

Spiritualità. Alla ricerca della felicità: dall'anima al palato, il gusto della vita

ANTONIO GIULIANO

Il mistero della nascita porta con sé una richiesta che i genitori a volte colgono nello sguardo dei propri figli: «Papà, mamma: assicuratevi che valeva la pena venire al mondo». Una questione decisiva che scaturisce dai mille «perché» dell'esistenza: perché alzarsi e andare a scuola o al lavoro? Perché il sole, la luna e le stelle? Fino ai quesiti più drammatici: per quale ragione dobbiamo soffrire? Perché il male? Cosa sarà di noi dopo la morte?

Domande radicali a cui non si è mai sottratto Fulton John Sheen (1895-1979), uno dei più grandi predicatori cattolici del Novecento, vescovo statunitense amatissimo e popolare grazie alle sue doti di brillante comunicatore in tv e alla radio. Filosofo e teologo di spessore (dichiarato venerabile da Benedetto XVI nel 2012), è stato un oratore coinvolgente e appassionato, non privo di spiccata ironia sulla scia dell'autore da lui più amato e citato, Gilbert Keith Chesterton. Tutto sta nel riconoscere il destino per cui siamo stati creati: Sheen partiva dalla necessità per tutti - credenti e non - di dare un senso alla propria esistenza perché «la vita è monotona quando è priva di significato, non è monotona se ha uno scopo». Un problema che ha certo interrogato tutti i grandi pensatori dell'antichità e che ha trovato risposta nella storia col Bambino di Betlemme, l'unico in grado di svelare il segreto di ciascun uomo sulla Terra. Gesù Cristo, crocifisso e risorto, è la risposta a quella felicità a cui aspira al cuore dell'uomo.

Sono concetti racchiusi nell'opera *La vita merita di essere vissuta* (pagine 224, euro 15), pubblicata di recente dalla casa editrice Fede & Cultura che ora invece manda in libreria un altro classico del vescovo americano: *Tre per sposarsi* (pagine 302, euro 24). Nel tempo della distruzione dei legami e dell'attacco alla famiglia naturale un testo senz'altro controcorrente, che pur scritto quasi settant'anni fa si rivela di un'attualità sorpren-

dente. Un inno alla bellezza del matrimonio cristiano, un manuale impavido che discute senza reticenze o bigottismi di sesso e amore. Nessuna meraviglia che lo abbia scritto un sacerdote celibe: Sheen è un profondo conoscitore delle dinamiche dell'amore, passione fondamentale dell'uomo, ma anche «riflesso dell'essenza incorporea di Dio», perché Dio è Amore. «Se l'amore non è che un accoppiamento animale, allora può essere padroneggiato da un qualunque fisiologo; ma se è una scintilla della fiamma divina, allora è necessario pregare per poter penetrare il suo mistero». Un libro essenziale per chi si appresta al grande passo (ma utile anche per chi l'abbia già fatto) per essere consapevoli che per sposarsi bene bisogna essere in tre: lui, lei e il Signore. È Cristo infatti il garante della felicità del matrimonio cristiano.

Per sottolineare quanto sia necessaria un'adeguata preparazione spirituale alle nozze Sheen cita san Francesco di Sales: «Nel matrimonio si prendono i voti. Ma è l'unico caso in cui i voti si prendono senza noviziato: se ci fosse un anno di noviziato ben pochi si sposerebbero». Una constatazione amara ma quanto mai pertinente per essere pronti ad affrontare le insidie di questo tempo e percorrere spediti su una via che è anticipo della felicità del cielo. E proprio agli insegnamenti profetici di san Francesco di Sales (1567-1622) è dedicato *Siate santi... nella gioia! Testi scelti per cristiani immersi nel mondo* (Itaca, pagine 208, euro 15) a cura di Max Huot de Longchamp (con prefazione di Maurizio Botta). A distanza di secoli le parole di un grande santo, maestro di spiritualità, riescono a cogliere tutte le ansie e le inquietudini di questa società che ormai ha perso la fede: l'uomo infatti continua a rincorrere la felicità in cose destinate a finire mentre «nulla è in grado di dare al cuore dell'uomo la perfetta felicità quanto il solo amore di Dio». Un libro per vivere ogni giorno la gioia del Vangelo, tanto più in occasione del Natale, la festa per eccellenza della letizia e dell'abbondanza, anche a tavola. Per non incappa-

re nei soliti sermoni moralistici sul consumismo è sempre opportuno ricordare che anche un uomo al di sopra di ogni sospetto come san Francesco d'Assisi voleva che in questa festività si mangiassero cibi «ricchi» e che fossero ben saziati poveri e mendicanti e anche gli animali con doppia razione di cibo e di fieno. Perché la felicità cristiana sta proprio nel donare e nel rendere felici gli altri ricambiando il dono di Dio all'umanità con la nascita del Figlio.

È allora interessante conoscere le abitudini culinarie, anche attuali, di un altro grande ordine religioso, quello benedettino, nel volume in uscita *Monaci a tavola. La Regola di San Benedetto e le consuetudini alimentari* (Tau, pagine 234, euro 9) di Nadia Togni, studiosa che nel libro dialoga con l'abate Giustino Farnedi. Le curiosità non mancano: dal vin brulé da condividere con i fedeli dopo la Messa natalizia di mezzanotte a tante altre prelibatezze, come la celebre sfogliatella napoletana che secondo una leggenda è opera delle monache di clausura Domenicane della Costiera Amalfitana. E poi certo il silenzio durante i pasti, animato soltanto da letture forti per ristorare anche l'anima, o le storiche neviere (cavità dove si accumulava la neve pressata) per conservare i cibi molti secoli prima dei moderni frigoriferi. Il refettorio è uno spazio sacro (e spesso una vera opera d'arte), perché i monaci amano la vita e quindi anche le gioie della tavola, ma sempre nella moderazione e nella condivisione fraterna perché la felicità è anche nel mangiare il cibo «con chi si ama ringraziando chi lo ha coltivato e preparato amorevolmente». I pasti devono essere proporzionati alle attività svolte e così anche il vino (capace di «traviare anche i saggi»), perché non si dimentichi mai la meta a cui tendiamo. E del resto è tutto un altro sapore, come diceva il cardinal Biffi: «Mangiare i tortellini con la prospettiva della vita eterna, rende migliori anche i tortellini, più che mangiarli con la prospettiva di finire nel nulla».