

**CARLO MARIA MARTINI**  
**REGOLA DI VITA DEL CRISTIANO**

Capitolo primo

INTERROGATIO: L'INQUIETUDINE DEL CUORE

Capitolo secondo

TRADITIO: I DONI DI DIO CHE CI SONO TRASMESSI NELLA CHIESA

Capitolo terzo

RECEPTIO: L'ACCOGLIENZA DEI DONI RICEVUTI

Capitolo quarto

REDDITIO: LA RESTITUZIONE DEI BENI ACCOLTI

**Capitolo terzo**  
**RECEPTIO:**  
**L'ACCOGLIENZA DEI DONI RICEVUTI**

**21. Il soggetto della "Receptio"**

Chi sono io che ricevo questi doni di Dio? Un uomo che sente la fatica della condizione umana, segnata dall'ingiustizia e dalla fragilità, dall'inadeguatezza e dall'incompetenza; un essere fragile e in ricerca, che ho descritto nella prima parte di questa *Regola (Interrogatio)* e che sempre ha bisogno di essere sostenuto, nutrito, rianimato dalla misericordia e dalla salvezza che ci sono date in Gesù Cristo.

**22. La "Receptio" anzitutto nella preghiera**

Questi doni, ricevuti nella *Traditio*, sono gratuiti, immeritati e inattesi. Il *luogo* in cui questa gratuità si manifesta, in cui i doni di Dio ci raggiungono nell'oggi e cambiano il nostro cuore è anzitutto la *preghiera*, sia personale che liturgica. Bisogna però cominciare con qualcosa di molto semplice: le preghiere del mattino e della sera e quelle brevi invocazioni durante la giornata: "Signore, aiutami!"; "Signore, abbi pietà di me!..." che ci "attaccano" a Dio quando stiamo scivolando sulla parete ripida della quotidianità.

**23. Che cosa è la preghiera?**

La preghiera è anzitutto risposta alla Parola di Dio che per prima mi interpella e che mi raggiunge nella mia debolezza, ma anche nel mio silenzio e nella mia disponibilità all'ascolto. La preghiera è lasciarsi accogliere nel mistero santo, andando per Cristo nello Spirito al Padre: il cristiano più che pregare *un* Dio, straniero e lontano, prega *in* Dio, prega nascosto con Cristo nella Trinità, sorgente e grembo di vita. Quando preghi, allora, più che pensare di essere tu ad amare Dio, lasciati amare da Lui, docilmente, ciecamente, tutto abbandonandoti in Lui, tutto affidando a Lui, in spirito di lode e di rendimento di grazie. Chiediti con me: trovo dei momenti in cui mi metto a tu per tu con Dio, lo ascolto, mi apro a Lui?

**24. Preghiera, Sacramenti, Parola, Carità**

Da sempre, e sul modello ispirato da Sant'Ambrogio, la Chiesa milanese ha dato grande importanza alla celebrazione dei divini misteri, preceduta e seguita dalla proclamazione del messaggio di salvezza nell'annuncio e nella catechesi e al tempo stesso ricca di frutti di carità vissuta. Preghiera, Parola, Sacramenti, esercizio della carità costituiscono così il tessuto della *Receptio*, il terreno nel quale riceviamo ogni giorno nella Chiesa i tesori della rivelazione divina e li accogliamo nel nostro cuore inquieto e resistente.

In particolare, l'unità del Mistero proclamato, celebrato e vissuto viene sperimentata attraverso la preghiera della liturgia delle ore, "diurna laus" ricevuta dalla ininterrotta testimonianza della fede dei nostri Padri, in cui tutta la vita del cristiano è custodita con Cristo in Dio e il tempo santificato in ogni sua espressione. Questa preghiera liturgica della Chiesa è nutrimento prezioso del cammino della santità, da raccomandare ad ogni battezzato.

## **25. La Parola accolta nella "Lectio divina"**

Aiuto indispensabile per vivere nella concretezza del nostro tempo la vocazione cristiana è l'ascolto perseverante della *Parola di Dio*, che apre il cuore a ringraziare Dio dei Suoi doni nel dialogo della fede, fa riconoscere e discernere nel pentimento i peccati che appesantiscono la vita quotidiana e consente di riconoscere le vie di Dio per noi e di rinnovare il nostro sì alla Sua chiamata. Nasce così la *Lectio divina* che riceve con attenzione e riverenza le parole e i gesti del Figlio (*lectio*: lettura), in essi ricerca il messaggio perenne che viene dal silenzio del Padre (*meditatio*: meditazione) e si offre all'azione dello Spirito per entrare nel cuore della Trinità (*contemplatio*: contemplazione) e imparare a vivere e a scegliere secondo Gesù Cristo, Parola del Padre, Unto dallo Spirito (*actio*: azione). Sarai felice se ti impegnerai a fare la *Lectio* possibilmente ogni giorno.

## **26. La Scuola della Parola**

La Scuola della Parola è stata voluta per aiutare in particolare i giovani a fare la *Lectio divina* e così ad accogliere il grande dono che il Signore ci ha fatto comunicandosi a noi nella rivelazione e a discernere la Sua volontà sulla nostra vita.

## **27. La vita sacramentale**

«Tu ti sei mostrato a me faccia a faccia, o Cristo: io ti trovo nei tuoi sacramenti» (Sant'Ambrogio, *Apologia del profeta Davide*, 12, 58): nei Sacramenti è Cristo che si fa presente e viene ad incontrare la vita dei cristiani e la storia in cui essi sono posti. Nella parte precedente (*Traditio*) abbiamo già ricordato il posto fondante del battesimo e la posizione centrale dell'Eucaristia. Qui richiamerò brevemente qualche altro aspetto della vita sacramentale.

## **28. Il sacramento della penitenza**

Decisiva per il discernimento della volontà di Dio su ciascuno è la purezza di cuore: "Beati i puri di cuore, perché vedranno Dio» (Mt 5,8). Chiedo perciò a te che leggi questa *Regola di vita* di celebrare con fiducia il sacramento della *riconciliazione* o *penitenza*, nel quale riconoscere gli innumerevoli doni del Padre nel cammino della tua esistenza (*confessio laudis*), confessare umilmente ciò che non va nella tua vita, ciò che tu vorresti che non ci fosse stato e che non ci fosse oggi (*confessio vitae*) e professare la tua fede nella infinita e sempre presente misericordia del Padre che ti perdona per la parola della Chiesa (*confessio fidei*). Ti consiglio di rinnovare frequentemente questo incontro con il Padre della misericordia attraverso il ministero di riconciliazione nella Chiesa.

## **29. L'accompagnamento spirituale**

L'incontro costante con una guida spirituale, saggia ed esperta nelle cose di Dio, anche al di là del sacramento della penitenza, è sostegno prezioso nel cammino di santità vissuto nel quotidiano. La vita di tanti nostri santi ambrosiani lo dimostra.

## **30. La confermazione**

Se la regola di vita del cristiano è anzitutto il dono dello Spirito, si comprende quanto sia importante il sacramento della confermazione, in cui il sigillo del Consolatore rende il credente capace di testimoniare in pienezza il dono di Dio nelle diverse situazioni della vita: "Hai ricevuto il sigillo spirituale, lo spirito di sapienza e di intelletto, spirito di consiglio e di virtù, spirito di conoscenza e di pietà, spirito del santo timore: conserva quanto hai ricevuto. Ti ha segnato Dio Padre, ti ha confermato Cristo Signore e lo Spirito come pegno si è dato al cuore del tuo cuore.- (Sant'Ambrogio, *Sui misteri*, 7, 42).

## **31. Vita secondo lo Spirito**

Chiedo perciò a tutti i figli della Chiesa ambrosiana di valorizzare al massimo nella loro vita questo sacramento dello Spirito, sia che lo abbiano già ricevuto, sia che si stiano preparando ad esso. Vivere secondo lo Spirito significa lasciarsi guidare dal dono di Dio, confortati e sostenuti in ogni situazione dalla cell'ezza della presenza fedele di Gesù, che non viene mai meno alle Sue promesse. Lo Spirito

Santo attualizza nel tempo la vicinanza del Signore Gesù e lo fa vivere per la fede nei nostri cuori, aiutandoci ad esprimere la conformità a Cristo ricevuta in dono nel battesimo.

### **32. *La Messa domenicale***

Chi ascolta fedelmente la Parola e si lascia condurre dallo Spirito si dispone a celebrare con frutto nel giorno del Signore l'Eucaristia, che ci fa Chiesa, perché riattualizza nella nostra vita e nella storia il dono della nuova alleanza. Questo incontro domenicale è stato vissuto come fondante, e perciò come indispensabile, fin dalla Chiesa degli Apostoli: oggi, in un contesto di secolarizzazione, è più che mai necessario.

E una più frequente partecipazione, anche durante la settimana, alla mensa della Parola e del Pane di vita aiuterà straordinariamente la crescita della fede, della speranza e della carità e ci farà passare attraverso il deserto dell'incredulità contemporanea con animo sereno e volto gioioso.

### **33. *I sacramenti della comunione ecclesiale***

All'esigenza di porre la propria vita al servizio della comunità risponde in modo particolare il dono che il Signore ci ha fatto nei *sacramenti del servizio della comunione*, che sono *l'ordine* e il *matrimonio*. Attraverso di essi la grazia divina soccorre e consacra i vincoli che si stabiliscono nell'ambito della comunità. Perciò questi due sacramenti conferiscono una missione specifica al servizio dell'edificazione del popolo di Dio.

### **34. *Il discernimento vocazionale***

Al discernimento della vocazione di ogni battezzato in rapporto sia a queste due forme sacramentali sia a ogni scelta significativa e seria della vita la Chiesa ambrosiana dedica particolari energie. Ogni persona infatti si realizza se riesce a capire e a vivere il disegno unico che Dio ha su di lei. È necessario perciò che tutti i fedeli riconoscano l'importanza decisiva del discernimento vocazionale e si adoperino perché ciascun battezzato possa crescere nella comprensione della chiamata di Dio e nella realizzazione fedele del progetto del Signore, nella scelta della vocazione alla famiglia o della vita consacrata o della missione presbiterale.

### **35. *Scambio tra le diverse vocazioni***

Ritengo una vera grazia, da coltivare e promuovere, lo scambio di doni e di ricchezze spirituali che si può realizzare tra diverse vocazioni nella Chiesa, in particolare tra le varie forme di vita consacrata mediante la professione dei consigli evangelici e gli altri ministeri presbiterali, diaconali e laicali. Questo scambio si attua nel dialogo, nella collaborazione e nella preghiera comune.

### **36. *Il sacramento dei malati***

Alla debolezza e fragilità della creatura umana nel tempo della malattia grave e dell'infermità prolungata viene incontro ancora una volta il Signore nel sacramento *dell'unzione degli infermi*. Esso manifesta la vittoria del Signore sul peccato e sulle sue conseguenze. Gesù infatti «andava attorno per le città e i villaggi... curando ogni malattia e infermità» (Mt 9, 35). Anche agli Apostoli è dato il potere di «scacciare gli spiriti immondi e di guarire ogni sorta di malattie e d'infermità» (Mt 10, 1).

### **37. *Il valore salvifico del dolore***

Riscoprire nella nostra vita ecclesiale il significato di questo sacramento porta anche a riflettere più in generale sul valore salvifico del dolore, vissuto in Cristo e con Lui per la salvezza del mondo. La compassione fattiva e discreta verso i sofferenti, la solidarietà per aiutarli a vivere essi stessi con fede il loro dolore sono aspetti decisivi di questa riscoperta della nostra crescita nella sequela di Gesù umile, povero e crocifisso.

### **38. *Dalla "Receptio" un modo di essere Chiesa oggi***

Così la nostra Chiesa di Milano si sforza di recepire i doni del Signore per mostrare che anche in una società tecnicizzata e urbanizzata è possibile promuovere comunità che vivano il Vangelo nella

semplicità e nella gioia. Questi doni sono per tutti i nostri battezzati, ai quali dobbiamo offrire cammini semplici di vita secondo lo Spirito perché continui a fiorire quella "santità popolare" che tanti frutti ha dato e continua a dare fino ai nostri giorni. Ti invito perciò a pregare così con me:

*Signore Gesù,  
Tu sai come io avverto  
la fatica della condizione umana,  
il peso dell'ingiustizia e della fragilità,  
dell'inadeguatezza e della paura di amare:  
grazie per essermi venuto incontro  
nella Tua Parola e nei Sacramenti;  
grazie per avermi accolto con Te  
nel cuore del Padre,  
attirandomi nello Spirito  
a vivere il deserto fecondo della preghiera,  
dove parli al cuore del mio cuore.  
Fa' che io sappia ricevere sempre  
con attenzione e riverenza le Tue parole,  
per entrare attraverso di esse  
nel mistero santo di Dio,  
e camminare nei sentieri del silenzio,  
sotto la guida e nel conforto dello Spirito.  
Aiutami ad attingere continuamente  
l'acqua viva della Tua grazia  
alle sorgenti sacramentali della Chiesa,  
e donami l'umiltà e la docilità di cuore  
perché accetti di lasciarmi guidare  
con fiducia e con amore  
da chi mi offri come maestro e pastore  
nelle vie della fede.  
Rendimi vigile e attento  
nel discernimento della volontà del Padre,  
perché io possa in tutto  
portare a compimento  
la vocazione con cui da sempre Lui  
mi ha voluto  
e mi ha amato.  
Nell'ora del dolore e della prova  
donami la certezza di non essere solo,  
ma di saperTi e volerTi vicino,  
per vivere con Te la mia offerta  
nella sequela umile e fiduciosa di Te.  
E fa' che da questa accoglienza  
perseverante e fedele dei Tuoi doni  
io sia generato sempre di nuovo  
come figlio della luce,  
e sappia percorrere  
con i miei compagni di fede e di vita  
cammini di santità,  
che facciano di noi il Tuo popolo  
risplendente di luce e di speranza.*