Approfondimento

Attività di deserto

Queste informazioni sotto riportate non sono applicabili con i ragazzi, ma sono materiali per un approfondimento della vostra equipe educatori per arrivare preparati nel spiegare l’attività.

Tratto da [monasterodibose.it](https://www.monasterodibose.it/)

## Una giornata di deserto

"La cosa che sembra più facile è in realtà la più difficile: conoscere se stessi"

di *Edgar Morin*

1. Apri la tua esperienza di deserto con il silenzio. Nel silenzio cerca di riflettere e interrogarti. Pensa al tuo passato e al tuo oggi, a come agisci e interagisci con gli altri, e cerca di dare il nome a ciò che ti rende felice, contento/a, e a ciò che ti rende infelice e scontento/a, a ciò che ti dà gioia e a ciò che ti fa soffrire.
2. Esercita l'immaginazione e immagina te stesso/a al futuro: come ti vedi felice? Come ti pensi realizzato/a?
3. Approfondisci il silenzio. Nella tua solitudine, cerca di stare almeno mezz'ora (meglio se un'ora) in silenzio anche interiore (silenzio da pensieri, immagini, ricordi, voci): come ti senti dopo? Cosa ti dice il tuo corpo?
4. Esercitati al ringraziamento: cerca di chiudere la tua esperienza di deserto ringraziando. E cerca di individuare i motivi (eventi, persone, paesaggi...) per cui ringraziare. Ricordati della parola di Teresa di Lisieux: "Tutto è grazia".

## Un Sinai interiore

*(di Marguerite Léna, La solitudine dell’uomo)*

La narrazione della creazione nella Genesi ci rivela che l'atto creatore di Dio è al contempo e indissolubilmente atto di separazione e di parola. Dio separa luce e tenebre, e chiama la luce giorno e le tenebre notte. Se­para le acque sotto il firmamento dalle acque che si trovano sopra il firmamento, e chiama il firmamento «cielo». La creazione, che dona esistenza alle creature nella loro propria individualità, è separazione nello spazio e successione nel tempo: matrice di ogni solitudine. Ma in quanto atto di parola, pone l'uomo come interlocutore, faccia a faccia. Adamo è separato da Eva per potersi rivolgere a lei con un «Tu» e nel linguaggio della ce­lebrazione: «questa è osso delle mie ossa e carne della mia carne!» Adamo ed Eva sono separati da Dio per trovarsi con Lui faccia a faccia, come splendidamente esprime una scultura della cattedrale di Chartres. Il filosofo Emmanuel Lévinas afferma la stessa idea: «La verità sorge laddove un essere separato dall'altro non si annulla in lui, ma gli parla».

Questo è il senso che riveste, alla luce della creazione, la nostra solitudine: la si può definire solitudine di vocazione. Attraverso di essa, Dio non cessa di affermare la nostra esi­stenza e di chiamare ciascuno per nome. La nostra solitudine non è più soltanto quel segreto interiore che protegge l'intimità della no­stra coscienza: è la camera nuziale dove Dio abita. La nostra solitu­dine di vocazione è ormai la dimora di Dio al cuore della creatura.

E’ perciò necessario, oggi più che mai, ritornare al proprio cuore, entrare nella camera, chiudere la porta per pregare il Padre che vede nel segreto (cf. Vangelo di Matteo 6, 5-6). La solitudine dell'uomo interiore non è quella del de­serto dell'assenza, ma quella del deserto dell'esodo: è il luogo di in­contro, l'Arca dell'Alleanza, il nostro Sinai interiore.

Occorre che il nostro cuore sia solitario per rico­noscere, in se stesso, la Presenza del Tutto Altro, il divenire luogo di comunione. Nello spazio allargato della sua tenda, diviene capace di accogliere nella verità esseri e cose, il mondo e la storia, che non sono più soltanto oggetti del nostro sapere e del nostro potere, ma ridivengono ciò che non hanno mai cessato di essere, i testimoni della prima e indimenticabile alleanza di Dio con l'uomo, l'alleanza della Creazione.

## Isolamento e solitudine

*(di Denis Vasse, “Uno sguardo umano: dall’isolamento alla solitudine”)*

L'uomo di oggi fa molta fatica a trovare la strada della solitu­dine, la strada che lo conduce a se stesso, al mondo e a Dio.

Cos'è, dunque, la solitudine? Se essa si definisce in base alla relazione che ho con l'altro in cui m'imbatto o con l'altro che giace nella parte più intima di me stesso, la solitudine è il con­trario dell'isolamento, che invece nega tale relazione.

L'isolamento si distingue dalla solitudine in quanto nega la possibilità dell'apertura all'altro, vissuta sempre come un'altera­zione. Più in profondità, esso è negazione del desiderio che por­tiamo in noi, il desiderio dell'altro. L'isolamento e il mutismo vanno di pari passo, perché la relazione con l'altro trova l'e­spressione propria nella parola, e la negazione della prima com­porta la scomparsa della seconda. Si potrebbe dire che l'isola­mento stia alla solitudine come il mutismo sta al silenzio. Tacere implica che si abbia qualcosa da dire; essere soli suppone anche la possibilità di non esserlo, di essere aperti al mondo. La pre­senza dell'essere amato è sentita, nella solitudine, come un'as­senza. Nell'isolamento la separazione è vissuta come un'inquie­tante interruzione del contatto. Per provare a se stesso che esi­ste, l'isolato ha bisogno della presenza materiale dell'altro, per quanto insopportabile. La scomparsa o il cambiamento dell'altro lo fa precipitare in una dolorosa incertezza, quella che compare quando è venuto meno ogni punto di riferimento.

## La solitudine del cristiano

*(di Umberto Vivarelli, La solitudine del cristiano)*

Esiste una interiorità che, come diceva Bernanos, assomiglia al gatto che gira attorno alla propria coda: intimismo, spiritualismo disincarnato, fuga dal mondo e dalle sue concrete responsabilità, compiacenze misticheggianti per meglio disprezzare la fatica quotidiana del mestiere di uomo. Ma è pur vero che questa sana rappresaglia a una spiritualità sen­za spina dorsale e senza piedi per terra, a sua volta è minacciata dalla tentazione opposta: affogare nell'attivismo e nell'agitazione quotidiana. Un'autentica spiritualità evangelica è un continuo, delicato, ricon­quistato equilibrio tra contempla­zione e impegno, deserto e storia, l'assoluto di Dio e il quotidiano umano. Per qualsiasi avventura di esodo bisogna entrare, accettare, sperimentare il deserto; ma sempre nel deserto c'è il « roveto ar­dente » dove l'uomo incontra Dio per accettare la vocazione di libe­ratore dei fratelli oppressi. Se la contemplazione non cresce nella verifica della propria voca­zione profetica, diventa sterile aristocrazia intellettuale. Se il de­serto non è lo spazio spirituale per forgiare il proprio impegno ri­voluzionario nella storia, è alienazione da Dio e dall'uomo. Se l'As­soluto non è Parola che si fa carne, non esiste il credente vero per­ché non c'è l'uomo vero. La solitudine non è disimpegno. Nella preghiera il credente si presenta e sempre ritorna al « cuore di Dio », che è il « cuore » di tutte le creature e di tutti gli avveni­menti. Qui la logica mondana delle prudenze, delle furbizie, delle prepotenze è lucidamente vista e capita nella storia, perché queste vi si infrangono e vi sono messe in iscacco. Di qua il credente parte, irrobustito dall'onnipotenza dell'amore, per sfidare le politiche del denaro, della forza, del dominio. Il solitario pianta la sua tenda nel regno di Dio che è attesa e insieme anticipazione ardente. Poiché si sente senza patria, oltre le razze, al di là di ogni confine, incamminato verso il « giorno del Signore », passa attraverso le città degli uomini e le loro sorti come un avven­turiero della libertà, della giustizia, della pace. Su ogni strada, con tutti, ma sempre proteso in avanti. Il cristiano è chiamato a essere « fermento nella massa » e per solle­vare e far lievitare tutta la pasta non deve « massificarsi ». Entrare e rimanere come fermento evangelico dentro la massa della storia e dell'esistenza di tutti - è il momento della incarnazione della Parola - significa accettare il rischio della fede solitaria. Continuamente si deve scommettere la propria fede contro le sconfitte e i fallimenti che il mondo regala senza posa. Bisogna vigilare per difendersi dalle suggestioni della massa: le abitudini, le mode, i conformismi, i ser­vilismi, le rassegnazioni.

## A tu per tu con Dio

*(Umberto Vivarelli, La solitudine del cristiano)*

La fede potrebbe essere presentata così: una vita che rischia l' « a solo » con Dio. Fino a che manca questo incontro unico « faccia a faccia » col mistero di Dio, che si rispecchia nel mistero del nostro essere e fare l'uomo, non si entra nella fede. Si rimane nella sfera religiosa, dentro la quale giocano le immaginazioni e le suggestioni superstiziose. Dio, l'invisibile vivente e presente, non tocca né occupa l'esistenza concreta. Questo vivere faccia a faccia dinanzi al volto del mistero, che incessantemente si svela e si nasconde, costituisce l'esperienza radicale di ogni fede. Diviene insieme preghiera, contemplazione, conversione: vuol dire porsi alla sorgente del proprio essere, dove « c'è la fonte di un'acqua zampillante a vita eterna » (Giovanni 4, 14). A questa profondità spirituale la luce della Verità ci rivela il nostro nome unico, il nostro unico volto, la nostra unica immagine che riflette e manifesta il volto del Padre. Così nasce e cresce « l'uomo nuovo, non nato da sangue, né da volontà di carne, né da volontà di uomo » (Giovanni 1, 13). Solo quando si incontra Dio « a tu per tu » si entra in quella novità radicale che costruisce il « noi », perché si creano e si stabiliscono con tutti gli altri uomini rapporti e incontri in uno stile che va oltre la logica del sangue e degli istinti, degli interessi, degli egoismi, delle convenienze. La solitudine interiore matura e delinea la struttura e la fisionomia personale di ogni spiritualità, perciò è la condizione indispensabile per uscire dall'anonimato e non proliferare « gruppi anonimi », anche se orpellati di cultura teologica, di estetismo liturgico, di raffinatezze spiritualistiche. Perché è una solitudine carica di vita che « morde » la vita. Mette in questione le « clausure » dell'individualismo, egocentrico e indifferente: provoca le soddisfazioni dell'io e le fughe dall'io, aiutando così a scoprire e a rispettare quel bisogno di solitudine che è l'unica difesa dall'isolamento e dalla superficialità quotidiana. Sorgono allora e possono durare le vere amicizie, senza complicità e senza ipocrisie, perché, nella luce di Dio, si denudano la radice di ogni esistenza e gli sbocchi di ogni esperienza e insieme si percorrono le strade della propria liberazione umana.

## Prestare orecchio alle domande

*(di H.J.M. Nouwen, Viaggio spirituale per l’uomo contemporaneo)*

Con una lenta conversione dell'isolamento in solitudine si crea quello spazio prezioso in cui si può udire la voce che parla della nostra necessità intima, cioè della nostra vocazione. Se le domande, i problemi,gli interessi non sono esaminati e non maturano in solitudine, non è realistico aspettarsi risposte che siano proprio nostre. Quante persone possono reclamare come proprie le loro idee, le loro opinioni, i loro punti di vista? Non di rado il conversare intellettuale si riduce alla capacità di citare la fonte autorevole giusta al momento giusto. Anche gli interessi più personali, come quello sul significato della vita e della morte possono cadere in preda alla moda del giorno. Spesso si cercano febbrilmente delle risposte errando da porta a porta, da libro a libro, da scuola a scuola, senza avere ascoltato le domande con la dovuta attenzione. Rilke dice così al giovane poeta:

«Ti prego per quanto è possibile... sii paziente verso tutto ciò che è insoluto nel tuo cuore e prova ad amare le domande per se stesse... Non cercare ora risposte che non possono esserti date perché non saresti in grado di viverle. E il punto è che dobbiamo vivere ogni cosa. Vivi le domande adesso. Può darsi allora che poco a poco, senza accorgertene, un giorno lontano tu possa vivere la risposta... accetta tutto ciò che viene con grande fiducia e se appena viene dalla tua volontà, da qualche necessità del tuo intimo io, prendila su di te e non odiare nulla»

(R.M. RILKE, Lettres to a Young Poet, (New York: Norton, 1954), pp. 18-19 [trad. it.., Lettere al giovane poeta, Argalia, 1962].

Si tratta di un compito difficile, perché nel nostro mondo noi veniamo continuamente strappati al nostro intimo io e spinti a cercare le risposte invece di prestare orecchio alle domande.

## Un intimo campo di tensione

*(di H.J.M. Nouwen, Viaggio spirituale per l’uomo contemporaneo)*

Vivendo attentamente si impara a distinguere fra essere presenti in isolamento ed essere presenti in solitudine. Soli in un ufficio, in casa o in una sala d'aspetto vuota si può soffrire -d'isolamento irrequieto oppure godere di una solitudine serena. Insegnando in classe, ascoltando una conferenza, guardando un film o chiacchierando in un momento di svago, si può avere un senso pesante d'isolamento oppure la profonda soddisfazione di chi parla, ascolta ed osserva dal centro tranquillo della propria solitudine. Non è poi troppo difficile distinguere attorno a noi chi è inquieto e chi è calmo, chi è coatto e chi è libero, chi è isolato e chi è solitario. Chi vive in solitudine di cuore può prestare orecchio attento alle parole ed al mondo altrui, ma quando è il senso d'isolamento a guidarci, noi siamo portati a scegliere solo le osservazioni e gli eventi che offrono soddisfazione immediata ai nostri bisogni insaziabili.

Il nostro mondo, tuttavia, non si divide in isolati e solitari. Noi oscilliamo costantemente fra questi due poli e siamo diversi da un'ora all'altra, da un giorno all'altro, da una settimana all'altra e da un anno all'altro. E faremo bene a confessare di avere solo un'influenza limitatissima su queste oscillazioni. Troppi fattori conosciuti e sconosciuti recitano un ruolo nell'equilibrio della nostra vita interiore, ma appena saremo in grado di distinguere i poli fra cui ci spostiamo, sviluppando una sensibilità per questo intimo campo di tensione, allora non dovremo più sentirci smarriti e cominceremo invece ad intravvedere la direzione da prendere.

## La solitudine che conta

*(H.J.M. Nouwen, Viaggio spirituale per l’uomo contemporanea)*

La parola solitudine può ingannare. Essa suggerisce l'idea di starsene da soli, in un luogo isolato. Se pensiamo ai solitari, la nostra mente evoca facilmente immagini di monaci e di eremiti,, appartati in siti remoti, lontani dal frastuono di un mondo indaffarato. Infatti, le parole «solitudine» e «solitario» traggono origine dalla parola latina «solus», che significa «senza nessuno».. Nel corso dei tempi molte donne e molti uomini, desiderosi di vivere un'esistenza spirituale, si ritirarono in luoghi remoti - deserti, montagne o fitte foreste - per vivere un'esistenza da reclusi.

Probabilmente è difficile, se non impossibile, trasferirci dalla isolamento alla solitudine senza in qualche modo ritirarci da un mondo che ci distrae, ed è comprensibile che chi cerca di ampliare la propria vita spirituale sia attratto da luoghi o da condizioni di vita dove si possa essere soli con se stessi, a volte in via temporanea, a volte in via più o meno definitiva. Ma in realtà la solitudine che conta è quella del cuore: si tratta di una qualità o di un atteggiamento interiore che non dipendono dall'isolamento fisico.