

**Formazione Permanente - italiano 2022**

**Esercizi Spirituali predicati dal card. Martini:  
La trasformazione di Cristo e del cristiano alla luce del Tabor**

**IV MEDITAZIONE  
Le tentazioni della pianura**

Vogliamo soffermarci oggi sulle tentazioni della pianura, **i difetti e i vizi della pianura, quelli che riguardano le realtà più quotidiane**. Questa meditazione, insieme alla precedente, ci prepara anche a un momento importante degli esercizi, quello della confessione sacramentale, del riconoscimento delle proprie colpe davanti a Dio, che ci rinnova consentendoci di contemplare il volto risplendente di Gesù senza occhi accecati, senza paure e senza confusioni.

Mi sembra utile partire da una delle numerose icone della Chiesa d'Oriente che rappresentano la scena della Trasfigurazione. È **l'icona di Teofane il Greco** che risale al XV secolo ed è chiamata «Trasfigurazione di Novgorod». È molto bella.

In alto si vedono tre figure: Gesù completamente bianco come la luce, sfolgorante come il sole, alla sua destra e alla sua sinistra Mosè ed Elia. Si trovano su tre picchi rocciosi, dove è difficile rimanere, a dire che lo stare sulla montagna non è un adagiarsi sull'erba, bensì un resistere su **picchi di roccia dura e arida**; comporta quindi una fatica, un rischio, richiede **coraggio ed equilibrio**.

È pure significativo guardare i tre discepoli, Pietro, Giacomo e Giovanni. Colpisce che, oltre ad essere **spauriti e intimiditi** di fronte alla luce abbacinante di Gesù, sono addirittura sconvolti. Uno è precipitato all'indietro, rovesciato con la testa all'ingiù, e si copre la faccia con le mani. Sembra dirci: non capisco niente, è troppo per me, non mi raccapezzo, non riesco a guardare la gloria di Gesù. Probabilmente è l'apostolo **Giacomo**. In mezzo sta un altro, forse **Pietro**, che è invece piuttosto pensoso e si copre la bocca con la mano. Non guarda Gesù, ma riflette tra sé e sé: non so che cosa sta accadendo, il Signore mi sopravvaluta, mi chiama al di là di ciò che posso comprendere. È quindi pieno di timore, pieno di paura. Mentre il terzo discepolo, **Giovanni**, ha più coraggio nel guardare Gesù, pur essendo ancora timoroso. È inginocchiato, riverente, ma con la mano sembra esprimere al Signore il desiderio di entrare nella sua luce.

Mi ha colpito il fatto che gli iconografi consideravano questa esperienza sublime e sconvolgente nello stesso tempo. E io penso che la resistenza dei tre discepoli fosse dovuta alle tentazioni della montagna, e insieme alle tentazioni e ai peccati della pianura. Si sentivano, in altre parole, attratti dalla carnalità, dalla mondanità; sono l'immagine di noi che, quando cerchiamo di entrare nella preghiera, ci accorgiamo della nostra povertà, carnalità e mondanità e abbiamo bisogno della grazia di Dio per essere purificati e illuminati.

Chiediamo allora al Signore di farci conoscere questi vizi della pianura, che sono dentro la nostra psiche e rendono prigioniero il nostro cuore, impedendoci anche soltanto di iniziare la salita sul Tabor. Quand'anche non fossimo coscienti di peccato grave, saremmo sempre sotto la schiavitù e la pesantezza di tali difetti. Guardiamoli perciò in faccia con molto coraggio.

E lasciamoci guidare di nuovo da Gesù, richiamando l'inizio del vangelo di Giovanni: «Mentre Gesù era a Gerusalemme per la Pasqua, durante la festa molti, vedendo i segni che faceva, credettero nel suo nome». La gente si entusiasma, lo riconosce come un uomo straordinario, si sente attratta e tuttavia l'evangelista aggiunge: «Gesù però non si confidava con loro, perché conosceva tutti e non aveva bisogno che qualcuno gli desse testimonianza su un altro, egli infatti sapeva quello che c'è in ogni uomo» (2, 23-25). La frase è misteriosa, ma ci fa pensare: «Signore, tu sai quello che c'è in ogni uomo, quello che c'è in me. Fammelo conoscere, perché possa comprendere la mia debolezza e affidarmi totalmente alle tue braccia misericordiose».

Vi propongo di leggere qualche brano evangelico che descrive in quale modo Gesù sa e rivela ciò che c'è nel nostro cuore.

### «Dal cuore dell'uomo»

Anzitutto un passo di **Matteo**: «Poi riunita la folla, Gesù disse: "Ascoltate e intendete! Non quello che entra nella bocca rende impuro l'uomo, ma quello che esce dalla bocca rende impuro l'uomo!". Allora i discepoli gli si accostarono per dirgli: "Sai che i farisei sono scandalizzati nel sentire queste parole?". Ed egli rispose: "Ogni pianta che non è stata piantata dal mio Padre celeste sarà sradicata. Lasciateli! Sono ciechi e guide di ciechi. E quando un cieco guida un altro cieco, tutti e due cadranno in un fosso!". Pietro allora gli disse: "Spiegaci questa parabola ". Ed egli rispose: "Anche voi siete ancora senza intelletto? Non capite che tutto ciò che entra nella bocca passa nel ventre e va a finire nella fogna? Invece ciò che esce dalla bocca proviene dal cuore. Questo rende immondo l'uomo. Dal cuore, infatti, provengono **i propositi malvagi, gli omicidi, gli adulteri, le prostituzioni, i furti, le false testimonianze, le bestemmie**. Queste sono le cose che rendono immondo l'uomo, ma il mangiare senza lavarsi le mani non rende immondo l'uomo"» (15, 10-20).

Nel verso 10 c'è la questione del puro e dell'impuro, cioè di quelle cose che, toccate, rendono impura una persona. Gesù spiega alla folla: «Ascoltate e intendete! Non quello che entra nella bocca rende impuro l'uomo». Rovescia in tal modo la prospettiva: l'impurità non entra nell'uomo dal di fuori, bensì è dentro di lui e da dentro esce.

Particolarmente significativo in proposito è il verso 19: «Dal cuore infatti provengono i propositi malvagi, gli omicidi, gli adulteri, le prostituzioni, i furti, le false testimonianze, le bestemmie. Queste sono le cose che rendono immondo l'uomo, ma il mangiare senza lavarsi le mani non rende immondo l'uomo». **La vera impurità nasce dal cuore** e da esso provengono le azioni malvagie: sono proprio i vizi della pianura, cioè quelle trasgressioni che sconvolgono il vivere sociale (omicidi, adulteri, prostituzioni, furti, falsa testimonianza) e il vivere religioso (le bestemmie). **Tali trasgressioni vanno smascherate e superate prima di salire sulla santa montagna**; Pietro, Giacomo e Giovanni sono così sconvolti di fronte alla visione di Gesù luminoso perché hanno ancora dentro di sé pesantezze di questo tipo.

Notiamo che nel testo parallelo di **Marco** si parla addirittura di **dodici tentazioni negative della pianura**. L'elenco è più lungo e articolato che in Matteo in quanto, come sappiamo, quello di Marco è l'evangelo del catecumeno, di colui che ha la prima istruzione cristiana. È normale che nella prima istruzione ci si dilunghi sui vizi della pianura, propri del catecumeno prima di cominciare il cammino verso la fede, e nei quali all'inizio può ancora essere impigliato.

«Gesù soggiunse: "Ciò che esce dall'uomo questo sì contamina l'uomo [ci fa del male, ci rovina, ci insozza, ci sporca, ci rende peccaminosi]. Dal di dentro infatti, cioè dal cuore degli uomini, escono le intenzioni cattive: **fornicazioni, furti, omicidi, adulteri, cupidigie, malvagità, inganno, impudicizia, invidia, calunnia, superbia, stoltezza**. Tutte queste cose cattive vengono fuori dal di dentro e contaminano l'uomo » (Mc7,20-21).

**Commento brevemente l'elenco di Marco.**

#### **Desideri disordinati**

In questo elenco, che sarebbe interessante approfondire, c'è una sorta di ordine.

Anzitutto i **peccati più visibili, esteriori, quelli che rovinano maggiormente e visibilmente la convivenza umana**: fornicazioni, adulteri (che rovinano la vita di famiglia), furti, omicidi (che rovinano la vita sociale, il rapporto di fiducia tra le persone). Quattro peccati che corrodono, rompono il tessuto sociale della famiglia, della vita economica e della vita di relazione.

Seguono **quattro tentazioni e atteggiamenti più interiori**, che però sono in qualche maniera molto pericolosi, in quanto **radice degli altri**: cupidigie, malvagità, inganno, impudicizia. Tutto quel desiderare malvagio, tutto quel gusto di ingannare gli altri, quella falsità interiore che poi si traduce in peccati esterni e, pur se non visibile, deturpa, rovina, devasta il cuore della persona.

Che cosa si intende per impudicizia? Mentre fornicazione e adulterio si riferiscono ai peccati sessuali esterni (rapporto sessuale con una persona non sposata e rapporto sessuale con una persona sposata), l'impudicizia si riferisce probabilmente alla sensualità non ben regolata, quindi a tutte le tentazioni di impurità che agitano il cuore, anche se non si manifestano chiaramente in fornicazione e adulterio; sono le più invisibili, le conosce chi le vive, ma scuotono dal di dentro l'ordine della purezza e della sensualità. Così come le cupidigie, le malvagità e l'inganno rompono già dal di dentro quella capacità di relazione fiduciosa, fedele, benevola, onesta, altruista che costituisce il rapporto umano.

Davvero Gesù conosce profondamente il cuore dell'uomo, sia nei vizi che rovinano la società al di fuori, sia nei vizi che rovinano la personalità al di dentro.

«Cupidigia» è un termine che la Bibbia usa molto sovente, e lo troviamo anche nel Decalogo («non concupire»): è il desiderio disordinato e abbraccia la totalità dei desideri irragionevoli. È il desiderio di possedere anche contro il bene degli altri, di essere assolutamente i primi, di vendicarsi. L'uomo è fatto di desideri, e possono essere ragionevoli e buoni, come il desiderio di Dio, il desiderio di servire gli altri, di vivere l'altruismo. Possono però essere desideri centrati su di sé. La cupidigia è il desiderio autoreferenziale, per cui uno desidera ad ogni costo ciò che fa comodo a lui, magari calpestando gli altri.

### ***Il cuore indurito***

Importante soprattutto è **la terza serie di vizi** elencati da Marco: «invidia, calunnia, superbia, stoltezza». Se i primi otto vizi riguardano per lo più una società disordinata e sfrenata, gli ultimi quattro toccano da vicino persino le comunità religiose, le parrocchie, le Chiese; sono atteggiamenti che rischiamo dolorosamente di fare nostri. È vero che nessuno di noi può dire: non cadrò mai nell'impurità, nella fornicazione, nell'adulterio. Quante volte invece succede! Tuttavia gli ultimi quattro vizi si riscontrano più frequentemente nella vita associata buona e sono rovinosi. Elencandoli per ultimi, Gesù ci fa capire quanto conosce il cuore dell'uomo. Li riprendo brevemente.

- **L'invidia** è il disgusto per il bene altrui ed è di casa pure nel mondo clericale: quel prete fa meglio di me, predica meglio di me, ha più seguito di me. E sorge così il disagio, la critica, la maldicenza. L'invidia è purtroppo un peccato molto comune e sottile, non palese come la fornicazione e l'adulterio; però inquina, è una specie di veleno che, quando entra in una comunità, la rovina.

Ricordo due esempi terribili. Secondo i vangeli della passione, Pilato capiva che gli avevano consegnato Gesù per invidia, perché faceva troppi miracoli, aveva troppo successo, parlava meglio di molti altri. Perfino un pagano come lui intuisce che si tratta di invidia. Il secondo esempio è la morte di Pietro a Roma. I documenti antichi sul martirio dell'apostolo sembrano indicare che fu denunciato alle autorità pagane per invidia di alcuni dei suoi.

Dei resto in ciascuno di noi scatta questo sentimento, quando vediamo un altro più lodato e più ammirato. Siamo fatti così, è la nostra debolezza; il rischio è che può portare a maldicenze, a calunnie, a denunciare l'altro, a parlarne male.

- E la **calunnia**, conseguenza diretta dell'invidia, inquina la comunione, in quanto è capace di creare sospetto e paura. Molti santi sono stati vittime della calunnia. Ricordo almeno il fondatore dei Missionari del Sacro Cuore, **Daniele Comboni**, recentemente dichiarato santo da Papa Giovanni Paolo II. Fu il primo arcivescovo dell'Africa centrale e ha dato inizio all'evangelizzazione di quel continente. Uomo di grandissime vedute e di un coraggio straordinario, incorse in gravi calunnie: di nutrire un affetto disordinato per una suora, di aver usato illegittimamente il denaro ricevuto per le elemosine e di altri comportamenti riprovevoli.

- La **superbia**. Mi ha colpito molto la definizione di un ragazzo a cui avevano chiesto che cos'è superbia e cosa vanità. Ha risposto: vanità è quando io continuo a dire: piaccio io a te? Superbia è quando dico: piaci tu a me? Il vanitoso ha bisogno di piacere agli altri, di essere lodato e sostenuto, è interessato al giudizio che viene dato su di lui perché pensa sempre di non essere all'altezza. E la vanità fa compiere molti errori. Il superbo è assai peggio, vive una forma esasperata di

autoreferenzialità. Ritenendosi superiore, pretende che tutti lo riconoscano, non vuole essere giudicato da nessuno, giudica tutti e si mette al posto di Dio. Non a caso sant'Ignazio di Loyola, nella seconda Settimana degli Esercizi colloca la superbia al grado più alto dei vizi.

Nella Chiesa talora esiste questa superbia, questo gusto di essere padre-padrone, di piegare gli altri alla propria volontà, di far valere l'autorità magari in modi imperiosi. Purtroppo è diffusa in ogni ambito della convivenza umana la tentazione molto violenta e sottile di impadronirsi del potere, magari di un potere spirituale sulle anime, che porta a creare un gruppo di seguaci. Gesù invece ha sempre vissuto come colui che serve.

- Da ultimo Gesù elenca la **stoltezza** bene espressa da alcuni episodi biblici.

Uno è quello dei discepoli di Emmaus che, camminando con Gesù, gli raccontano quanto è avvenuto a Gerusalemme, lamentandosi perché le promesse del Maestro non si sono avverate. E Gesù dice loro: «O stolti e tardi di cuore a credere!» (Lc 24, 25). Dunque la stoltezza è non fare i conti con Dio, agire come se Dio non ci fosse.

Ne parlano spesso i Libri sapienziali e i Salmi a cominciare dal Salmo 1: «Beato l'uomo che non siede in compagnia degli stolti» (1, 1).

Ancora un altro esempio di stoltezza lo troviamo nella parabola di Luca al capitolo 12: «La campagna di un uomo ricco aveva dato un buon raccolto. Egli ragionava tra sé: che farò, poiché non ho dove riporre i miei raccolti? E disse: farò così: demolirò tutti i miei magazzini e ne costruirò di più grandi e vi raccoglierò tutto il grano e i miei beni. Poi dirò a me stesso: anima mia, hai a disposizione molti beni, per molti anni; riposati, mangia, bevi e datti alla gioia. Ma Dio gli disse: stolto, questa notte stessa ti sarà richiesta la tua vita» (vv. 16-20). Quest'uomo ha fatto i conti senza Dio, ha vissuto come se Dio non ci fosse. È un difetto grande del mondo di oggi: vivere facendo continuamente progetti, anche tecnologici, politici, dimenticando che la storia è nelle mani di Dio.

Gli elenchi dei vizi della pianura sono molti nella Scrittura. Viene alla mente un testo della Prima Lettera di Pietro (4, 1-4): «Poiché Cristo soffrì nella carne, anche voi armatevi degli stessi sentimenti; chi ha sofferto nel suo corpo ha rotto definitivamente col peccato, per non servire più alle passioni umane, ma alla volontà di Dio, nel tempo che gli rimane in questa vita mortale». Enuncia per così dire il Discorso della montagna: essere morto con Cristo, vivere una vita come quella di Gesù, rompere del tutto col peccato. Successivamente richiama i difetti della pianura: «Basta col tempo trascorso nel soddisfare le passioni del paganesimo, vivendo nelle dissolutezze, nelle passioni, nelle crapule, nei bagordi, nelle ubriachezze e nel culto illecito degli idoli». Sa bene che i suoi cristiani vengono da questo ambiente, hanno rotto con la mondanità che però sempre li minaccia.

## Conclusione

Vorrei concludere con tre indicazioni.

- La prima. Nessuno di noi dica: queste cose non mi riguardano. La psicologia del profondo ci insegna che **nei meandri del nostro cuore albergano tutti i vizi** e domani possiamo cadere nell'adulterio, nella menzogna, nella calunnia, nell'invidia, addirittura nell'omicidio. Dobbiamo saperlo per non spaventarci e non smarrirci, dobbiamo sapere di avere in noi queste inclinazioni, che sono sempre alla porta anche se per grazia di Dio non abbiamo peccato.

- La seconda. Nessuno dica: mi accontento di tenere a bada i peccati e le tentazioni. Non basta, perché **se non voliamo alto cadremo**, se non ci sforziamo di salire sul monte con Gesù saremo sempre un po' schiavi dei nostri vizi. È legge spirituale inesorabile che se l'uomo non tende più in alto cade più in basso; la tensione spirituale è tipica di ogni cammino di ricerca evangelica.

Quante volte incontrando i diaconi negli anni del mio servizio episcopale a Milano dicevo loro: il celibato, la verginità per il Regno può essere vissuta solo in un clima di intensità spirituale, che permette di superare gli ostacoli e di non cadere nel tran tran quotidiano.

- La terza indicazione. Per questo siamo **chiamati a contemplare il volto splendente di Gesù sul monte**. Lui solo può darci le ali ai piedi con cui superare le tentazioni gravi e sottili che riguardano l'intenzione profonda del cuore, perché la sua grazia è strapotente.

Giustamente san Giovanni della Croce insegna che **la purificazione attiva è insufficiente** se non ci lasciamo trasformare, contemplando il volto del Crocifisso risorto, dalla purificazione passiva, attraverso le diverse forme di via purgativa che il santo descrive.

Potremo allora raggiungere la purezza profonda di cuore, il distacco dal desiderio di successo mondano, di essere applauditi, la vera umiltà.

Il Padre celeste ci renda degni di irradiare sul nostro volto la luce di Gesù trasfigurato e risorto.