Adoriamolo in fondo al cuore

La cosa più importante da sapere riguardo alla meditazione è **come meditare**. Altrettanto importante è sapere **perché è opportuno meditare**.

**Cosa significa per noi Cristiani meditare?** S. Pietro nella sua prima Lettera dice "*Non vi sgomentate, né vi turbate, ma adorate il Signore, Cristo, nei vostri cuori*" (1 Pt 3,15). Ecco come i primi Cristiani percepivano l'essere cristiano. Sapevano che si vive in un mondo in continua trasformazione, un mondo di confusione ed erano consapevoli anche che questa confusione non andava individuata soltanto al di fuori, bensì anche all'interno di sé. Erano consci che gran parte della confusione esteriore è determinata dalla confusione interiore che regna in ciascuno di noi. Si rendevano conto che la sfida costante che si pone all'uomo è quella di trovare armonia, ordine e pace, che esse vanno individuate innanzitutto in se stessi, nel proprio cuore. Sapevano che anche se si riesce a trovare quell'ordine in se stessi, è inevitabile che la confusione esteriore perduri, ma essa non ha alcun potere su di noi. Gesù, infatti, diceva: "*Vento, tempesta, pioggia possono irrompere contro quella casa, ma essa non si smuoverà perché è costruita sulla roccia*". I primi Cristiani sapevano per esperienza che è Cristo la roccia, la base rocciosa sulla quale ciascuno di noi deve costruire la propria vita. Sapevano che Cristo è il principio vivente su cui si fondano l'armonia, l'ordine, l'amore; e che armonia ed ordine hanno come fondamento l'amore. Sapevano che se poniamo alla base della nostra vita Cristo nulla ha più potere, nemmeno la morte, perché siamo radicati nell'amore eterno che niente può distruggere.

Ma come possiamo adorare Cristo Signore nei nostri cuori? S. Pietro dice ancora che "*Cristo fu messo a morte nella carne, ma reso vivo nello spirito*". È ciò che dobbiamo fare noi, cessando di basare la nostra vita sul desiderio di cose materiali, per ricostruirla secondo il volere di Dio, rispondendo al nostro destino che è pervenire alla vita attraverso la vita di Dio nello Spirito. È l'essenza del messaggio cristiano, che come credenti dobbiamo imparare a comunicare ai nostri contemporanei se vogliamo assolvere la missione affidataci da Gesù.

**Vivere della vita di Dio, nello Spirito**. È questo il significato della nostra meditazione quotidiana; essa non è che un ritorno alla sorgente di vita in cui il nostro spirito viene inondato dallo Spirito di Dio, vive della sua vita, ama del suo amore. S. Pietro ammonisce ancora "*siate moderati e sobri, per dedicarvi alla preghiera*" e aggiunge di conservare tra di noi una "*grande carità*". Ma ciò possiamo farlo solo se viviamo appieno della vita di Dio. Ecco il perché della nostra meditazione: essere aperti alla divina realtà, a noi più intima di noi stessi, vivere la nostra vita basandola su Cristo nostro sostegno, vivi del suo Spirito, lo spirito di amore. La nostra meditazione quotidiana e la nostra fedeltà ad essa rappresentano la nostra apertura a questa suprema realtà. Si impara ad essere fedeli attraverso la fedele osservanza dei nostri tempi di meditazione e della recita della parola. ?

Noi compiamo il nostro destino, che il linguaggio cristiano definisce **vocazione**, rendendo gloria a Dio in tutto ciò che facciamo; questo è possibile se glorifichiamo Dio in tutto ciò che siamo. La meditazione ci porta a quell'unità di vita pienamente vissuta con la quale rendiamo gloria a Dio, semplicemente essendo ciò che siamo, in questo preciso momento.

(Cfr. John Main, *La via della non-conoscenza*)