



10 – 11 MARZO 2018

VILLA SPERANZA - SAN MAURO TORINESE

RITIRO DEL SILENZIO

“Da una vita di silenzio a una vita silenziosa. Percorsi di fecondità”

Guidato da Don Paolo Scquizzato

..La meditazione, come l'arte, e in fondo la vita, nasce sempre dalla resa, mai dallo sforzo: «*L'artista, quanto meno opera, tanto più crea*» (Leonardo da Vinci)...



PROGRAMMA

Sabato 10 marzo

- Ore 14.30 - Accoglienza
- Ore 15.20 - Presentazione ritiro
- Ore 15.30 - Il silenzio. L'ultimo tabù
- Ore 16.30 - Pausa – Riflessione e Lettura personale
- Ore 17.30 - La meditazione. Medicamento del proprio vero sé.
- Ore 18.15 - Meditazione seduta. Prima Sessione.**
- Ore 19.30 - Cena
- Ore 21.15 - Concerto Violoncellisti

Domenica 11 marzo

- Ore 7.15 - Meditazione seduta. Seconda Sessione.**
- Ore 8.00 - Colazione
- Ore 9.00 - La meditazione. Scuola di attesa e attenzione
- Ore 10.00- Pausa
- Ore 10.30 - Ascolto Letture e Musica
- Ore 11.00 - Meditazione seduta. Terza sessione.**
- Ore 11.30 - Riflessione personale - Confronto di coppia
- Ore 12.30 - Pranzo
- Ore 14.30 - Restituzione - Confronto assemblea con il relatore.
- Ore 15.30 - Celebrazione eucaristica
- Ore 16.30 - Conclusione e saluti.

*** LETTURE ***

Il silenzio

*Ho conosciuto il silenzio delle stelle e del mare
e il silenzio della città quando si placa
e il silenzio di un uomo e di una vergine
e il silenzio con cui soltanto la musica trova linguaggio.
Il silenzio dei boschi
prima che sorga il vento di primavera
e il silenzio dei malati quando girano gli occhi per la stanza,
e chiedo per le cose profonde a che serve il linguaggio.
Un animale nei campi geme una o due volte
quando la morte coglie i suoi piccoli;
noi siamo senza voce di fronte alla realtà.
Noi non sappiamo parlare.*

*Un ragazzo curioso domanda a un vecchio soldato
seduto davanti la drogheria
Come hai perduto la gamba?
e il vecchio soldato è colpito di silenzio e poi gli dice
Me l'ha mangiata un orso.
E il ragazzo stupisce,
mentre il vecchio soldato, muto,
rivive come in sogno
le vampe dei fucili
il tuono del cannone
le grida dei colpiti a morte
e s'è stesso disteso al suolo
i chirurghi dell'ospedale
i ferri
i lunghi giorni di letto.
Ma se sapesse descrivere ogni cosa sarebbe un artista,
ma se fosse un artista
vi sarebbero ferite più profonde
che non saprebbe descrivere.*

*C'è il silenzio di un grande odio
e il silenzio di un grande amore
e il silenzio di una profonda pace dell'anima
e il silenzio di un'amicizia avvelenata.
C'è il silenzio di una crisi spirituale
attraverso la quale l'anima, sottilmente tormentata,
giunge con visioni inesprimibili
in un regno di vita più alta,
e il silenzio degli dèi che si capiscono senza parlare.
C'è il silenzio della sconfitta
c'è il silenzio di coloro che sono ingiustamente puniti*

*e il silenzio del morente, la cui mano stringe subitamente la vostra.
C'è il silenzio tra padre e figlio,
quando il padre non sa spiegare la sua vita, sebbene in tal modo
non trovi giustizia.
C'è il silenzio che interviene fra il marito e la moglie
c'è il silenzio dei falliti
e il vasto silenzio che copre le nazioni disfatte e i condottieri vinti.
C'è il silenzio di Lincoln, che pensa alla povertà della sua giovinezza
e il silenzio di Napoleone dopo Waterloo
e il silenzio di Giovanna d'Arco
che dice tra le fiamme
Gesù benedetto
rivelando in due parole ogni dolore, ogni speranza.
C'è il silenzio dei vecchi,
troppo carichi di saggezza
perché la lingua possa esprimerla
in parole intelligibili
a coloro che non hanno vissuto la grande parabola della vita.
E c'è il silenzio dei morti.
Se noi che siamo vivi non sappiamo parlare di profonde esperienze,
perché vi stupite che i morti non vi parlino della morte?
Quando li avremo raggiunti
il loro silenzio avrà spiegazione.
(Edgar Lee Masters, 1868-1950).*

*«Io mi unisco al silenzio
io mi sono unita al silenzio
e mi lascio fare
e mi lascio bere
e mi lascio dire»*

(Alejandra Pizarnik, 1936-1972). Il silenzio

*«Esiste qualcosa di più grande e più puro
rispetto a ciò che la bocca pronuncia.
Il silenzio illumina l'anima,
sussurra ai cuori e li unisce.
Il silenzio ci porta lontano da noi stessi,
ci fa veleggiare
nel firmamento dello spirito,
ci avvicina al cielo;
ci fa sentire che il corpo
è nulla più che una prigioniera,
e questo mondo è un luogo d'esilio» (Kahlil Gibran)*

*«La mia anima mi ha parlato,
fratello, e mi ha illuminato.
E spesso anche a te l'anima parla
e ti illumina. Tu infatti sei come me,
e non c'è differenza tra noi,
se non questa:
io esprimo ciò che è dentro di me
in parole che ho udito nel mio silenzio,
mentre tu custodisci
tacito ciò che è dentro di te.
Ma la tua silenziosa custodia
ha lo stesso valore del mio tanto parlare. (K. Gibran)*

*«C'è fra voi chi cerca
la compagnia delle persone loquaci
per timore della solitudine.
Il silenzio della solitudine
svela infatti ai loro occhi
la loro nuda essenza,
cosa dalla quale rifuggono.
E vi sono quelli che parlano,
e senza consapevolezza né preveggenza
rivelano una verità
che sono i primi a non capire.
E vi sono coloro che hanno
la verità dentro di sé,
ma non la esprimono a parole» (K. Gibran).

*«Taci, nasconditi ed occulta
i propri sogni e sentimenti;
che nel profondo dell'anima tua
sorgano e volgano a tramonto
silenti, come nella notte
gli astri: contemplali tu e taci.*

*Può palesarsi il cuore mai?
Un altro potrà mai capirti?
Intenderà di che tu vivi?
Pensiero espresso è già menzogna.
Torba diviene la sommossa
fonte: tu ad essa bevi e taci.*

*Sappi in te stesso vivere soltanto.
Dentro te celi tutto un mondo
d'arcani, magici pensieri,
quali il fragore esterno introna,
quali il diurno raggio sperde:
ascolta il loro canto... e taci!...»*

(Fëdor Ivanovič Tjutčev)

*«Vi sono qualità - incorporee essenze,
cui è data come una duplice vita, che è poi
emblema della doppia entità che sempre scocca
da materia e luce, in solida forma e in ombra.
Vi è un silenzio che è duplice - mare e riva -
corpo e anima. Abita l'uno in solitari luoghi,
ricoperti d'erba recente: qualche solenne grazia,
umane memorie e una lacrimata sapienza
gli han tolto ogni terrore. Il suo nome è Mai più.
E' quello il silenzio corporeo: non devi paventarlo!
Non ha potere in se stesso di nuocere.
Ma se mai un incalzante fato (intempestiva
sorte!) ti portasse a incontrare la sua ombra,
(un elfo è, senza nome e frequenta solighe plaghe,
mai calpestate dal piede di un uomo),
oh, allora, raccomandati a Dio!» (Edgar Allan Poe)*

*«Da quando ti ho persa, sono ossessionato dal silenzio;
i suoni le lor piccole ali agitano
un attimo, poi all'onda s'abbandonano
dalla stanchezza, che dondola senza rumore.
Sia che per strada la gente
passeggi con monotono brusio
o sospiri il teatro e sospiri
con un profondo respiro roco,
o agiti il vento un groviglio di luce
sul fiume nero, profondo,
o gli ultimi echi della notte
facciano rabbrivire l'aurora,
io avverto il silenzio che aspetta
di poter bere tutto ancora
nella sua estrema totalità svuotando
il rumore degli uomini».*

(David Herbert Lawrence 1885 – 1930. Silenzio)

*«Conosco una città
che ogni giorno s'empie di sole
e tutto è rapito in quel momento*

*Me ne sono andato una sera
Nel cuore durava il limò
delle cicale*

*«Dal bastimento
verniciato di bianco
ho visto
la mia città sparire
lasciando
un poco
un abbraccio di lumi nell'aria torbida
sospesi»*

(Giuseppe Ungaretti)

*«Ho bisogno di silenzio
come te che leggi col pensiero
non ad alta voce
il suono della mia stessa voce
adesso sarebbe rumore
non parole ma solo rumore fastidioso
che mi distrae dal pensare.
Ho bisogno di silenzio
esco e per strada le solite persone
che conoscono la mia parlantina
disorientate dal mio rapido buongiorno
chissà, forse pensano che ho fretta.
Invece ho solo bisogno di silenzio
tanto ho parlato, troppo
è arrivato il tempo di tacere
di raccogliere i pensieri
allegri, tristi, dolci, amari,
ce ne sono tanti dentro ognuno di noi.
Gli amici veri, pochi, uno ?
sanno ascoltare anche il silenzio,
sanno aspettare, capire.
Chi di parole da me ne ha avute tante
e non ne vuole più,
ha bisogno, come me, di silenzio»*

(Alda Merini).

*«Ora, lasciatemi tranquillo.
Ora, abituatevi senza di me.
Io chiuderò gli occhi
E voglio solo cinque cose,
cinque radici preferite.
Una è l'amore senza fine.
La seconda è vedere l'autunno.
Non posso vivere senza che le foglie
volino e tornino alla terra.*

*La terza è il grave inverno,
la pioggia che ho amato, la carezza
del fuoco nel freddo silvestre.
La quarta cosa è l'estate
rotonda come un'anguria.
La quinta cosa sono i tuoi occhi.
Matilde mia, beneamata,
non voglio dormire senza i tuoi occhi,
non voglio esistere senza che tu mi guardi:
io muto la primavera
perché tu continui a guardarmi.
Amici, questo è ciò che voglio.
E' quasi nulla e quasi tutto.
Ora se volete andatevene.
Ho vissuto tanto che un giorno
dovrete per forza dimenticarmi,
cancellandomi dalla lavagna:
il mio cuore è stato interminabile.
Ma perché chiedo silenzio
non crediate che io muoia:
mi accade tutto il contrario:
accade che sto per vivere.
Accade che sono e che continuo.
Non sarà dunque che dentro
di me cresceran cereali,
prima i garni che rompono
la terra per vedere la luce,
ma la madre terra è oscura:
e dentro di me sono oscuro:
sono come un pozzo nelle cui acque
la notte lascia le sue stelle
e sola prosegue per i campi.
E' che son vissuto tanto
e che altrettanto voglio vivere.
Mai mi son sentito sé sonoro,
mai ho avuto tanti baci.
Ora, come sempre, è presto.
La luce vola con le sue api.
Lasciatemi solo con il giorno.
Chiedo il permesso di nascere»*

(Pablo Neruda, *Chiedo silenzio*)

*«Curva tu suoni
ed il tuo canto è un albero d'argento
nel silenzio oscuro.
Limpido nasce dal tuo labbro – il profilo
delle vette – nel buio – .*

*Muoiono le tue note
come gocce assorbite dalla terra.
Le nebbie sopra gli abissi
percorse dal vento
sollevano il suono spento
nel cielo»*

(Antonia Pozzi, Notturmo)

*«Mi piaci quando taci perché sei come assente,
e mi ascolti da lungi e la mia voce non ti tocca.
Sembra che gli occhi ti sian volati via
e che un bacio ti abbia chiuso la bocca.*

*Poiché tutte le cose son piene della mia anima
emergi dalle cose, piene dell'anima mia.
Farfalla di sogno, rassomigli alla mia anima,
e rassomigli alla parola malinconia.*

*Mi piaci quando taci e sei come distante.
E stai come lamentandoti, farfalla turbante.
E mi ascolti da lungi, e la mia voce non ti raggiunge:
lascia che io taccia col tuo silenzio.*

*Lascia che ti parli pure col tuo silenzio
chiaro come una lampada, semplice come un anello.
Sei come la notte, silenziosa e costellata.
Il tuo silenzio è di stella, così lontano e semplice.*

*Mi piaci quando taci perché sei come assente.
Distante e dolorosa come se fossi morta.
Allora una parola, un sorriso bastano.
E son felice, felice che non sia così»*

(Pablo Neruda)

*«Si dice che ogni persona è un'isola,
e non è vero,
ogni persona è un silenzio,
questo sì,
un silenzio,
ciascuna con il proprio silenzio,
ciascuna con il silenzio che è»*

(José Saramago)

*«Silenzio! Hanno chiuso le verdi
persiane delle case.
Non vogliono essere invase.
Troppe le fiamme
della tua gloria, o sole!
Bisbigliano appena
gli uccelli, poi tacciono, vinti
dal sonno. Sembrano estinti
gli uomini, tanto è ora pace
e silenzio... Quand'ècco da tutti
gli alberi un suono s'accorda,
un sibilo lungo che assorda,
che solo è così: le cicale»*

(Umberto Saba, Meriggio d'estate)

*«Non chiederci la parola che squadri da ogni lato
l'animo nostro informe, e a lettere di fuoco
lo dichiari e risplenda come un croco
perduto in mezzo a un polveroso prato.*

*Ah l'uomo che se ne va sicuro,
agli altri ed a se stesso amico,
e l'ombra sua non cura che la canicola
stampi sopra uno scalcinato muro!*

*Non domandarci la formula che mondi possa aprirti,
sì qualche storta sillaba e secca come un ramo.
Codesto solo oggi possiamo dirti,
ciò che non siamo, ciò che non vogliamo»*

(Eugenio Montale).

*«Hai viso di pietra scolpita,
sangue di terra dura,
sei venuta dal mare.
Tutto accogli e scruti
e respingi da te
come il mare. Nel cuore
hai silenzio, hai parole
inghiottite. Sei buia.
Per te l'alba è silenzio.*

*E sei come le voci
della terra - l'urto
della secchia nel pozzo,
la canzone del fuoco,
il tonfo di una mela;*

*le parole rassegnate
e cupe sulle soglie,
il grido del bimbo - le cose
che non passano mai.
Tu non muti. Sei buia.*

*Sei la cantina chiusa,
dal battuto di terra,
dov'è entrato una volta
ch'era scalzo il bambino,
e ci ripensa sempre.
Sei la camera buia
cui si ripensa sempre,
come il cortile antico
dove s'apriva l'alba» (Cesare Pavese, 5 novembre 1945)*

*«Hai un sangue, un respiro.
Sei fatta di carne
di capelli di sguardi
anche tu. Terra e piante,
cielo di marzo, luce,
vibrano e ti somigliano;
il tuo riso e il tuo passo
come acque che sussultano -
la tua ruga fra gli occhi
come nubi raccolte -
il tuo tenero corpo
una zolla nel sole.*

*Hai un sangue, un respiro.
Vivi su questa terra.
Ne conosci i sapori
le stagioni i risvegli,
hai giocato nel sole,
hai parlato con noi.
Acqua chiara, virgulto
primaverile, terra,
germogliante silenzio,
tu hai giocato bambina
sotto un cielo diverso,
ne hai negli occhi il silenzio,
una nube, che sgorga
come polla dal fondo.
Ora ridi e sussulti
sopra questo silenzio.
Dolce frutto che vivi
sotto il cielo chiaro,
che respiri e vivi
questa nostra stagione,*

*nel tuo chiuso silenzio
è la tua forza. Come
erba viva nell'aria
rabbrividisci e ridi,
ma tu, tu sei terra.
Sei radice feroce.
Sei la terra che aspetta»*

(Cesare Pavese)

*«Anche la notte ti somiglia,
la notte remota che piange
muta, dentro il cuore profondo,
e le stelle passano stanche.
Una guancia tocca una guancia
è un brivido freddo, qualcuno
si dibatte e t'implora, solo,
sperduto in te, nella tua febbre.
La notte soffre e anela l'alba,
povero cuore che sussulti.
O viso chiuso, buia angoscia,
febbre che rattristi le stelle,
c'è chi come te attende l'alba
scrutando il tuo viso in silenzio.
Sei distesa sotto la notte
come un chiuso orizzonte morto.
Povero cuore che sussulti,
un giorno lontano eri l'alba»*

(Cesare Pavese)

*«Ascolta...il silenzio.
E' un silenzio ondulato,
un silenzio,
dove scivolano valli ed echi
e che inclina le fronti
al suolo»*

(Garcia Lorca)

***** Testi proposti per approfondimenti personali *****

Silenzio & Solitudine.

«Nella Scrittura, la sapienza nei suoi vari significati è sempre connessa alla disciplina della parola e al silenzio; cioè richiede sempre un'accumulazione di potenza e di energia che può raggiungere solo colui che tace con calma. Particolarmente ci invitano a questo due magnifici testi di Isaia: «*Nella conversione e nella calma sta la vostra salvezza, nell' abbandono confidente sta la vostra forza*» (Is 30,15). E ancora: «*Effetto della giustizia sarà la pace, suo frutto il silenzio*» (Is 32, 17). Silenzio, calma, quiete ed abbandono, riposo, vanno sempre più opposti all'urlo incessante della stampa, della radio e della televisione. Invece anche da parte dei cristiani ci si inchina all'idolo: si attribuisce all'inflazione delle parole stampate e delle immagini una potenza che non hanno: «per la sua vita, prega un morto; per un aiuto, supplica un essere inetto» (Sap. 13,18).

Non si vuole negare che esista il problema di un'adeguata diffusione dell' evangelo e di una corretta e vasta informazione e formazione: ma non può essere una soluzione vera la moltiplicazione quantitativa della verbalizzazione o della suggestione immaginativa, dei quotidiani, dei rotocalchi, delle reti televisive, dei festival, sempre più complessi e sempre più costosi, che non si possono pagare senza compromessi con la giustizia e con la verità, senza indulgere più o meno coscientemente a violenza di linguaggi e di metodi. Il linguaggio, appunto, il metodo e lo stile preoccupato e agitato, la ritorsione polemica non concorrono ad edificare gli abiti virtuosi della sapienza, ma piuttosto vellicano i vizi del mondo - anche se pretendono di combatterli - così che, al di là delle intenzioni proclamate, operano non per il chiarimento delle idee ma per un'ulteriore confusione, non portano al rispetto e al riscatto dell'uomo, ma al suo asservimento ulteriore alla schiavitù dei sensi e delle emozioni: in definitiva contribuiscono non alla pace, ma alla guerra. Non è una accumulazione di energia cristiana, ma una dispersione non incolpevole. E quel che è ancora peggio, in questo modo, non si spezzano, ma anche dai cristiani si rafforzano, quelli che Moltmann ha chiamato i circuiti satanici (della morte, del potere, della estraniamento razzista e culturale, della distruzione della natura, del non senso e dell'abbandono di Dio).

Le potenze negative agiscono sull'uomo e sul mondo dell'uomo - osserva Schlier - tanto più quanto più dissimulano la loro azione, e tanto più facilmente restano nell'ombra quanto più riescono a rivestirsi sotto le spoglie dello zelo pronto e accelerato del bene: «Anche satana si maschera da angelo di luce» (2 Cor 11, 14). L'uomo può intercettarne l'azione, solo sommergendola in sé nell' amore «che rimane» (I Cor 13, 13), cioè rinnegando il proprio egoismo e continuamente facendo opera di discernimento, pacato e vigile, degli spiriti. (. . .) Ma un tale discernimento non si può compiere nella fretta e nell' agitazione quotidiana e della polemica, nel rumore che debilita l' anima e ne attutisce le facoltà più sottili e più delicate.

Mi si consenta di concludere ancora con una parola di Wiesel. Nelle ultime due righe del suo libro, *Al sorgere delle stelle*, congedando i suoi personaggi, i morti evocati, dice ancora con stupenda aderenza biblica: «il silenzio, più della parola, rimane la sostanza e il segno di ciò che fu il loro universo e, come la parola, il silenzio s'impone e chiede di essere trasmesso» (Giuseppe Dossetti ([Genova, 13 febbraio 1913](#) – [Oliveto di Montevoglio, 15 dicembre 1996](#))).

«Quando Antonio udì le parole di Gesù: «Va', vendi quello che possiedi, dallo ai poveri ... poi vieni e seguimi» (Mt 19, 21), le prese come un invito a fuggire le coartazioni del suo mondo. Lasciò la famiglia, visse poveramente in una capanna al limite del villaggio e occupò il tempo nella preghiera e nei lavori manuali. Ma presto comprese che gli si chiedeva di più. Bisognava che fronteggiasse i suoi nemici, l'ira e la cupidigia, tenesse testa ai loro assalti e si trasformasse interamente in un nuovo essere. Il suo vecchio e falso io doveva morire e un nuovo io doveva nascere. Per cui egli si ritirò nella completa solitudine del deserto. La solitudine, infatti, è la fornace della trasformazione. Senza di essa, rimaniamo vittime della nostra società, continuiamo a essere avvinti nelle illusioni del falso io. Gesù stesso entrò in questa fornace. Qui, egli fu tentato dalle tre suggestioni del mondo: essere importante - «cambia le pietre in pani» (Lc 4,3), essere in vista - «buttati giù» (Lc 4,9) ed essere potente - «Ti darò tutti questi regni» (Lc 4,5). Qui, proclamò come l'unica Fonte della sua identità («Devi adorare il Signore tuo Dio e servire Lui solo» (Lc 4,8).

La solitudine è il luogo della grande lotta e del grande incontro col Dio Amore che offre se stesso come sostanza del nuovo io. Tutto ciò può suonare piuttosto urtante. Può evocare perfino immagini di pratiche ascetiche medievali. Una volta però che si sia fatta giustizia di queste fantasie, non tarderemo ad accorgerci che abbiamo a che fare qui col santo luogo in cui ministero e spiritualità si abbracciano l'un l'altro. Questo luogo è chiamato precisamente solitudine. Se vogliamo cogliere il significato della solitudine, dobbiamo innanzitutto smascherare i modi in cui l'idea di solitudine è stata distorta dal nostro mondo.

Ci diciamo a vicenda che ci occorre un po' di solitudine nelle nostre vite. Quello a cui ci riferiamo in questo caso è un tempo e luogo tutto per noi, in cui non siamo importunati dagli altri, possiamo sviluppare i nostri pensieri, esprimere le nostre insoddisfazioni, in una parola fare le nostre cose, quali che siano. Come dire che per noi la solitudine significa il più delle volte «privacy».

E giungiamo all'ambigua conclusione che la solitudine è un diritto di tutti. Essa si pone così come una proprietà spirituale, per la quale possiamo concorrere sul libero mercato dei beni spirituali. Ma c'è di più. Pensiamo alla solitudine anche come a una stazione di servizio dove possiamo ricaricare le nostre batterie o anche come all'angolo del ring dove le nostre ferite sono lenite, i nostri muscoli massaggiati e il nostro coraggio rinvigorito con slogan di circostanza. In breve, concepiamo la solitudine come il posto in cui raccogliamo nuove forze per continuare a sostenere la competizione della vita. Ma questa non è la solitudine di Giovanni Battista, di Antonio, di Benedetto... La solitudine non è un luogo terapeutico privato. Piuttosto, è il luogo della conversione, il luogo dove il vecchio io muore, il luogo dove si verifica la comparsa del nuovo uomo e della nuova donna»

Come possiamo ottenere un'intelligenza più chiara della solitudine trasformante? Cercherò di descrivere con maggiori particolari la lotta nonché l'incontro che si verificano nella solitudine così intesa.

Comincerò col dire che nella solitudine sono liberato dalle mie impalcature: solo con me stesso, nudo, vulnerabile, debole, peccatore, miserabile, crollante, nient'altro. È questo nulla che devo affrontare nella mia solitudine: un nulla così terribile che tutto in me preme perché corra dai miei amici, al mio lavoro, alle mie distrazioni, in maniera da poterlo dimenticare, questo nulla, e indurmi a credere che sono degno di qualcosa. Ma non è tutto.

Non appena decido di stare in solitudine, idee confusionarie, immagini conturbanti, fantasie disordinate e associazioni strambe balzano alla mia mente come scimmie su un banano. L'ira e la cupidigia prendono a mostrare i loro volti minacciosi. Compaiono discorsi ostili verso i miei nemici e sogni cupidi in cui sono ricco, attraente e importante, oppure, povero, sgradevole e bisognoso d'immediata consolazione. Così, tento nuovamente di sottrarmi all'oscuro abisso del mio nulla e di restaurare il mio falso io in tutta la sua vanagloria.

Il mio compito è di perseverare nella solitudine, di stare nella mia cella finché tutti i miei seducenti visitatori si siano stancati di battere alla mia porta e decidano di lasciarmi solo.

La lotta è reale perché il pericolo è reale: il pericolo di vivere tutta la nostra vita come una continua difesa contro la realtà della nostra condizione, come un inquieto sforzo di convincere noi stessi della nostra virtù. Eppure Gesù non è venuto a chiamare i giusti, ma i peccatori (Mt 9, 13). Questa è la lotta: la lotta per morire al falso io. Essa è però al di là, molto al di là delle nostre forze. Chiunque pretenda di combattere i suoi demoni con le sue armi è un folle. La sapienza del deserto sta nella constatazione che il confronto col nostro spaventoso nulla ci sospinge ad arrenderci totalmente e incondizionatamente al Signore. Soli, non possiamo scagliarci contro il «mistero di iniquità» impunemente. Unicamente Cristo può sopraffare le potenze del male. Unicamente in lui e per lui possiamo sopravvivere alle prove della nostra solitudine.

Entriamo nella solitudine prima di tutto per incontrare il Signore e stare con lui e lui solo. Il nostro compito primario nella solitudine, dunque, non è di stare attenti ai molti volti che ci assalgono, ma di tenere gli occhi della nostra mente e del nostro cuore fissi su di lui che è il nostro Salvatore. Col cuore e gli occhi fissi su Cristo/amore, siamo nell'*atmosfera* della 'grazia'.

Ora, solo nel contesto della grazia possiamo contrastare il nostro peccato, solo nel luogo della guarigione possiamo avere il coraggio di mostrare le nostre ferite, solo con la nostra attenzione rivolta unicamente a Cristo possiamo sbarazzarci delle paure che si sono abbarbicate a noi e guardare alla nostra vera natura. Via via che giungiamo a comprendere che non siamo noi che viviamo, ma Cristo che vive in noi, che lui è il nostro vero io, possiamo gradualmente eliminare le coartazioni di cui siamo vittime e cominciare a

sperimentare la libertà dei figli di Dio. Possiamo allora guardarci indietro con un sorriso e darci atto che non siamo più dominati dall'ira o dalla cupidigia.

Che cosa significa tutto questo per noi nella nostra vita quotidiana? Se anche non siamo chiamati alla vita monastica o non abbiamo la costituzione fisica per sopravvivere ai rigori del deserto, siamo pur sempre responsabili della nostra solitudine. Precisamente perché il nostro ambiente secolare ci offre così poche realtà spirituali, dobbiamo noi sviluppare la nostra, modellando il nostro personale deserto, in cui ci possiamo ritirare ogni giorno, scuoterci di dosso le coartazioni del mondo e starcene alla presenza amorevole e salutare del Signore. Senza questo deserto finiremmo per perdere la nostra anima, pur continuando a predicare il vangelo agli altri. Con una tale dimora spirituale, diverremo invece sempre più conformi a lui. In conclusione, la solitudine è il luogo della purificazione e della trasformazione, della grande lotta e del grande incontro. La solitudine non è solo un mezzo in vista di un fine. È il luogo ove Cristo ci rimodella a sua immagine e ci libera dalle ingannevoli coartazioni del mondo. Insomma, è il luogo della nostra salvezza: quindi il luogo dove vogliamo condurre tutti coloro che stanno cercando la luce in questo mondo oscuro. Caratteristica della solitudine è il silenzio, come la parola è la caratteristica della comunione. Tra silenzio e parola vi è lo stesso legame interiore e la stessa distinzione che c'è tra solitudine e comunione. L'una non può esistere senza l'altra. La giusta parola nasce dal silenzio, ed il giusto silenzio nasce dalla parola. Tacere non significa restare muti, come parlare non significa chiacchierare. Il restare muti non crea la solitudine e il chiacchierare non crea comunione. «Tacere è sovrabbondanza, ebbrezza, sacrificio della parola. Ma il mutismo è empio, come un oggetto che è stato solo mutilato, non sacrificato... Zaccaria rimase muto, invece di rimanere in silenzio. Se avesse accettato la rivelazione, forse non sarebbe uscito dal Tempio muto, ma solo silenzioso» (Ernest Hello). La parola che crea di nuovo la comunità e la riunisce è accompagnata dal silenzio. «C'è un tempo per tacere e un tempo per parlare» (Qo 3,7). Come nella giornata del cristiano ci sono determinate ore dedicate alla parola, speciali ore del culto e della preghiera in comune, così nella giornata devono esserci pure determinati periodi di silenzio nell'ascolto della Parola, silenzio che nasce dalla Parola. Saranno soprattutto i momenti prima e dopo l'ascolto della Parola. La Parola non raggiunge gli uomini rumorosi, ma quelli che rimangono in silenzio. Il silenzio nel tempo è il segno della santa presenza di Dio nella sua Parola. C'è un'indifferenza, o meglio un rifiuto del silenzio perché lo si vede come disprezzo della rivelazione di Dio nella Parola. In questo caso il silenzio è inteso erroneamente come atto solenne, quasi un mistico volersi sollevare al di là della Parola. Non si riconosce più nel silenzio la sua essenziale relazione con la Parola, l'umile ammutolire del singolo davanti alla Parola di Dio. Taciamo prima di ascoltare la Parola, perché i nostri pensieri sono già rivolti verso la Parola, come un bambino tace, quando entra nella stanza del padre. Taciamo dopo l'ascolto della Parola, perché questa ci parla ancora, vive e dimora in noi. Taciamo la mattina presto, perché Dio deve avere la prima parola, e taciamo prima di coricarci, perché l'ultima parola appartiene a Dio. Taciamo solo per amore della Parola, proprio per non disonorarla, ma per onorarla e riceverla come si deve. Tacere, infine, non vuol dire altro che aspettare la Parola di Dio e venire via, dopo averla ascoltata, con la sua benedizione. Ognuno per propria esperienza sa che è necessario imparare a tacere in un tempo in cui predomina il parlare; e che si tratta appunto di imparare a tacere veramente, a far silenzio nel proprio intimo, a fermare una volta la propria lingua: questo non è altro che la naturale semplice conseguenza del silenzio spirituale. (D. Bonhoeffer, *La vita comune*, pp. 102-104).

Il silenzio non esiste nella nostra vita soltanto per sé. È ordinato a qualche cosa di altro. Il silenzio genera la parola. Un'intera vita di silenzio è ordinata a una dichiarazione definitiva, che non può essere espressa in parole, una dichiarazione di tutto ciò per cui abbiamo vissuto. Vita e morte, parole e silenzio, ci sono dati a causa di Cristo. In Cristo moriamo alla carne e viviamo allo spirito. In lui moriamo all'illusione e viviamo alla verità. Parliamo per confessare lui e restiamo in silenzio per meditare su di lui ed entrare più profondamente nel suo silenzio, che è in pari tempo il silenzio della morte e della vita eterna, il silenzio della notte del Venerdì santo e la pace del mattino di Pasqua. E in questo silenzio si nasconde una persona: Cristo, lui stesso nascosto così come viene proferito, nel silenzio del Padre. Se riempiamo la vita di silenzio, allora viviamo di speranza e Cristo vive in noi e dà molta consistenza alle nostre virtù. Allora, quando viene il momento, lo confessiamo apertamente davanti agli uomini e la nostra confessione ha un grande significato perché si è radicata in un profondo silenzio. Essa risveglia, nelle anime di quelli che l'ascoltano, il

silenzio di Cristo così che anche loro diventano silenziosi, e incominciano a stupirsi e ad ascoltare. Perché hanno incominciato a scoprire il loro vero essere.

Se la nostra vita si spande al di fuori in parole inutili, non udremo mai nulla nelle profondità del nostro cuore, dove Cristo vive e parla in silenzio. Non saremo mai nulla e alla fine, quando verrà per noi il tempo di dichiarare chi e che cosa siamo, saremo trovati senza parole proprio al momento della decisione cruciale: perché avremo detto tutto e ci saremo esauriti in discorsi prima di avere qualche cosa da dire. Vi deve essere un tempo della giornata nel quale chi fa progetti dimentica i suoi piani e agisce come se non ne avesse affatto. Vi deve essere un tempo nella giornata in cui chi deve parlare sta in assoluto silenzio e la sua mente non formula più proposizioni ed egli si chiede: avevano esse un significato? Vi deve essere un tempo in cui l'uomo di preghiera va a pregare come se pregasse per la prima volta nella sua vita; in cui l'uomo che ha preso delle decisioni le mette da parte, come se fossero state tutte frustrate, e impara una sapienza differente: distinguendo il sole dalla luna, le stelle dall'oscurità, il mare dalla terraferma, e il cielo notturno dal dorso di una collina. Nel silenzio impariamo a fare distinzioni. Chi fugge il silenzio fugge anche le distinzioni; non desidera vedere troppo chiaro, preferisce la confusione. Un uomo che ama Dio, ama necessariamente anche il silenzio, perché teme di perdere il suo senso di discernimento. Il silenzio ha una duplice maniera di imporsi a noi: proviene dalla nostra povertà oppure sgorga da una pienezza. Spesso è necessario che il silenzio ci venga dapprima dal sentimento della nostra povertà. Ciò avviene molto semplicemente quando ci rendiamo conto di non essere ancora capaci di pronunciare la parola come si dovrebbe. Gesù si è mostrato severo nei confronti delle parole inutili pronunciate dal credente con sconsideratezza (Mt 12,36). La parola è stata data all'uomo per rendere testimonianza alla Parola di Dio e per rendere grazie e benedire Dio. Ora, le nostre parole sono diventate una delle occasioni più facili per offendere Dio e per ferire i nostri fratelli. Una certa discrezione nel parlare è il segno che ne siamo coscienti e che desideriamo sinceramente non pronunciare altre parole se non quelle che sono arrivate a maturità nel nostro cuore. Un tale silenzio proviene innanzitutto da un vuoto in noi, ma un vuoto lucidamente accettato. Ma c'è un altro silenzio: quello che scaturisce da una pienezza che c'è in noi. Isacco il Siro scriveva: *«Sforziamoci innanzitutto di tacere. Da questo nascerà in noi ciò che ci condurrà al silenzio. Che Dio ti doni allora di sentire ciò che nasce dal silenzio. Se fai così, si leverà in te una luce che non so spiegare. Dall'ascesi del silenzio nasce nel cuore, con il tempo, un piacere che spinge il corpo a rimanere pazientemente nella pace. E ci vengono lacrime abbondanti, dapprima nella sofferenza, poi nel rapimento. Nel cuore allora sente ciò che discerne nel profondo della contemplazione meravigliosa»*. Questo silenzio è già preghiera o, secondo il medesimo autore, «linguaggio dei secoli a venire». Esso testimonia la pienezza della vita di Dio in noi, pienezza che deve rinunciare a ogni parola umana per esprimersi in maniera adeguata. Per un certo tempo, solamente le parole della Bibbia arrivano ancora a esprimerla un po', ma poi arriva il momento in cui solo il silenzio può rendere conto della straordinaria ricchezza che ci è dato di scoprire nel nostro cuore. È un silenzio che si impone con dolcezza e con forza nello stesso tempo, ma dall'interno. La preghiera è divenuta legge a se stessa. Essa fa capire quando bisogna tacere e quando è necessario parlare. È purissima lode, e nel contempo stupefacente irradiazione. Un silenzio così non ferisce mai nessuno. Stabilisce attorno al silenzioso una zona di pace e di quiete in cui Dio è percepito come presente in maniera irresistibile. «Custodisci il tuo cuore nella pace», diceva Serafino di Sarov, «e una moltitudine attorno a te sarà salvata» (Nouwen).

Se in principio c'era la Parola e dalla Parola di Dio, venuta tra noi, è cominciata ad avverarsi la nostra redenzione, è chiaro che, da parte nostra, all'inizio della storia personale di salvezza ci deve essere il silenzio: il silenzio che ascolta, che accoglie, che si lascia animare. Certo, alla Parola che si manifesta dovranno poi corrispondere le nostre parole di gratitudine, di adorazione, di supplica; ma prima c'è il silenzio. Se com'è avvenuto per Zaccaria, padre di Giovanni Battista, il secondo miracolo del Verbo di Dio è quello di far parlare i muti, cioè di sciogliere la lingua dell'uomo terrestre ricurvo su se stesso nel canto delle meraviglie del Signore, il primo è quello di far ammutolire l'uomo ciarliero e disperso (Lc 1, 20-22). Possiamo anzi dire che la capacità di vivere un po' nel silenzio interiore connota il vero credente e lo stacca dal mondo dell'incredulità. L'uomo che ha estromesso dai suoi pensieri, secondo i dettami della cultura dominante, il Dio vivo che di sé riempie ogni spazio, non può sopportare il silenzio. Per lui che ritiene di vivere ai margini del nulla, il silenzio è il segno terrificante del vuoto. Ogni rumore, per quanto tormentoso e ossessivo, gli

riesce più gradito di ogni parola, anche la più insipida, è liberatrice da un incubo; tutto è preferibile all'essere posti implacabilmente, 'quando ogni voce tace, davanti all'orrore del niente. Ogni ciarla, ogni lagna, ogni stridore è bene accetto se in qualche modo e per qualche tempo riesce a distogliere la mente dalla consapevolezza spaventosa dell'universo deserto. L'uomo «nuovo» - cui la fede ha dato un occhio penetrante che vede oltre la scena e la carità, un cuore capace di amare l'Invisibile - sa che il vuoto non c'è e il niente è eternamente vinto dalla divina Infinità; sa che l'universo è popolato di creature gioiose; sa di essere spettatore e già in qualche modo partecipa dell'esultanza cosmica riverberata dal mistero della luce, di amore, di felicità che sostanzia la vita inesauribile del Dio Trino. Perciò l'uomo nuovo, come il Signore Gesù che all'alba saliva solitario sulle cime dei monti (cfr. Mc 1,3; Lc 4,42; 6,12; 9,28), aspira ad avere per sé qualche spazio immune da ogni frastuono alienante, dove sia possibile tendere l'orecchio e percepire qualcosa della festa eterna e della voce del Padre.

«In noi coabitano entrambe le dimensioni: il desiderio del silenzio e l'orda dei rumori. In questo chiasso, l'uomo nuovo che è in noi deve lottare per assicurare al cielo della sua anima quel prodigio di un silenzio per circa mezz'ora di cui parla l'Apocalisse: «Quando l'Agnello aprì il settimo sigillo, si fece silenzio nel cielo per circa mezz'ora» (8, 1); che sia un silenzio vero, colmo della Presenza, risonante della Parola, teso all'ascolto aperto alla comunione» (C. M. Martini).

«Gli uomini moderni, se non vogliono atrofizzarsi dal punto di vista psichico, dovranno se non altro garantire una compensazione tra vita attiva e vita contemplativa. Abbiamo una fuga nell'azione sociale e nella prassi politica perché gli uomini non reggono di fronte a se stessi. Sono in se stessi divisi e non possono rimaner soli. La solitudine li tortura. Il silenzio diventa per loro insopportabile. L'isolamento viene sperimentato come "morte sociale". Ogni delusione [lett = prendersi gioco] diviene frustrazione che dev'essere eliminata. Ma chi cade nella prassi perché non ce l'ha fatta con se stesso, diventa pure odioso agli altri. La prassi sociale e l'impegno politico non sono dei rimedi contro la debolezza dell'io. Chi vuole agire per gli altri senza approfondire la propria autocomprensione, senza sensibilizzare la propria capacità di amare, senza aver trovato la propria libertà nei confronti di se stesso, senza aver raggiunto la fiducia in sé, non troverà nulla che possa poi trasmettere ad altri. Egli comunicherà allora, sempre supponendo le migliori intenzioni ed escludendo ogni malafede, soltanto la mania della ricerca di sé, le aggressioni della sua angoscia ed i pregiudizi della sua ideologia. Chi vuol colmare il proprio vuoto interiore prestando aiuto agli altri, non diffonde se non il suo vuoto. E perché? Perché ciascun uomo a differenza di ciò che vorrebbero gli individui attivi, opera per gli altri più con il proprio essere che con il proprio parlare e agire. Soltanto chi avrà trovato se stesso potrà anche dare se stesso. Perché altrimenti che cosa darebbe? Soltanto chi si sa accettato può accettare gli altri senza dominarli. Chi è diventato libero in se stesso potrà liberare anche gli altri e partecipare alla loro sofferenza. Un tempo i mistici sceglievano la solitudine del deserto per combattere con i demoni e sperimentare la vittoria di Cristo. A me sembra che noi oggi abbiamo bisogno di uomini che s'incammino verso il deserto interiore dell'anima e scendano negli abissi dell'io per combattere i demoni e sperimentare la vittoria di Cristo, o più semplicemente per garantire una sfera di vita interiore e, attraverso l'esperienza dell'anima, aprire la strada agli altri. E nel nostro contesto questo significa: capire il senso positivo della solitudine, del silenzio, del vuoto interiore, della sofferenza, della povertà, dell'aridità spirituale e del "sapere che ignora"» (J. Moltmann).

La prima caratteristica della vita spirituale è il moto continuo dall'isolamento alla solitudine. La seconda, e altrettanto importante caratteristica è il moto per cui l'ostilità si converte in ospitalità. E dal cambiamento del nostro rapporto con noi stessi si può fruttificare un rapporto sempre nuovo con i nostri fratelli. L'estenderci fino al nostro intimo ci porta ad estenderci fino alla folla di estranei che incontriamo nel cammino

dell' esistenza. In un mondo popolato da estranei, estraniati dal loro passato, dalla loro cultura, dal loro paese, dai loro vicini, dagli amici, dalla famiglia, dall'intimo io e da Dio, noi assistiamo alla ricerca dolorosa di un luogo ospitale dove la vita possa essere vissuta senza timore e dove si possa trovare una comunità. Benché molti, oserei dire la maggior parte, degli estranei di questo mondo divengano vittime di un'ostilità generata dal timore, è possibile per tutti - ed obbligatorio per i cristiani - offrire uno spazio aperto e ospitale dove questi estranei possano spogliarsi della loro estraneità divenendo nostri fratelli. Il moto dall'ostilità all'ospitalità è arduo e irto di difficoltà. La nostra società è sempre più gremita di persone che temono, che stanno sulla difensiva, che aggrediscono, aggrappandosi ansiosamente a ciò che possiedono, che sono inclini a guardare con sospetto il mondo che li circonda, e sono sempre in attesa di un nemico che spunti, si intrometta e faccia loro del male. Eppure, la nostra vocazione è proprio questa: convertire il nemico (*hastes*) in ospite (*haspes*), in invitato, creando lo spazio libero e senza paure in cui possa nascere ed essere sperimentata la fraternità. Il concetto di ospitalità potrebbe dare una nuova dimensione alla nostra comprensione di un rapporto benefico e alla formazione di una comunità, nuovamente creativa, in un mondo che soffre di alienazione e di estraniamento. Pertanto, il termine ospitalità non dovrebbe limitarsi al senso letterale di ricevere un estraneo in casa, benché sia importante non dimenticarlo o non trascurarlo, ma come atteggiamento fondamentale verso i nostri fratelli, suscettibile di esprimersi in molti modi. (H. Nouwen)

«C'è davvero una grande attività nella Chiesa di oggi, un'operosità che coinvolge gli uomini ai limiti delle loro forze e spesso anche oltre. Ma di quel silenzioso soffermarsi sulla parola di Dio, in cui il nostro volere e il nostro agire si distendono, e proprio in questo modo diventano liberi e fecondi, ce n'è ormai appena. Dobbiamo imparare di nuovo il coraggio dell'in-azione e l'umiltà dell'attesa della parola. Perché molto spesso qualche ora ad ascoltare in silenzio la parola di Dio farebbe meglio che non tutti i convegni, le riunioni e le discussioni; e un momento di preghiera sarebbe più fruttuoso di una pila di documenti. Si ha talvolta l'impressione che, dietro la crescente frenesia della nostra attività, stia la sfiducia nei confronti della forza di Dio; e dietro il moltiplicarsi del nostro fare, un indebolimento della nostra fede, mentre in fondo abbiamo fiducia solo più in ciò che noi stessi concludiamo e realizziamo. Ma non operiamo solo attraverso ciò che facciamo, non meno che attraverso ciò che siamo, se siamo maturi e liberi e ci realizziamo ponendo le radici del nostro essere nel fecondo silenzio di Dio» (J. Ratzinger, *Duomo di Monaco di Baviera*, 14 maggio 1978)

«Abbiamo un'idea del *silenzio* come qualcosa di repressivo: l'indice davanti al naso. O come qualcosa di *frustrante*. Se il silenzio ci chiede uno sforzo, non è per eliminare i suoni, ma per recuperarli. Il silenzio ci è necessario per liberarci dalle troppe parole inutili, indebolite, fiaccate, per depurarci da rumori che si sono abbarbicati come una piante infestante dentro di noi. Serve per ripulirci. Per restituirci. Per ritrovarci» (Massimo Orlandi).

«Il silenzio ci apre ad un tempo *vuoto*, che ci permette di accogliere tutta la nostra debolezza e di riallacciare rapporti con la nostra identità più profonda e autentica.

Il silenzio fa rinascere ciò che dorme dentro di noi, segna il limite della nostra capacità di *capire* davanti alla vita, al dolore, alla morte, davanti a Dio e ci apre alla dimensione del mistero, dove l'intelligenza non basta più, ma ci conduce in un luogo in cui possiamo cominciare ad ascoltare: "Giobbe prese a dire al Signore: Ecco, non conto niente: che cosa ti posso rispondere? Mi metto la mano sulla bocca. Ho parlato una volta, ma non replicherò, due volte ho parlato, ma non continuerò"» (Gb 40, 4-5). (Luigi Verdi)

«Il meglio non è ancora stato scritto. Il meglio è fra le righe» (C. Lispector). Ci è chiesta l'intelligenza di saper leggere tra le righe, ci è chiesta la pazienza di riuscire ad intuire quel che non è detto, quel che non può venir detto. Perché le parole non bastano: sciuperebbero tutto. Ci viene chiesta la capacità e il coraggio di immergerci in questo silenzio, come ci si immerge nel mare di notte. Notte e silenzio sono fratelli: possono entrambi far paura, ma anche, dalle acque misteriose, farci giungere ad un approdo luminoso» (M.T. Abignate).

«C'è bisogno di dare tempo al silenzio. Come il *silenzio del seme* nella terra; dei nove mesi, mentre oggi è tutto accelerato, a rischio di nascite mostruose. Anche la religione si è fatta moltitudine di parole, consumata in documenti di plastica e nelle chiese qualcuno comincia a provare disagio per il rumore religioso, per le grandi adunate che sono esibizione di tutto, unico assente Dio. Dio non era nel tuono, ma nella *brezza leggera*.

Il silenzio forse è *trattenere il fiato e respirare una presenza*. Trattenere per far spazio, svuotarsi, far posto. (tsim-tsum). Il silenzio stupito è la condizione perché riaccada il miracolo della creazione, il miracolo che fece vibrare leggera l'aria del mattino. Il silenzio aiuta anche la vista. Dobbiamo tornare a vedere da vicino la realtà, ad ascoltarla in silenzio. Inginocchiarsi e vederla da vicino. Sì, perché noi operiamo per *astrazione*. Vediamo la massa e la definiamo: un gruppo di persone su un barcone sono *immigrati, clandestini e rifugiati*. I separati, divorziati vanno sotto la categoria di *irregolari*. Definire all'ingrosso, è una bestemmia, un giudizio. Da vicino vuol dire dare nomi; Dio all'uomo che aveva dinanzi la moltitudine degli animali, ha chiesto di dare un nome a ciascuno. Dalla massa al *conosciuto*. Cogliere il singolo, sentirne l'odore, e la sofferenza, le storie. Ogni uomo non è solo quello che appare, è infinitamente di più.

Il silenzio permette al vero io di *emergere*. e di accorgersi che l'ego è solo insulso.

«Il *silenzio* è quello spazio in cui il divino non è più invocato ma presente. Cercare il silenzio significa creare in noi uno spazio entro cui possiamo vedere la realtà non deformata da schemi, e dove possiamo essere, svilupparci, crescere. Il silenzio non si raggiunge imponendoci delle discipline, ma con l'essere totalmente attenti alle cose del presente, dell'istante vissuto. Il *silenzio* non consiste nell'assenza di suoni e di voci, ma nel valorizzare la capacità di ascoltarli, di riconoscerli. Nel silenzio vediamo le nostre luci, le nostre ombre, i pregi, le cattive qualità. Il silenzio ci fa nudi. Nudi ed esposti, senza protezione. Ma in questa nudità assoluta, in questo affidamento totale alle energie dell'universo, scopriamo il nostro vero nome, in nome che Dio ha pronunciato, che collega la nostra finitezza all'infinito, il germe divino in cui la nostra precarietà trova un senso.

Gesù è nato nel silenzio di una grotta, di notte. Al silenzio. La presenza di Dio, il mistero della sua nascita in noi non può avvenire nel caos, travolti dal rumore...» (Vannucci)

«Il *silenzio* non è il *tacere*, ma il riordinamento di se stessi in modo da poter dominare qualsiasi espressione del proprio essere. La sua radice è la pacificazione dell'emozione e della mente. Dal silenzio interiore giungeremo a quello esteriore. Di ogni parola inutile, contraddicente, senza sale, senza rispetto» (Sorella Maria).

«Quando l'uomo riposa in sé come nel nulla, non è limitato da altro ed è sconfinato, e Dio versa in lui la sua gloria» (Buber). «Chi ha fatto esperienza del silenzio riconosce nel vuoto la straordinaria possibilità di allargare la propria coscienza, di aprirsi a una nuova conoscenza» (Fasser).
