidenza, alle quali fece ricorso Don Bosco per un primo *Abbozzo* di Costituzioni per le FMA; ma è anche vero che tali articoli soffrono delle modifiche e che la loro formulazione risulta consona alle modalità introdotte da Don Bosco per i suoi salesiani.

Le FMA accolsero questo tipo di meditazione per un ventennio, cioè fino alla rielaborazione delle nuove Costituzioni prescritte dalla Chiesa nelle *Normæ secundum quas* che ispirarono il testo del 1906. Questo testo fu in vigore per sedici anni fino al nuovo testo rivisto alla luce del *Codice di Diritto canonico* emanato nel 1917. Sia nel testo del 1906 che in quello del 1922 la prescrizione della mezz'ora di meditazione rimase in vigore, mentre scomparve il momento preparatorio della sera precedente.

La prassi continuava ad essere quella della meditazione metodica strutturata in due o tre punti letti pubblicamente, dopo i quali si prendeva una risoluzione di carattere ascetico. Si è nella linea del Fondatore il quale «da uomo pratico qual era, oltre che uomo di profonda santità ed acuto senso pedagogico [...] puntava allo scopo [...]. Teneva soprattutto a che nella propria attività, nel lavoro della giornata, tutto fosse centrato nella prospettiva di fede e della missione: per la gloria di Dio e per la salvezza delle anime» (J. PICCA, *La meditazione*, p. 29s).

## 2. Uno sguardo al presente

La dottrina Conciliare in generale e in particolare il testo del *Perfectæ caritatis* 6, che esorta i religiosi ad avere «quotidianamente fra le mani la sacra Scrittura, affinché dalla lettura e dalla meditazione dei libri sacri imparino “l'eminente scienza di Gesù Cristo” (*Fil* 3,8)», hanno ispirato contenuti e modalità per la meditazione delle FMA, oggi.

Due testi *ad experimentum* (1969 e 1975) si collocano nel lungo cammino delle *Costituzioni rinnovate* del 1982. A motivo dell'intrinseca connessione tra i testi mi è sembrato bene prendere in considerazione quanto si riferisce alla meditazione nelle tre formulazioni dei testi postconciliari.

### *Momento forte di dialogo interiore*

L'importanza data alla meditazione viene ribadita dall'attuale testo delle Costituzioni quando dice: «Momento forte di questo dialogo interiore [tra Dio e noi] è la meditazione» (*Cost.*1982, art. 39).

Già le Costituzioni del 1969 l'avevano chiamato «momento di incontro personale con Dio» (art. 54) e il testo successivo aveva inserito l'aggettivo «forte» che esprimeva l'importanza ad essa attribuita, definendo la meditazione come «Momento forte del nostro incontro con Dio» (*Cost.*1975, art. 52). Momento forte, che appartiene però alla vita quotidiana e all'intera vita della FMA. Non si tratta di una soluzione di continuità: il «momento» della meditazione è preparato dalla vita (ascesi educativa) ed orientato alla vita (missione educativa).

È un momento peculiare che richiede «particolare impegno» (*Cost.*1982, art. 39), che esige continuità («ogni giorno») ed assiduità perché Dio «ci interpella continuamente» e «ci guida gradualmente» alla configurazione con il Figlio per mezzo dello Spirito (Cf *Ivi*).

Il dialogo interiore richiede da parte dell'orante l'attenzione (Cf *Cost.*1969, art. 54), l'apertura e la libertà interiore (Cf *Cost.*1975, art. 52), atteggiamenti che nelle Costituzioni attuali vengono sintetizzati nella espressione: «silenzio di tutto l'essere» (*Cost.*1982, art. 39).

Sono queste le disposizioni essenziali per l'*ascolto* e l'*accoglienza* della divina Parola.

Le Costituzioni del 1969 invitano le FMA a nutrirsi, «mediante la lettura e la meditazione dei libri sacri alla mensa della Parola di Dio» (art. 52) e quelle del 1975 dicono che «ci alimentiamo [...] con assiduità alla mensa della Parola divina» (art. 44).

Dall'ascolto e l'accoglienza si arriva così all'*assimilazione* della Parola letta, meditata, «ruminata» lungo il giorno in modo da poter affrontare il «buon combattimento» della vita.

La Parola di Dio è in senso stretto la sacra Scrittura. I testi che la Chiesa mette a nostra disposizione specialmente attraverso la liturgia di ogni giorno sono evidentemente oggetto della nostra meditazione.

Nell'attuale libro di preghiera proprio delle FMA si legge: «La meditazione [...] soprattutto quando scaturisce dalla fonte del Lezionario, educa all'ascolto e all'assimilazione della Parola per poterla vivere ogni giorno» (*Le FMA in preghiera*, Istituto FMA, Roma 1984, p. 17).

Tuttavia, la meditazione può essere aiutata dalla lettura di libri di autori validi, in particolare da Maestri di spirito e da testi della nostra tradizione spirituale salesiana.

Il nostro interlocutore in questo dialogo interiore è Dio stesso, che nelle attuali Costituzioni si presenta nella realtà delle tre divine Persone eternamente operanti in una comunione unica e diversificata: il Padre che ci ama, il Figlio che ci interpella, lo Spirito che ci pervade dalla sua forza (Cf *Cost.* 1982, art. 39).

È un invito ad un dialogo personale, semplice, spontaneo. Ad un rapporto improntato a familiarità, come quello in cui dovrebbe sfociare la preghiera, secondo l'insegnamento di S. Maria Domenica Mazzarello. La Confondatrice raccomandava alle sue figlie «di parlare a Dio con familiarità, come si parla con le persone care, ed esortava a dire al Signore ciò che detta il cuore, preferendo questo alle preghiere che sono sui libri, perché, diceva, “quelli sono sentimenti di altri; invece quando dite ciò che vi detta il cuore esprimete sentimenti vostri”» (F. MACCONO, *Santa Maria D. Mazzarello*, Ist. FMA, Torino 1960 [rist.], vol. II, p. 187). In questa prospettiva, la Santa arriva a «definire» la preghiera come «linguaggio dell'anima con Dio». Chi impara questo linguaggio acquista la sapienza: «Parlate poco, pochissimo con le creature; parlate invece molto col Signore. Egli vi farà veramente sapiente» (*Lettera a Sr. Angela Vallese* in: M.E. POSADA [a cura], *Lettere di S. Maria Domenica Mazzarello*, Ancora, Milano 1975, p. 93).

Il contenuto di questo misterioso dialogo resta nel segreto della persona orante. Tuttavia i testi delle Costituzioni offrono degli stimoli interessanti. Secondo le Costituzioni del 1969 (art. 54), la meditazione è ordinata ad approfondire la vita teologale, a penetrare intimamente nell'amizizia divina, a prestare un'attenzione sempre più delicata alla SS.ma Trinità inabitante nell'anima, tendendo all'unione vitale tra azione e contemplazione.

Nel testo del 1975 la meditazione è il momento per «lasciarsi pervadere dall'amore trasformante della Trinità» che ci aiuta a riconoscere e accettare la nostra povertà; nella meditazione avviene perciò quell'illuminazione che fa della nostra vita «un cammino fecondo alla presenza del Signore» (art. 52).

Le attuali Costituzioni sintetizzano questi contenuti in un atteggiamento globale che coinvolge l'intera vita della FMA. Nella meditazione, infatti, «ci lasciamo pervadere dalla forza dello Spirito che guida gradualmente alla configurazione a Cristo, rinsalda la comunione fraterna e ravviva lo slancio apostolico» (art. 39).

Ascolto ed assimilazione della Parola sono ordinati a trasformare la vita, altrimenti saremo «ascoltatori smemorati» (Cf *Gc* 1,25).

### *Un dialogo che trasforma la vita*

La meditazione per noi, FMA, adempie ad una duplice funzione vitale: prolunga nella giornata il *senso della presenza di Dio* e trasforma l'intera esistenza operando in essa la sintesi tra *contemplazione ed azione*.

L'autentica «risoluzione» in cui confluisce la meditazione è la graduale trasformazione del nostro essere e del nostro agire.

Il primo atteggiamento interiore che segue la meditazione è l'abituale senso di Dio nel modo in cui Don Bosco «spiegò» la preghiera continua alle prime FMA: «Essa consiste nella retta intenzione di far tutto per Dio, col fine di piacergli, col pensiero e col cuore fissi in lui, con frequenti, accese giaculatorie» (*Cronistoria*, vol. II, Ist. FMA, Roma 1976, p. 51).

Questo prolungarsi della meditazione attraverso la giornata fu un atteggiamento che le prime FMA colsero nella vita di M. Mazzarello: «si vedeva — afferma una testimone al Processo di canonizzazione — che la meditazione non era limitata al tempo stabilito dalla Regola, ma che continuava a lavorare nel suo spirito» (*Summarium super virtutibus*, p. 206).

Il secondo atteggiamento, la trasformazione dell'intera esistenza, è espresso in modo realistico dalla stessa M. Mazzarello la quale vuole una preghiera che si concretizza nel sacrificio quotidiano. «Alle volte, dice, qualcuna manda sospiri e sparge qualche lacrima in chiesa, davanti al Signore, e ne sentiamo quasi invidia; ma se poi la stessa suora non sa fare un piccolo sacrificio o adattarsi a un ufficio umile, io no, non la ammiro; ammiro invece quelle che sono umili, umili, che si adattano a qualsiasi ufficio, per quanto possa sembrare oscuro e abietto» (F. MACCONO, *Santa Maria D. Mazzarello*, vol. I, p.382).

L'interazione tra preghiera e vita è la sintesi proposta dallo stesso Don Bosco alle FMA. Dopo aver delineato i tratti caratteristici della FMA, egli conclude: «Queste virtù debbono essere molto provate e radicate nelle Figlie di Maria Ausiliatrice, perché deve andare in esse di pari passo la vita attiva e contemplativa...» (*Cost.* 1885, tit. XIII, 5; ed. crit. p. 316).

Questo testo del Fondatore è riportato dalle Costituzioni del 1969 (art. 48), mentre nelle Costituzioni del 1975, a conclusione degli articoli relativi alla preghiera delle FMA si accenna alla «preghiera della vita» che «ci rende contemplative nell'azione» (art. 54).

Le Costituzioni attuali inseriscono, a modo di Proemio dell'intero testo il tit. XIII delle Costituzioni date dal Fondatore a cui ho fatto riferimento sopra e a conclusione della trattazione sulla preghiera, si dice che la nostra vita è una «liturgia vissuta in semplicità e letizia come “lode perenne” al Padre» (art. 48).

**L'ORAZIONE MENTALE**  
**Argomento fuori moda, di rinnovata attualità**  
**o in perenne ricerca di soluzione?**

*Manlio SODI, sdb*

Al di là di un titolo che può sembrare provocatorio, c'è una situazione di stallo che da vari anni sta caratterizzando il ritmo della vita spirituale di singoli religiosi e di intere comunità, e che risulta determinata da disaffezione o trascuratezza per l'orazione mentale.

Senza dubbio l'argomento può essere affrontato da diverse prospettive; credo però che la linea chiarificatrice possa, anzi debba essere trovata nella parola ufficiale della Chiesa del nostro tempo; parola che non fa altro che recuperare dati di fatto più o meno sempre presenti nella sua plurisecolare esperienza; parola che sola può costituire l'unica, credibile risposta a un rilievo qua e là serpeggiante: che il clima conciliare del Vaticano II ha messo in crisi anche l'orazione mentale dei religiosi.

Ma la domanda che ci dobbiamo porre è un'altra: l'avvenimento conciliare (che, d'altra parte non bisogna dimenticarlo, ha solo codificato quanto già era maturato nell'esperienza e nella riflessione di singole Chiese e comunità) ha messo in crisi questo momento di preghiera, oppure tale appuntamento ha subito un contraccolpo perché è risultata pressoché inutile quella miriade di sussidi — che ne costituiva il supporto — contenenti «meditazioni» preconfezionate «per tutti i giorni dell'anno» secondo schemi di spiritualità senza alcun rapporto (o quasi) con la realtà dell'anno liturgico?

Una parte della risposta la possiamo lasciare agli storici della spiritualità; come liturgista propongo una «lettura» della situazione partendo dagli orientamenti emergenti dai documenti ufficiali e da dati di fatto presenti nella vita della Chiesa del nostro tempo, per constatare il pensiero e