



*In principio è la lode
... verso un progetto di lode
come stile di vita*

Vediamo quanto la lode fa profondamente parte della vita umana, tanto da poter diventare l'impostazione di fondo dell'esistenza umana. Ci mettiamo alla scoperta della bellezza della lode da tre punti di vista:

- 1) La lode nelle religioni del mondo e nella nostra vita personale
- 2) La Liturgia delle ore – la lode come stile di vita di Gesù e della Chiesa
- 3) Il progetto di vita - un progetto di lode

1) La lode nelle religioni del mondo e nella nostra vita personale

Tentiamo di avvicinarci al fenomeno “lode” da due punti di vista molto diversi:

- A) il più universale: la lode in tutti i popoli di tutti i tempi e di tutte le religioni principali e
- B) il più personale: la lode all'origine della nostra vita

A) La lode nelle religioni del mondo

Nell'uomo preistorico: iconografia sulle caverne: uomini in posizione eretta con le mani elevate in alto sopra gli omeri e il capo.

In Italia: nella Val Canonica - regione alpina italiana (1750 – 600 a.C.); in Sardegna (800-600 a.C.)
Bacino mediterraneo II, III millennio a.C.: il mondo insulare delle Cicladi, nel mar Egeo; più antica ancora: Creta.

3000 a. C. Medio Oriente: Susa in piedi e in ginocchio

VI e VII millennio: culture contadinesche delle terre danubiane: culti alla Grande Madre divinità femminile

Homo sapiens: homo orans

Come si esprime la lode?

Con la danza in Val Camonica e a Creta, “la danza è inno di lode di fronte alla divinità che si cela. Danza, estasi ed inno di lode sono imparentati tra di loro.” (Boccassino, R., Preghiera I, p. 40). La massima parte delle preghiere però, riguarda i comuni interessi pubblici ed i grandi e piccoli interessi dell'uomo comune (Ibid.)

Africa: Temi che si ritrovano nelle preghiere dei Pigmei africani (Africa centrale):

al dio dei boschi che vive in cielo, la luna è il suo villaggio, lì ha i suoi boschi e i suoi villaggi:
”Nonno, vecchio padre, preparate grandi cose per me, adesso vado nel bosco.” (Ibid., p. 49).

I Galla dell'Africa orientale: in famiglia:

“Meraviglia! Meraviglia!

Quali sono le meraviglie?

Le meraviglie sono sei:

Il buccero senza che soffra si lamenta.

La pianta hiddi senza nutrimento ingrassa.

L'acqua senza che la si spinga corre.

La terra senza piuoli sta distesa.

Il cielo senza palo sta levato.

I ceci celesti sono seminati.

Di queste cose mi meraviglio.

Preghiamo tutti Dio!

Dio che ci hai fatto passare il giorno

Facci passare in pace la notte!” (Ibid., p. 113).

Oppure:

“La birra, la birra della festa!

Questa birra è della festa.

La festa ci guidi!

La festa ci guidi!

L'idromele, l'idromele della festa!

Questo idromele è della festa.

La festa ci guidi!

La festa ci guidi!” (Ibid., p. 110).

Luo del Bahr-El-Ghazal (Sudano):

invocazione al fulmine:

“Va, va piano, padre nostro

noi siamo spaventati;

va, va piano, padre nostro,

qui non c'è peccatore.

Va piano, nonno nostro,

non farci trasalire;

nonno nostro, va piano,

non c'è peccatore tra noi.” (Ibid. p. 69).

America: indiani della Terra del Fuoco (America latina): preghiera di una vedova:

“Padre mio, per quale motivo mai Tu di lassù mi hai castigata? (Ibid., p. 59)

“Ora dovrebbe sposarmi Colui-di-lassù in persona! Ahimé, Hidabuan!” (Ibid. p. 60).

Asia: La preghiera dei Bhil (India Centrale):

Pregchiere rivolte a Bhagwan, preghiera del mattino:

“O Donatore del grano, sii buono col mondo, oggi, e quindi anche felici oggi.

O Donatore del grano, sii buono con me, oggi.

Non permettere che alcun male mi colpisca:

Non permettere che io faccia in alcun modo del male al mio prossimo.

E non tenerci lontano dal grano e dal vestiario.

O Donatore del grano, sii buono col mondo, oggi, e quindi anche con me!” (Ibid., p. 63).

Mesopotamia (2000 a.C.): lode a Samas, dio del sole, perciò della giustizia:

“Signore tu sei, eccelsa è la tua parola,

il tuo decreto non viene scordato,

la tua intercessione è impareggiabile.

Come Anu tuo padre, elevato è il tuo decreto,

tra gli dèi tuoi fratelli eminente è la tua parola.” (Ibid., p.203).

Egitto (3000 a.C.):

Inni alla provvidenza:

“Salve, o Sole del giorno ...

Tu che hai conquistato le Due Terre dal grande al piccolo

Madre benefica degli dei e degli uomini

Artefice compiuto che si affatica in opere senza numero

Forte pastore che guida il suo bestiame,

Loro luogo di rifugio che li fa vivere ...

Ardore, se egli vuole; e refrigerio, se egli vuole ...
Ogni paese esulta quando egli sorge” (Stele di Horo e Seth, ibid., p. 228).

Cinesi:

La preghiera è soprattutto rituale (Confucio!) IV secolo a.C.:

canto alla divinità maggiore del destino:

“Le porte celesti si spalancano grandi,
mi siedo con dignità sui nubi coloriti,
mando i veloci nubi innanzi,
invio le piogge fresche a purificare il cammino.

Il Signore discende lentamente,
ti seguirò dopo il passaggio del monte K’UNG-TSANG.” (Ibid. p. 238).

Induismo:

Litanie a Civa (1008 nomi)

“Immobile, fisso, signore, terribile, ottimo, datore di doni, superiore,
anima di tutto, ovunque celebrato, tutto, tutto-operante, esistenza.
Esistente, non esistente, percettibile, impercettibile, padre, madre, avo,
porta del cielo, porta della generazione delle creature, porta della liberazione, cielo.”
(Ibid., p. 300).

Grecia: tanti inni e il valore dell’estasi, dell’essere rapito dal divino, della contemplazione

Euripide:

Ippolito che saluta Artemide:

“A te, per onorarti, signora, ti porto da un prato intatto questa corona intrecciata; là nessun pastore
osa pascere le sue bestie e il ferro non l’ha mai solcato; l’ape primaverile sugge il polline da questo
prato intatto; Pudore lo coltiva col flusso della sua rugiada; coloro che non hanno dovuto imparare
niente ma che per natura son modesti in ogni cosa, possono cogliervi fiori, ai malvagi è proibito.
Ebbene, signora cara, accoglila dalla mia mano pietosa, per farne un nastro ai tuoi capelli d’oro; che
questa è la mia prerogativa tra i mortali: vivere al tuo fianco, parlare con te, ascoltando la tua voce
senza vedere il tuo viso. E che l’ultima svolta della mia vita somigli ai suoi inizi. (Ipp., 73-87)”
(Ibid., p. 460).

Preghiera filosofica:

Invocazione di Ecuba nelle Troiane (884-888):

“Te, sostegno della terra e che sulla terra hai la tua sede, chiunque tu sia, mistero insolubile, Zeus,
legge inflessibile della natura o intelletto degli uomini, io ti adoro.” (Ibid., p. 461).

Roma:

Inno a Giano:

“Cantatelo, il padre degli dèi;

supplicate il dio degli dèi.

Oh, Sole, sorgi al mondo!

Alla porta del cielo, o tu che apri!

Sei il gentile portiere,

sei il buon Ianes,

sei il benefico generatore.”

(Ibid., p. 598)

Invocazione a 8 dèi diversi:

“A te piaccio con le mie offerte, a te (Anna) che compi e a te (Peranna), che perpetui il giro delle stagioni a te (Panda), che apri il seme e a te (Pales), che ne trai la spiga, a te (Nerienes) che sei forza e a te (Minerva) che sei intelligenza, a te (Fortuna), che dai ventura e a te (Ceres), che dai vita.” (Ibid., p. 622)

Musulmani:

“O mio Dio, a te la lode: tu sei colui che protegge i cieli, la terra e tutto ciò che v’ha in essi. A te la lode: tu sei la luce dei cieli, della terra e di tutto ciò che v’ha in essi. A te la lode: tu sei il sovrano dei cieli, della terra e di tutto ciò che v’ha in essi. A te la lode: tu sei la Verità. Verità è la tua promessa, verità l’incontrarti, verità la tua parola, verità il paradiso, verità l’inferno, verità i profeti, verità Muhammad, verità l’ultima ora. O mio Dio! A te m’abbandono, a te io credo, in te mi appoggio, a te io mi rivolgo pentito, grazie a te io lotto, te io prendo per arbitro. Perdonami quel che ho già fatto, quel che farò più tardi e quel che ho fatto in segreto e quel che ho fatto in pubblico. Tu sei colui che fai avanzare e arretrare. Non c’è altro dio che Te! Non c’è aiuto né forza se non in Dio!” (attribuita a Maometto, Id., Preghiera II, p. 91)

“Dio mio, poni nel mio cuore una Luce, e negli occhi miei una Luce, e nel mio udito una Luce, alla mia sinistra una Luce, sopra di me una Luce, sotto di me una luce, davanti a me una Luce, dietro di me una Luce! Fa di me una Luce!” (attribuita a Maometto, Id, Preghiera II, p. 91)

Dopo questo abbraccio di lode e preghiera da parte di tutti i popoli di tutti i tempi ci mettiamo alla ricerca del significato della lode nella nostra esperienza personale di vita.

B) La lode nella propria vita.

In che modo entro in contatto con la lode?

Sin da piccolo la lode influisce, plasma la vita. Iniziano i genitori e i nonni il canto di lode di fronte alla mia persona: Che bravo! Hai mangiato tutto; O quanto sei bravo, hai camminato per tutta la cucina! Però sei proprio brava, hai fatto la pipì da sola! E così via. Non c’è un ambito della vita quotidiana del fanciullo che per i genitori non sia degno d’essere lodato.

Possiamo notare che il camminare, parlare, mangiare, sorridere, e tutto quanto viene visto in modo positivo dai genitori, diventa oggetto della loro lode. Ne segue che una delle principali modalità con le quali il fanciullo entra in contatto con la propria vita, con la propria persona, è la lode. Venendo lodati impariamo a vivere. La lode è come un concime psicologico che motiva il bambino nello sviluppo della sua persona. La lode gli svela i valori della vita da scegliere e da realizzare. Anzi buona parte delle azioni, non capendone ancora il loro significato intrinseco, sono motivate solo dal desiderio d’essere lodato. Come la donna partorisce i figli con le doglie così i genitori formano i loro figli con la lode, liberano ed attuano la loro forma interiore lodandoli.

La lode ci manifesta la verità del nostro essere e ne favorisce enormemente la realizzazione.

In quest’ottica la lode si rivela essenziale e vitale per il fanciullo e possiamo subito cogliere il nesso stretto con la benedizione e la gioia, sorelle inseparabili della lode. Le frasi di lode normalmente contengono sempre le parole “bene” “buono” o “bello” (che nelle lingue antiche vengono espresse con un’unica parola: il greco “Kalos” = “bello-buono” o l’ebraico “tob” o “bello-buono-profumato-proporzionato”) e **che** sono la motivazione per la lode.

Scopriamo così la definizione della lode: è il riconoscimento normalmente gioioso di una qualità o di un valore ovunque si trovi. Si tratta di un’azione congiunta tra intelligenza (che riconosce), volontà (che apprezza e gode) e affettività (che ne gioisce) (vedi a questo proposito San Tommaso d’Aquino che afferma nel prologo al commento ai salmi: “Il principio della lode è la gioia interiore”).

Bene – dicendo un’azione del bambino, tutto il bambino diventa degno di lode: “O che bell’elefante hai disegnato. Quanto sei bravo!” Riconoscendo la bontà di un’azione, il genitore loda sia l’azione che l’essere del bambino.

E se tutto andasse in modo armonioso, da questo continuo lodare del piccolo dovrebbe svilupparsi un'autocoscienza che tiene conto e si nutre della consapevolezza della bontà del proprio essere e delle proprie azioni, se in sintonia con il proprio essere. Per vari fattori poi questo purtroppo spesso non avviene.

Anzi, ciò che non di rado ci rimane da questa "full immersion" nella lode all'inizio della nostra vita è un forte desiderio d'essere lodati da tutti e un'incapacità forte di lodare sia noi stessi che gli altri. Pensiamo di valere solo se qualcun altro apprezza, loda le nostre azioni. Conferiamo il posto dei nostri genitori al fidanzato, alla moglie, al datore di lavoro, a un amico, al professore, ecc.. Rimaniamo fedeli alla centralità del valore della lode per la nostra vita ... però in modo infantile: abbiamo bisogno del genitore di turno e pensiamo che solo sul livello di certe azioni possiamo essere degni di lode, appunto come ci capitava da bambino: hai fatto bene questo, allora sei bravo.

Maturazione in questo contesto significa rendersi conto che la bontà delle nostre azioni deriva prima di tutto dalla bontà del nostro essere. Perciò l'essere degno di lode precede le nostre azioni e ci è assicurato per il semplice fatto che esistiamo. Il secondo movimento interiore, che ci è stato indicato dall'esperienza di lode iniziale, è che la lode prima di tutto ci viene da qualcun altro: dai genitori prima, ma in quanto messaggeri della benedizione divina del principio della creazione (vedi sotto) rimandano a Colui che con il suo lodarci ci fa esistere. Vera maturazione interiore implicherà perciò rendersi conto, con un bellissimo atto di fede e di amore, che quella lode che desidero "da fuori" è già effetto dell'essere lodato infinitamente da parte del Padre nel Figlio per mezzo dello Spirito Santo. Ecco il fondamento infinito del poter essere lodato.

Convieni cercare una via per ritornare in modo proporzionato al principio gioioso di lode e di benedizione che sta all'origine della nostra vita, e che abbiamo potuto vedere presenti più o meno in tutte le religioni di tutti i tempi. Possiamo dire che la lode e la benedizione sono ingredienti essenziali della vita e che senza di essi la vita umana, vista soprattutto nei suoi primi anni, non è proprio possibile.

Che cosa ci rivela un inizio di vita così fortemente improntato sulla lode?

Che i genitori, con tutti i loro difetti, rappresentano in modo sconvolgente il benedire divino, come viene rivelato nei primi capitoli della Genesi. Il suo "molto buono" di fronte alla prima coppia umana riguarda tutta la loro persona, anima e corpo, e tutte le loro capacità. Ogni genitore personalizza questo stupore, questa benedizione, questa lode iniziale di Dio per i propri figli, con il famoso "che bravo!".

Scopriamo i genitori di tutte le religioni e di tutte le razze instancabili collaboratori e rivelatori di Dio nel loro continuo sforzo di lode dei propri figli. Spesso, loro malgrado, rendono presente la benedizione originale del Padre su tutta l'umanità.

"Quanto sei bravo", "quanto sei bella", "come sei buono" sembrano frasi fatte; in realtà rivelano il mistero profondo, la verità di ogni uomo: che il suo essere, le sue capacità e la realizzazione delle sue potenzialità/inclinazioni sono degni di lode ... oggettivamente, perché lodato da Dio, cioè in assoluto. Anzi potremmo trasformare l'adagio cartesiano: "Cogito, ergo sum" in "Laudatus, ergo sum." Sono lodato, perciò esisto. Perciò l'essere dell'uomo per sua natura è degno di lode. Arrivare a questa consapevolezza sarebbe il fine nobile di ogni educazione e il fondamento di vera libertà.

Partendo da queste considerazioni, possiamo dedurre che il progetto originale della vita d'ogni uomo, per Dio è radicalmente un progetto di lode, sotto vari punti di vista. Bisognerebbe cercare di scoprire verso che tipo di vita lodevole ci vorrebbe portare questa immensa spinta iniziale di lode, attuata da parte dei nostri genitori e progettata da Dio "in Principio" (in principio sia della creazione che in principio, sul fondo della nostra anima!)

Quali sono le condizioni necessarie per poter vivere una vita con la giusta misura di lode? Voglio proporvi un'esperta di lode d'eccezione, che ci può illustrare molto bene le premesse essenziali per far esplodere la lode nella nostra vita, per fare diventare la nostra vita lode:

Maria.

Essendo immacolata, non ha dovuto soffrire le deviazioni tipiche dell'educazione che portano lontano dall'esperienza di lode iniziale della vita e ne frenano lo sviluppo.

E' nel Magnificat che svela in quali direzioni ha maturato l'esperienza di lode della sua infanzia: Il suo "magnificare il Signore" e il suo esultare in Dio, cioè la sua lode **di** a Dio, ha un perché specifico: "perché ha guardato l'umiltà della sua serva" e come conseguenza ha sperimentato che in lei l'Onnipotente ha fatto cose grandi. Questo sguardo è senz'altro uno sguardo estremamente positivo, potremmo dire simile, anche se infinitamente superiore, allo sguardo del padre che guarda la sua figlia con compiacenza. In questo sguardo Maria sperimenta di che cosa lo sguardo di Gioacchino ed Anna era messaggero: appunto di questo sguardo divino, pieno di lode per la sua umiltà.

In Maria è avvenuto il passaggio dal voler essere visto/lodato dai genitori – o da persone sostitutive - al voler essere solamente guardato/lodato da Dio. Ecco la sua umiltà. Ecco la vera maturità umana.

Dalla consapevolezza gioiosa, esultante di questo sguardo e il conseguente agire divino in lei, si libera la sua capacità eccezionale di lodare Dio, sia nel suo essere (il Signore, santo, misericordia) che nel suo agire (ha fatto cose grandi, ha spiegato la potenza del suo braccio, ecc.)!

Questa duplice consapevolezza e relazione, da Dio a Maria e da Maria a Dio, fondano una particolare autoconsapevolezza, la relazione da Maria a Maria: è allo stesso momento cosciente della sua umiltà e della sua grandezza: "ha guardato l'umiltà della sua serva" e "d'ora in poi tutte le generazioni mi chiameranno beata." Maria è umilmente consapevole che sia la sua persona che il suo agire sono degni d'essere lodati da tutti. Infatti, Elisabetta l'ha appena chiamata: "benedetta tu fra tutte le donne".

Ecco come in Maria si realizza in modo mirabile il triplice progetto di lode che Dio ha su ogni essere umano:

- 1) dell'essere lodato da Dio,
- 2) del lodare di Dio,
- 3) del sapersi e del rendersi degno di lode di fronte a se stesso.

Affidarsi a Maria, perciò, vuole dire riconciliarsi con l'esperienza iniziale di lode che ci ha introdotto nella vita e svilupparne le implicazioni, per poter vivere in modo coerente, umile, gioioso e lodevole.

Il fatto che la Chiesa abbia voluto inserire il cantico della lode della Vergine nella sua preghiera serale quotidiana, i vesperi, fa capire **che** quale concezione di vita promuove e celebra.

Il Magnificat

46 Allora Maria disse:

« L'anima mia magnifica il Signore
47 e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore,
48 perché ha guardato l'umiltà della sua serva.
D'ora in poi tutte le generazioni mi chiameranno beata.
49 Grandi cose ha fatto in me l'Onnipotente
e Santo è il suo nome:
50 di generazione in generazione la sua misericordia
si stende su quelli che lo temono.
51 Ha spiegato la potenza del suo braccio,
ha disperso i superbi nei pensieri del loro cuore;
52 ha rovesciato i potenti dai troni,
ha innalzato gli umili;
53 ha ricolmato di beni gli affamati,
ha rimandato a mani vuote i ricchi.
54 Ha soccorso Israele, suo servo,

ricordandosi della sua misericordia,
55 come aveva promesso ai nostri padri,
ad Abramo e alla sua discendenza,
per sempre».

56 Maria rimase con lei circa tre mesi, poi tornò a casa sua.
(Che Maria ci aiuti a tornare a casa nostra!)

Per la riflessione:

- 1) Ricordi dell'infanzia: come sono stato lodato, quali lodi ricordo in modo particolare?
- 2) Dove noto oggi il bisogno di lode? Chi sono le persone che hanno sostituito i genitori lodanti?
- 3) Quali sono gli aspetti del mio essere e del mio agire che ritengo degni di lode? Posso immaginarmi che Dio mi loda? Mi riesce lodare Dio?

2) La Liturgia delle ore – la lode come stile di vita di Gesù e della Chiesa

La meditazione sul Magnificat, la triplice relazione di lode ivi contenuta e il suo inserimento quotidiano nella liturgia delle ore, fa intravedere che questo stile di preghiera si potrebbe trovare in stretta continuità con la nostra esperienza iniziale di lode che ci apre alla vita e con il progetto divino di lode, di cui è rivelatore ed iniziale realizzatore.

In questo incontro cercheremo di vedere come la liturgia delle ore è in grado di proseguire e di realizzare lo stile di vita abbozzato nell'infanzia e fortemente voluto dal nostro Creatore benedicente "in principio".

La lode come stile di vita di Gesù:

Che Dio stesso si sia fatto bambino ha in questo contesto una particolare valenza.

Da un punto di vista umano conviene affermare che Gesù ha appreso dalla lode di Maria e di Giuseppe il proprio modo di vivere.

Da quanto si può dedurre dal Magnificat, lo stile di vita di Maria è fortemente plasmato e permeato dalla lode. Già ogni bambino inizia la sua vita in un intenso clima di lode, tanto più **la vita di** Gesù, con Maria accanto che lo magnifica sin dal suo seno materno.

Possiamo perciò dire con certezza che in Gesù si è sicuramente realizzato alla perfezione l'originale progetto divino di educazione alla lode. Anzi, essendo Dio Gesù stesso, è Lui a godere in prima persona della riuscita di questo suo arduo progetto - affidato alle mani, all'intelligenza, alla volontà e ai sentimenti dei genitori - di essere condotto alla vera considerazione della preziosità del proprio essere, delle azioni buone e di colui che mi dà questa ricchezza, Dio stesso.

In Gesù, Dio si è dato la possibilità di vivere Lui stesso questo mirabile dinamismo (inventato appunto da Lui) di lode, che porta alla vita umana realizzata, vale a dire alla vita umana lodevole (degno d'essere lodato e in grado di lodare!).

Per questo motivo la vita umana di Gesù è la vita per eccellenza. E' in essa che troviamo il modo originale di vivere la vita e perciò anche la lode. Ecco la domanda che svela a noi la via per la realizzazione della nostra vita come progetto di lode, scritto nelle nostre viscere sin dalla nostra infanzia e anche prima: come ha vissuto Gesù quotidianamente la sua chiamata alla lode?

"La sua attività quotidiana era strettamente congiunta con la preghiera, anzi quasi derivava da essa. Così quando si ritirava nel deserto o sul monte a pregare (Mc 1, 35; 6, 46), alzandosi al mattino presto (Mc 1, 35), o quando, dalla sera alla quarta veglia (Mt 14, 23.25), passava la nottata intera in orazione a Dio (Lc 6, 12).

Egli, come giustamente si pensa, partecipò anche alle preghiere pubbliche, quali erano quelle che si facevano nelle sinagoghe dove entrò nel giorno di sabato "secondo il suo solito" (Lc 4,16), e nel tempio, che chiamò casa di preghiera (Mat 21,13). Non tralasciò le preghiere private, che si recitavano abitualmente ogni giorno dai pii israeliti.

Pronunziava anche le tradizionali preghiere di benedizioni a Dio, proprie delle riunioni conviviali, come è espressamente riferito in relazione alla moltiplicazione dei pani (Mt 14, 19) e poi nella sua ultima Cena (Mt 26, 26), nel castello di Emmaus (Lc 24, 30), e ugualmente quando con i suoi discepoli recitò l'inno nel cenacolo (Mt 26, 30).

Fino al termine della sua vita, avvicinandosi già la Passione (Gv 12, 27), nell'ultima Cena (Gv 17, 1-26), nell'agonia (Mt 26, 36-44), e sulla croce (Lc 23, 34.46; Mt 27, 46; Mc 15, 34), il Maestro divino dimostrò che la preghiera animava il suo ministero messianico e il suo "esodo pasquale." (Liturgia delle ore, Vol. I, Principi e norme per la Liturgia delle ore, p.27s)

Queste parole, che introducono alla preghiera della Liturgia delle ore, evidenziano bene come la vita quotidiana di Gesù è scandita dalla preghiera, vale a dire dalla lode.

Pregava la mattina, la sera, la notte, prima e dopo i pasti e, come **Io** fa intuire l'usanza degli apostoli, anche a mezzogiorno e forse a metà mattinata e a metà pomeriggio.

La lode come stile di vita di Gesù è lo stile di vita della Chiesa

Ritroviamo questo stile di preghiera quotidiana esattamente nella liturgia delle ore, che è composta dalle ore principali, lodi e vesperi, dall'ufficio delle letture (una volta preghiera notturna) e dalle ore minori, ora terza (9), ora sesta (12) e ora nona (15) e, prima di andare a dormire, la compieta.

“Cristo Gesù, il sommo sacerdote della nuova ed eterna alleanza, prendendo la natura umana, ha introdotto in questo esilio terreno quell'inno che viene eternamente cantato nelle dimore celesti. Egli unisce a sé tutta l'umanità e se l'associa nell'elevare questo divino canto di lode.

Cristo continua ad esercitare questa funzione sacerdotale per mezzo della sua Chiesa, che loda il Signore incessantemente e intercede per la salvezza del mondo non solo con la celebrazione dell'eucaristia, ma anche in altri modi, specialmente recitando l'ufficio divino.

Il divino ufficio, secondo la tradizione cristiana, è strutturato in modo da santificare tutto il corso del giorno e della notte per mezzo della lode divina.” (Concilio Vaticano II, Sulla liturgia, 83,84)

La Chiesa continua letteralmente quanto Gesù ha iniziato. Lo segue da così vicino che lo imita anche nel modo di vivere la quotidianità.

Il ritmo del giorno - un ritmo di lode

Con questo suo modo di lodare, accennato in quasi tutte le religioni e sviluppato nel modo più bello in Israele, Gesù manifesta la particolarità di ogni momento del giorno, creato da Lui stesso per la felice realizzazione dell'essere umano. E' lui che ha messo nel ritmico susseguirsi delle ore, nell'alternarsi delle diverse atmosfere durante il giorno, nel quotidiano cambio della notte, energie e potenzialità che favoriscono la realizzazione della vita umana. Ogni momento della giornata ha una sua caratteristica, nasconde e manifesta un aspetto del grande dono divino che è un giorno.

E mentre favorisce con la ricchezza dei suoi momenti l'umano realizzarsi, provoca la lode, per ciò che si sta realizzando e per Colui che lo causa.

Nessuno come Gesù ha vissuto la pienezza del mattino, pieno di desiderio, carico di speranza, tutto aperto verso la novità del giorno che non è mai esistito prima. Lui avverte, vede e sente la freschezza e la solennità con le quali esce dalle mani di Dio (dalle sue) e viene consegnato alle mani (di nuovo nelle sue) dell'amato uomo. Ecco che scaturisce la lode dal cuore di Cristo e armonizza la sua natura umana con la sua natura divina. Mentre mangiando (colazione) si collabora con Dio alla propria conservazione nell'essere, lodando si riconosce gioiosamente la fonte attuale di tale essere.

“Il Mattutino è fatto per consacrare a Dio i primi moti della nostra mente e del nostro spirito in modo da non intraprendere nulla prima di esserci rinfrancati col pensiero di Dio, come sta scritto: ‘Mi sono ricordato di Dio e ne ho avuto letizia’ (Sal 76,4); né il corpo si applichi al lavoro prima di aver fatto ciò che è stato detto: ‘Ti prego, Signore. Al mattino ascolta la mia voce; fina dal mattino t'invoco e sto in attesa’ (Sal 5,4-5)” (San Basilio, Regole in forma estesa, Resp. 37,3)

Così a metà mattinata una prima breve sosta nel continuo ricevere per non perdersi nel dono dimenticando il donatore: l'ora terza.

A mezzogiorno, nella pienezza della luce del sole, che presiede alla vita naturale, di nuovo si uniscono lode e nutrimento. Questa armonia meravigliosa manifesta che, di nuovo, la vita umana prima è dono divino (lode) però subito anche opera umana (pasti) **di nuovo** ... e si celebra l'Origine di ogni luce. Come guarda Gesù il suo sole! Quanto contempla le relazioni vitali che dipendono da esso!

La nona è il secondo inizio del lavoro faticoso, altro aspetto prezioso (come il nutrimento) della collaborazione attiva dell'uomo alla realizzazione del dono vita. La lode in questo momento delicato rianima chi è già stanco della fatica quotidiana e chi è tentato dalla pigrizia.

La preghiera serale celebra il tramonto del sole e il compimento dell'opera quotidiana attuata in sintonia con il Creatore. Con quale partecipazione Gesù avrà riconsegnato umanamente ogni giorno al Padre! **Che** Quale ineffabile consapevolezza della dignità della giornata passata e **che** quale intensa riconoscenza per essa causa la lode limpida ed esultante!

La preghiera prima di coricarsi, che compie la giornata, sarà stata piena di riconoscenza per i doni ricevuti e colma di fiducia verso Colui che veglia mentre l'uomo dorme. **E'** E già vibra il cuore di Cristo per il desiderio del nuovo giorno ...

Non raramente l'amore verso il Padre lo fa alzare di notte per lodarlo, per benedirlo, per come è e per quanto ha fatto per ogni uomo, per ogni stella, per ogni sole, per ogni lago, per ogni pietra. Gesù loda Dio per tutto.

In Gesù il giorno viene vissuto per la prima volta in tutta la sua ricchezza, con tutte le sfumature che il Creatore vi ha messo. Così Gesù consegna alla Chiesa il modo migliore di vivere il giorno come l'ha fatto e pensato Lui: intessendo le ore di lode e di ringraziamento.

Il ritmo del giorno nella Chiesa: un ritmo sponsale di lode

L'amore della Chiesa, vera sposa di Gesù, però, va oltre. Coglie in modo mirabile, il ritmo dello sviluppo quotidiano di ogni giorno (vedi gli inni delle singole ore) e associa, da vera innamorata, ad ogni ora un particolare ricordo di un episodio del mistero di Gesù. Riguardo al mattino si legge nell'introduzione alla Liturgia delle ore: "Quest'ora inoltre, che si celebra allo spuntar della nuova luce del giorno, ricorda la risurrezione del Signore Gesù, "luce vera che illumina ogni uomo" (Gv 1,9) e "sole di giustizia" (Mt 4,2), "che sorge dall'alto" (Lc 1, 78). Perciò ben si comprende la raccomandazione di san Cipriano: "Bisogna pregare al mattino, per celebrare con la preghiera mattutina la risurrezione del Signore." (Liturgia delle ore, Vol.I, p. 47)

E così Cassiano parla del vespro, della preghiera serale, che "si può anche intendere, con un significato più spirituale, dell'autentico sacrificio vespertino: sia di quello che il Signore e Salvatore affidò, nell'ora serale, agli apostoli durante la Cena, quando inaugurò i santi misteri della Chiesa, sia di quello stesso del giorno dopo, quando, con l'elevazione delle sue mani in croce, offrì al Padre per la salvezza del mondo intero se stesso, quale sacrificio della sera, cioè come sacrificio della fine dei secoli" (Cassiano, Istituzioni cenobitiche, lib. 3, c.3).

"Per orientare, infine, la nostra speranza alla luce che non conosce tramonto, "noi preghiamo e chiediamo che di nuovo venga su di noi la luce, e invociamo la venuta di Cristo che ci porterà la grazia della luce eterna." (San Cipriano, Il Padre nostro, 35)" (Liturgia delle ore. Vol. I, p. 48)

Così l'ora terza ricorda la discesa dello Spirito Santo; l'ora sesta il processo davanti a Pilato e al sinedrio, l'intronizzazione di Gesù quale re; e l'ora nona la morte gloriosa di Gesù in croce.

La compieta è pervasa dalla profonda fiducia che Gesù veglia su di noi, e in quanto immagine della morte è illuminata dalla certezza della risurrezione, della quale Gesù è garante e fonte.

Così le diverse ore non solo ci svelano la ricchezza del ritmo quotidiano che ci mette, secondo l'esempio di Gesù, in armonia con il cosmo, il sole, le stelle, la luna, i tempi, ma ci introducono sempre di più nella vita stessa di Gesù.

Questa iniziazione graduale e continua **nella** alla vita di Gesù attraverso la liturgia delle ore, che implica il quotidiano assumersi del suo stile di lode, viene favorito non solo dalla sua struttura ma soprattutto da ciò che **fa** costituisce il contenuto della liturgia delle ore: i salmi.

Il ruolo dei salmi nella vita di Gesù e della Chiesa

I salmi sono la preghiera di Gesù per eccellenza. Maria e Giuseppe hanno insegnato a Gesù la lode di Dio attraverso i salmi. Come ogni pio ebreo, conosceva i salmi a memoria e possedeva una tale familiarità con essi da poter interpretare qualsiasi situazione esistenziale con un salmo corrispondente: nel dolore salmi delle lamentazioni, nel bisogno salmi di supplica, per le persone in necessità salmi d'intercessioni, nei momenti di gioia, salmi di ringraziamento, e così via. Bisogna, però, ricordare che il salmo di per sé è sempre lode, anzi, trasforma qualsiasi momento della vita in una lode a Dio. "Per essere opportunamente lodato dall'uomo, Dio stesso si è lodato; e poiché si è degnato di lodare se stesso, per questo l'uomo ha trovato come lo possa lodare." (Agostino)

Ogni salmo è perciò sicuramente parola personalissima di Gesù che è passata tante volte per la sua bocca, la sua mente e il suo cuore e continua attraverso la sua Chiesa a passarvi, quando prega in noi e con noi, e da noi è pregato. In questo modo i salmi sono un accesso immediato alla vita di Gesù, ai suoi sentimenti più profondi, e di nuovo conviene affermare: Nella misura in cui Gesù vive i salmi, vive la lode. Gesù attraverso i salmi diventa una lode vivente. La Chiesa, attraverso la liturgia delle ore, vuole seguirlo ed imitarlo in questo quotidianamente.

La ricchezza dei salmi non solo sta nel fatto che è la preghiera preferita di Gesù, ma anche nella particolarità che rivelano già di per sé, cioè prima d'essere pregato da Gesù, il suo mistero. E' un Vangelo cantato "ante litteram," e Gesù stesso ne è cosciente quando, risorto, afferma: "Bisogna che si compiano tutte le cose scritte su di me nella legge di Mosè, nei profeti e nei **salmi**." (Lc 24,44) Un esempio di questa esegesi dei salmi applicata a se stesso troviamo in Mt 22, 44: Gesù si identifica con il Signore del Figlio di Davide nel salmo 109.

"I salmi accendono l'amore a Cristo perché sono come un quadro che presenta ben delineata l'immagine del Redentore. Giustamente dunque Agostino "sentiva in tutti i salmi la voce che esultava o che gemeva, che si allietava nella speranza o che sospirava la meta." (San Pio X, Divino Afflatu, citato in Liturgia delle ore Vol IV p. 1227)

Vediamo in un esempio del tutto particolare come Gesù vive i salmi e come i salmi parlano di Lui: il salmo 22 che Gesù prega morendo in croce, massima espressione del suo amore per questo tipo di preghiera. Anche le sue ultime parole sono parole di un salmo, quasi **come se** ce le lasciasse come suo testamento. E **sarà** proprio questo salmo **che** farà sì che anche la sua morte si trasformi in un atto di lode per Dio pieno d'amore per la sua Chiesa, "la sua discendenza":

Salmo 22

2 «Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?

Tu sei lontano dalla mia salvezza»:

sono le parole del mio lamento.

3 Dio mio, invoco di giorno e non rispondi,

grido di notte e non trovo riposo.

(Gesù nella passione e in croce)

4 Eppure tu abiti la santa dimora,

tu, lode di Israele.

(subito la lode!)

5 In te hanno sperato i nostri padri,

hanno sperato e tu li hai liberati;

6 a te gridarono e furono salvati,

sperando in te non rimasero delusi.

7 Ma io sono verme, non uomo,

infamia degli uomini, rifiuto del mio popolo.

8 Mi scherniscono quelli che mi vedono,

storcono le labbra, scuotono il capo:

**9 «Si è affidato al Signore, lui lo scampi;
lo liberi, se è suo amico».**

(Gesù nella passione)

**10 Sei tu che mi hai tratto dal grembo,
mi hai fatto riposare sul petto di mia madre.**

**11 Al mio nascere tu mi hai raccolto,
dal grembo di mia madre sei tu il mio Dio.**

(L'amore per Maria)

12 Da me non stare lontano,
poiché l'angoscia è vicina
e nessuno mi aiuta.

(Gesù in croce)

13 Mi circondano tori numerosi,
mi assediano tori di Basan.

14 Spalancano contro di me la loro bocca
come leone che sbrana e ruggisce.

**15 Come acqua sono versato,
sono slogate tutte le mie ossa.**

**Il mio cuore è come cera,
si fonde in mezzo alle mie viscere.**

(Gesù versato nell'eucaristia e appeso alla croce,
il cuore perforato)

**16 E' arido come un coccio il mio palato,
la mia lingua si è incollata alla gola,**

(La sete di Gesù in croce)

su polvere di morte mi hai deposto.

17 Un branco di cani mi circonda,
mi assedia una banda di malvagi;
hanno forato le mie mani e i miei piedi,

18 posso contare tutte le mie ossa.

(descrizione letterale della crocifissione)

Essi mi guardano, mi osservano:

**19 si dividono le mie vesti,
sul mio vestito gettano la sorte.**

(Scena avvenuta durante la crocifissione)

20 Ma tu, Signore, non stare lontano,
mia forza, accorri in mio aiuto.

21 Scampami dalla spada,
dalle unghie del cane la mia vita.

22 Salvami dalla bocca del leone
e dalle corna dei bufali.

**23 Annunzierò il tuo nome ai miei fratelli,
ti loderò in mezzo all'assemblea.**

(Convinzione della propria risurrezione)

**24 Lodate il Signore, voi che lo temete,
gli dia gloria la stirpe di Giacobbe,
lo tema tutta la stirpe di Israele;**

(La preghiera in croce si trasforma in lode!)

25 perché egli non ha disprezzato

né sdegnato l'afflizione del misero,
non gli ha nascosto il suo volto,
ma, al suo grido d'aiuto, lo ha esaudito.

26 Sei tu la mia lode nella grande assemblea,
scioglierò i miei voti davanti ai suoi fedeli.

27 I poveri mangeranno e saranno saziati,
loderanno il Signore quanti lo cercano:

«Viva il loro cuore per sempre».

(Desiderio della risurrezione degli uomini)

28 Ricorderanno e torneranno al Signore

tutti i confini della terra,

si prostreranno davanti a lui

tutte

le

famiglie

dei

popoli.

(Profezia sulla Chiesa)

29 Poiché il regno è del Signore,
egli domina su tutte le nazioni.

30 A lui solo si prostreranno quanti dormono
sotto terra,

davanti a lui si curveranno

quanti discendono nella polvere.

E io vivrò per lui,

(Gesù risorto)

31 lo servirà la mia discendenza.

(la sua Chiesa)

Si parlerà del Signore alla generazione che
viene;

32 annunzieranno la sua giustizia;

al popolo che nascerà diranno:

(di nuovo la Chiesa!)

«Ecco l'opera del Signore!».

(la passione, morte e risurrezione di Gesù)

Da quanto abbiamo visto insieme possiamo cogliere che la preghiera delle ore ci introduce intimamente nello stile di vita di Gesù, svegliando ed attuando in noi la sintonia con il susseguirsi dei tempi, coinvolgendoci sempre di più nei pensieri e desideri di Gesù grazie ai suoi salmi, che ci diventano quasi pane quotidiano. E' una reale iniziazione alla lode e, come tale, il modo migliore di realizzazione di una vita lodevole, augurato da Dio all'inizio della nostra vita e in principio della creazione ... per la cui attuazione Lui stesso ha dato la sua vita ... dopo averla intrisa della lode dei salmi.

Mi resta solo da augurarci che un giorno possiamo dire quanto Agostino descrive nelle sue confessioni:

“Quanto ho pianto al sentire gli inni e i canti in tuo onore, vivamente commosso dalle voci della tua Chiesa, che cantava dolcemente! Quelle voci vibravano nelle mie orecchie e la verità calava nel mio cuore e tutto si trasformava in sentimento di amore e mi procurava tanta gioia da farmi sciogliere in lacrime.” (Agostino, Confessioni,)

Per la riflessione:

- 1) Avverto il ritmo particolare di ogni giorno? Ho sensibilità per il mattino, il mezzogiorno o la sera? Colgo il dinamismo liberante e pacificante dell'avvicinarsi delle ore del giorno?
- 2) Come si inserisce la mia preghiera personale nella giornata? La qualifica, la deforma, ne rimane al margine o viene sopraffatta dagli eventi? Lodo?
- 3) Come è il mio rapporto con la liturgia delle ore? Che cosa mi dicono i salmi? Quali sono i miei salmi preferiti? Con quali salmi ho difficoltà?

3) *Il progetto di vita - un progetto di lode*

Che cosa è un progetto di vita?

E' la costante ricerca della propria vocazione e della sua attuazione. Per questo motivo è caratterizzata da un elemento contemplativo e un elemento attivo, entrambi molto creativi:

* contemplativo: il progetto della mia vita esiste già nel cuore del Padre: "Ancora informe mi hanno visto i tuoi occhi e tutto era scritto nel tuo libro; i miei giorni erano fissati, quando ancora non ne esisteva uno." (Salmo 139, 16). Con il suo Spirito desidera farmela conoscere. Per questo mi ispira, illumina l'intelligenza per coglierne la forma e collabora con la mia volontà per aderirmi fermamente e gioiosamente. Tutta la mia vita è il luogo dove Dio in continuazione mi manifesta la mia vocazione.

* attivo: ciò che ho capito del progetto di vita chiede d'essere messo in pratica e realizzato. Passo dopo passo collaboro così all'attuazione della mia vita, che è per sua natura vocazione da parte di Dio. Non esiste una vita che non sia vocazione, vale a dire chiamata da Dio all'esistenza. Questa verità implica che ogni vita, in quanto in potenza di qualcosa, è sempre anche progetto, cioè ancora da conoscere e da realizzare.

Vediamo il progetto di vita da tre punti di vista: passato, presente e futuro

Il passato

"Allora Gesù chiamò a sé un bambino, lo pose in mezzo a loro e disse: In verità vi dico: se non vi convertirate e non diventerete come i bambini, non entrerete nel regno dei cieli. Perciò chiunque diventerà piccolo come questo bambino, sarà il più grande nel regno dei cieli." (Mt 18, 2-4)

Diventare come un bambino è la condizione per poter entrare nel Regno dei cieli. "Entrare nel Regno dei Cieli" significa realizzare la propria vocazione, attuare il progetto di vita che Dio vuole attuare da sempre con me.

Quanto Gesù fa sul serio con questo processo di maturazione ispirato all'infanzia **manifesta** **il** è reso manifesto dal ciclico incontro con l'infanzia, che caratterizza la nostra vita: ognuno inizia la propria vita come fanciullo; poi, diventando genitore, si immerge di nuovo nel modo di vita dei bambini, grazie ai propri figli; e verso la fine della fase terrena della nostra vita è invitato a un ultimo aggiornamento al riguardo, **causato dai** grazie ai nipotini che rallegrano il cuore dei nonni. Almeno tre volte veniamo coinvolti nella vita dei bambini in questo modo viscerale, durante la nostra esistenza terrena. Tre volte significa, in senso biblico, sempre o continuamente: l'infanzia deve, secondo il dinamismo della creazione e della redenzione, rimanere sempre fonte d'ispirazione e d'aggiornamento per il vivere attuale. Perciò Gesù pone il bambino "in mezzo a noi", cioè al centro della nostra esistenza.

Muovendoci nel contesto della lode, abbiamo già potuto constatare le rivelazioni immense che l'infanzia ci offre **l'infanzia** al riguardo. Troviamo proprio lì le basi per un progetto di vita inteso come progetto di lode.

L'infanzia è una fonte fondamentale per la fase contemplativa dell'attuazione del progetto di vita. E' nell'infanzia che Dio comincia a rivelare la nostra vocazione. Ma indica soprattutto le premesse per poterlo fare bene. Se la vita è la rivelatrice principale del progetto che Lui ha su di noi, deve favorire al massimo la possibilità di potervi leggere bene dentro.

Se voglio guardare una foto e riconoscermi le persone rappresentate non riuscirò a farlo finché mi trema la mano o finché guardo in tutte le direzioni tranne in quella dove si trova la foto.

Per evitare questo inconveniente, cioè che ci distogliamo troppo facilmente dalla nostra vita o che non vi aderiamo con tutto il nostro cuore, Dio ha inventato questo concerto ineffabile di lode che i genitori intonano appena arriva un neonato. E' un'iniziazione mirabile alla conoscenza, alla stima e all'adesione vera a tutti gli strati della mia persona: vengo lodato per le mie capacità di

mangiare, di mettere un dente, di digerire, di parlare, di camminare, di dormire, di ballare, di cantare, di mettermi in relazione, di leggere, di scrivere. O anche solo il mio dormire o sorridere, vale a dire il mio essere, suscitano l'entusiasmo e la lode dei miei: "O quanto sei bello!"

Così Dio ci offre la nostra vita all'inizio della nostra esistenza con la mediazione dei nostri genitori. Per poter decifrare la nostra vocazione bisogna recuperare a tutti i costi quest'esperienza e consapevolezza lodevoli della mia vita. Dio ora vive la mia vita come i miei genitori l'hanno sperimentata all'inizio. La mia vita non è preziosa perché lodata dai genitori, ma è lodata dai genitori perché è preziosa a priori. In quest'ottica possiamo rieducarci alla valutazione estremamente positiva, sia del nostro essere fisico e spirituale che delle capacità che derivano da esso.

Se il mio corpo è creato da Dio, il mio corpo è degno di lode. Così la mia corporeità diventa triplice fonte di lode: prima è lodato da Dio (perciò esiste), poi mi invita a lodare chi lo ha fatto in questo modo mirabile: "Ti lodo, perché mi hai fatto come un prodigio; sono stupende le tue opere, tu mi conosci fino in fondo" (139, 14). E infine io stesso, come imitatore di Dio, lodo il mio corpo per come è e per ciò che è in grado di compiere. Questa triplice lode si trasformerà in un faro che mi manifesterà l'incredibile preziosità ed amabilità del mio essere, dell'essere del mondo e di Dio stesso. A tutto questo mi porta l'educazione iniziale dei miei genitori. Aver capito questo può far scattare una profondissima riconoscenza verso di loro. Ciò che hanno fatto lì, all'inizio, mantiene valore perenne, anche se dopo magari hanno sbagliato in tante cose. L'averci generato e concepito e dato questo tuffo in una vita di lode gli assicura un affetto e una stima che superano qualsiasi male che ci possono aver fatto dopo.

A questo punto consiglio l'inizio del lavoro di ricupero della lode della nostra vita, del mondo e di Dio. L'uomo maturo, la donna matura si accorge d'essere chiamato a diventare genitore di se stesso/a. Il primo passo: lo stupore di fronte a sé, alle cose e a Dio, e cominciare a lodarle.

Se non lodiamo le cose, non si manifestano perché vengono trattate sotto il loro valore.

In mezzo a questa vita, pienamente accolta perché lodata, si manifesteranno le inclinazioni personali, ciò che mi attrae di più durante il trascorrere degli anni, dove trovo da tanti anni la gioia costante. Conviene elencarle bene e scriverle e descriverle. Così in mezzo al mio essere, alla mia natura umana e a delle capacità che ho in comune con tutti (infinitamente amabili), scopro caratteristiche tipicamente mie, che sono da accogliere con lo stesso amore, entusiasmo e lode come tutta la mia persona. Ma sarà la gioia per il mio essere, la ricchezza della mia natura umana che mi darà la luce, la motivazione e la forza per poter sviluppare le mie inclinazioni personali. Non posso prescindere dal mio contesto naturale o assolutizzarlo: per es. penso solo alla letteratura e non mangio più; mi do solo all'arte e non parlo più con nessuno; o al contrario non posso solo assecondare gli stimoli che mi vengono dalla mia natura senza badare alle mie aspirazioni personali: dormo tutto il giorno e non mi occupo mai del giardinaggio che mi piacerebbe di per sé ma costa .. ecc..

Con questo sguardo amoroso e contemplativo sul nostro passato possiamo trovare le linee di fondo della **propria** nostra vocazione, del progetto divino ... della nostra identità.

Il presente

Una volta accolta e rinnovata la lode iniziale per tutta la mia vita, per il cosmo e per Dio, conviene trovare uno stile di vita che permette la continuazione e l'approfondimento di questo modo di essere e di agire, vale a dire la modalità d'attuazione del mio progetto di vita.

Avendo scoperto con Gesù il ritmo armonizzante e lodevole insito **ad** in ogni giorno, la particolarità dei diversi momenti giornalieri (che in un certo modo "collaborano" alla realizzazione del progetto di vita, in quanto mi fanno sempre più aderire ad esso e mi arricchiscono di nuova vita) e la forza vitalizzante della liturgia delle ore, potrò liberamente creare (fase attiva della progettazione) una giornata che tiene conto sia del mio lavoro, sia delle esigenze personali, ma che è caratterizzata da uno stile di lode - scoperto in Gesù e vissuto attualmente dalla Chiesa - inteso

come continuazione ed attualizzazione più coerente della vita di lode iniziata nell'infanzia. Sarebbe perciò realizzazione del famoso "diventare come bambini" che della lode nel suo triplice senso fa il succo della propria vita quotidiana.

Dal punto di vista pratico penso che ognuno sia molto libero di impostarsi i suoi tempi, partendo dalla propria condizione di vita. Sarebbe però auspicabile **di** riuscire a solennizzare i tre momenti cruciali della giornata: la mattina, il mezzogiorno e la sera. Aprirsi in questi tre momenti a Dio con la lode vuol dire affidarsi al donatore della giornata (vero "aggiornamento") e dare fiducia al modo con il quale ha voluto ordinare il susseguirsi delle ore che costituiscono il giorno (implica anche un mettersi in armonia con il cosmo, il sole, la luna e le stelle, che presiedono all'alternarsi dei giorni, dei mesi, delle stagioni e degli anni!).

Si può scegliere anche solo un inno delle lodi, dei vesperi o di un'ora media, o un salmo, senza fissarsi sul fatto che si deve dire tutto: è una miniera di lode, di sapienza, alla quale posso attingere liberamente. Se vi entro in modo graduale mi potrà venire il desiderio dell'approfondimento.

Altro atteggiamento fondamentale mi pare questo: la mattina il desiderio della giornata, e la sera la raccolta delle gioie quotidiane, intesi come educazione ai valori veri della vita quotidiana, che si trasformeranno in motivo di lode. Ogni mattina, come ogni sera, ha il suo diritto alla lode per le ricchezze che Dio profonderà o ha profuso nella giornata, anche se non le vedo a prima vista. Senza questa attenzione quotidiana al dono "vita", mediato attraverso la quotidianità, mi sembra difficile poter cogliere la propria vocazione ed attuarla come progetto di lode.

Infine, ci sarà bisogno di momenti più lunghi dedicati ad una contemplazione più approfondita dello svolgimento della mia vita ,per vedere come cambia, per valutare le novità e verificare la continuità di certe decisioni prese ecc. Almeno una volta al mese bisognerà dedicare qualche ora a questa attività deliziosa, che fa gustare la vita nelle sue vere dimensioni e ci rende realmente in grado di possederla e di donarla. Se non ci fermiamo consapevolmente, il fiume del quotidiano ci porta via e ci perdiamo in esso ... e il nostro progettino con noi, per non dire la nostra identità.

In queste pause contemplative bisognerebbe considerare il rapporto con Cristo, con se stesso, i rapporti familiari, amicali, culturali, sociali ecc. ... sono degni di lode e invitano a lodare Dio e me stesso?

Il futuro

Se integro bene il passato e vivo con intelligenza e amore il presente, il futuro si schiude. Molte persone mancano di progettualità nella loro vita perché passato e presente non gli offrono prospettive per il futuro. In ottica cristiana passato e presente, in quanto dono di Dio, infondono fiducia nel futuro. Ma la vera spinta per il domani deriva dalla speranza che l'evento più grande della nostra vita si attuerà nel futuro: la gloria della risurrezione e la visione di Dio. Solo allora si realizzerà in modo pieno la nostra vocazione, il nostro progetto di vita e la nostra vita diventerà lode in senso pieno:

"Ibi vacabimus et videbimus, videbimus et amabimus, amabimus et laudabimus. Ecce quod erit in fine sine fine » (Li saremo liberi e vedremo, vedremo ed ameremo, ameremo e loderemo. Ecco ciò che sarà alla fine senza fine) (Agostino, Città di Dio, XXII, 30).

Un futuro così luminoso e ricco aiuta a motivare bene il lavoro presente, a sdrammatizzare le cose difficili e toglie l'ansia di prestazioni tipica di una società che chiede di produrre sempre di più per il semplice gusto di produrre.

Che la lode, che un giorno sarà la vita **durabile** durevole, ispiri bene il nostro progetto di vita d'oggi.

I seguenti salmi possono collocare la nostra vocazione, la nostra identità nel loro contesto originale:

SALMO 8

8 Potenza del nome divino

1 Al maestro di coro. Sul canto: «I Torchi...». Salmo. Di Davide.

2 O Signore, nostro Dio,
quanto è grande il tuo nome su tutta la terra:
sopra i cieli si innalza la tua magnificenza.
3 Con la bocca dei bimbi e dei lattanti
afferma la tua potenza contro i tuoi avversari,
per ridurre al silenzio nemici e ribelli.

4 Se guardo il tuo cielo, opera delle tue dita,
la luna e le stelle che tu hai fissate,
5 che cosa è l'uomo perché te ne ricordi
e il figlio dell'uomo perché te ne curi?

6 Eppure l'hai fatto poco meno degli angeli,
di gloria e di onore lo hai coronato:
7 gli hai dato potere sulle opere delle tue
mani,
tutto hai posto sotto i suoi piedi;
8 tutti i greggi e gli armenti,
tutte le bestie della campagna;
9 Gli uccelli del cielo e i pesci del mare,
che percorrono le vie del mare.

10 O Signore, nostro Dio,
quanto è grande il tuo nome su tutta la terra.

SALMO 139

139 (138) Omaggio a chi sa tutto

1 Al maestro del coro. Di Davide. Salmo.

Signore, tu mi scruti e mi conosci,
2 tu sai quando seggo e quando mi alzo.
Penetri da lontano i miei pensieri,
3 mi scruti quando cammino e quando riposo.
Ti sono note tutte le mie vie;
4 la mia parola non è ancora sulla lingua
e tu, Signore, già la conosci tutta.
5 Alle spalle e di fronte mi circondi

e poni su di me la tua mano.

6 Stupenda per me la tua saggezza,
troppo alta, e io non la comprendo.

7 Dove andare lontano dal tuo spirito,
dove fuggire dalla tua presenza?

8 Se salgo in cielo, là tu sei,
se scendo negli inferi, eccoti.

9 Se prendo le ali dell'aurora
per abitare all'estremità del mare,
10 anche là mi guida la tua mano
e mi afferra la tua destra.

11 Se dico: «Almeno l'oscurità mi copra
e intorno a me sia la notte»;

12 nemmeno le tenebre per te sono oscure,
e la notte è chiara come il giorno;
per te le tenebre sono come luce.

13 Sei tu che hai creato le mie viscere
e mi hai tessuto nel seno di mia madre.

14 Ti lodo, perché mi hai fatto come un
prodigio;
sono stupende le tue opere,
tu mi conosci fino in fondo.

15 Non ti erano nascoste le mie ossa
quando venivo formato nel segreto,
intessuto nelle profondità della terra.

16 Ancora informe mi hanno visto i tuoi
occhi

e tutto era scritto nel tuo libro;

i miei giorni erano fissati,
quando ancora non ne esisteva uno.

17 Quanto profondi per me i tuoi pensieri,
quanto grande il loro numero, o Dio;

18 se li conto sono più della sabbia,
se li credo finiti, con te sono ancora.

19 Se Dio sopprimesse i peccatori!

Allontanatevi da me, uomini sanguinari.

20 Essi parlano contro di te con inganno:
contro di te insorgono con frode.

21 Non odio, forse, Signore, quelli che ti
odiano
e non detesto i tuoi nemici?

22 Li detesto con odio implacabile
come se fossero miei nemici.

23 Scrutami, Dio, e conosci il mio cuore,
provami e conosci i miei pensieri:

24 vedi se percorro una via di menzogna
e guidami sulla via della vita.

Per la riflessione:

- Il passato: Come riesco ad intravedere la mia vocazione specifica, il manifestarsi della mia identità negli eventi della mia vita passata? Quali sono?
- Il presente: Come imposto la mia giornata, la mia settimana, il mio mese? Cosa mi sembra lodevole, che cosa è da cambiare o da aggiungere?
- Il futuro: Quali sono i miei progetti per il futuro? Che impressione mi dà il futuro? Come guardo la conclusione della mia vita?