

Salmo 3

Il Salmo 3 è la preghiera di un uomo accerchiato, il canto della fiducia che sorge proprio quando l'angoscia sembra soffocare l'anima.

Immaginare questo testo pregato da un pellegrino a piedi nudi sulla terra significa restituire al salmo la sua dimensione più incarnata e creaturale, tanto cara a san Francesco: la pianta del piede che tocca l'humus, la pelle nuda che entra in contatto con la carne meravigliosa del creato, soffrendo le asperità del cammino ma percependone al contempo la profonda bontà.

«Signore, quanti sono i miei avversari! Molti contro di me insorgono.»

Per il pellegrino a piedi nudi, i nemici non sono soltanto le paure interiori o le fatiche del viaggio, ma ogni pietra tagliente, ogni giudizio di chi considera folle questo cammino di spogliazione.

Il deserto e l'inquietudine non sono l'assenza di Dio, ma il luogo dove l'uomo spoglia le sue false certezze. Sentire la terra sotto i piedi nudi fa male, rivela la nostra fragilità, eppure ci svela per quello che siamo: mendicanti di grazia.

«Ma tu, Signore, sei mio scudo, mia gloria, tu colui che mi solleva la testa.»

Dio non cancella magicamente la minaccia, ma avvolge l'orante con la sua presenza. Qui il pellegrino si ferma: il petto della terra non è più un suolo ostile, ma un altare. Alzare la testa non significa un gesto di orgoglio, ma lo sguardo che si sposta dalla polvere della strada verso l'orizzonte della Risurrezione.

«Io mi corico, mi addormento e mi risveglio: il Signore mi sostiene.»

È forse il verso più denso e poetico dell'intero salmo. Coricarsi a nudo sulla terra significa abbandonarsi del tutto, come fa un bambino tra le braccia della madre. Tra il battito del cuore del pellegrino e il battito profondo della creazione c'è una corrispondenza intima: ci si addormenta nella notte della prova, ma la terra custodisce chi si fida. Il risveglio non è solo l'alba di un nuovo giorno, ma la certezza pasquale che Dio non abbandona la sua opera.

L'esperienza del Salmo 3 è la rilettura dell'esistenza come un continuo pellegrinaggio: non importa quanto sia ruvida la pietra o profonda la notte, perché la terra che calpestiamo resta sempre il grembo benedetto di un Dio che ci sostiene ad ogni passo.

Per il mio cammino scelgo questo versetto: "a testa alta mi fai camminare".

Il verbo dell'originale ebraico — merîm rošî, colui che solleva la mia testa — custodisce una tenerezza infinita. Non è un comando («Alza la testa!»), ma un gesto di Dio: la mano del Padre che si china sul figlio stanco, gli sfiora il mento e gli rialza lo sguardo dalla polvere.

Pensiamo al nostro pellegrino. Quando si cammina a piedi nudi, lo sguardo tende inevitabilmente a cadere verso il basso, schiacciato sulla paura di inciampare, sulla pietra tagliente, sul dolore immediato della pianta del piede. È la postura di chi è ripiegato sulle proprie ferite, come descrive Dante all'inizio del Purgatorio, quando le anime avanzano piegate sotto il peso dei macigni, incapaci di scorgere le stelle.

Ma Dio non ci vuole curvi.

San Tommaso d'Aquino, leggendo Agostino, ricordava che l'uomo è stato creato erecto statu — in posizione eretta — perché, a differenza degli animali, è fatto per guardare il cielo (os sublimis dedit). L'uomo con la testa alta è l'uomo liberato, l'uomo redento.

La fede non toglie nulla alla dignità dell'uomo, ma gli restituisce la sua vera statura. Un uomo a testa alta non è un uomo che non sente il dolore della terra o la fatica delle pietre — la pelle nuda dei piedi continua a percepire ogni ruga del suolo — ma è un uomo che non si definisce più attraverso le sue cadute.

La tentazione più grande nel cammino spirituale è lo sconforto che ci fa guardare solo dentro noi stessi, nel cerchio ristretto delle nostre miserie. **Quando il Salmo dice «a testa alta mi fai camminare» l'anima sfinita dall'oscurità sente improvvisamente che sopra di sé c'è un Cielo aperto, un'aria nuova che attira i polmoni e distende il collo.**

C'è un legame profondo tra questo versetto e la figura straordinaria di Innocent Smith, il protagonista del capolavoro di G. K. Chesterton, Uomo vivo.

Innocent irrompe nella grigia e soffocante pensione Beacon House spinto letteralmente da un vento impetuoso. La sua missione fondamentale è proprio questa: costringere gli uomini a camminare a testa alta, liberandoli dall'asfissia spirituale e dall'abitudine.

In un mondo abitato da persone coperte da un'oscurità interiore — "morte" pur essendo biologicamente vive, ripiegate su se stesse come i pessimisti e i cinici del romanzo — Smith si presenta con una cura d'urto.

Tra le sue "stravaganze", Smith va in giro sparando colpi di pistola vicino alle orecchie dei pessimisti o dei filosofi della disperazione. Non per ucciderli, ma per costringerli, di fronte alla minaccia di perdere l'esistenza, a sobbalzare, ad alzare la testa verso il cielo e a gridare che la vita è cara, bella, buona. **Come dice lui stesso: «Non distribuisco la morte, distribuisco la vita».**

Una delle prime cose che Smith fa a Beacon House è trascinare gli inquilini sul tetto della casa, sotto le stelle. Li strappa ai loro salotti angusti e alle loro chiacchiere soffocanti per farli guardare in alto, restituendo loro il senso dello stupore e dell'immensità del creato.

Innocent Smith non inventa un mondo nuovo; costringe gli uomini a guardare il solito mondo con gli occhi riempiti di Cielo. Come scriveva padre David Maria Turoldo, la preghiera e la poesia servono a restituirci

l'innocenza dello sguardo. Smith fa il giro del mondo a piedi solo per poter rientrare nella propria casa dalla porta di casa con lo stupore di chi la vede per la prima volta.

Quando il Salmo ti dice che Dio ti fa camminare a testa alta, sta dicendo che la Sua grazia ti manda incontro un "Innocent Smith" — che sia un incontro, una parola di Vangelo, o una pagina di grande poesia — per ricordarti che non sei fatto per la fossa o per l'ombra, ma per l'aria aperta e per la luce del Cielo.

La testa alta è l'unica postura che permette la contemplazione. Chi cammina a testa alta impara a guardare il mondo non più come un ostacolo, ma come la casa del Padre. Vede l'orizzonte, scorge le cime, riconosce nei tratti degli altri pellegrini il volto stesso di Cristo

Insegnami a camminare così, Signore... è l'alba e il cammino è appena iniziato!
Alla prossima!

Pregiera del Pellegrino

Signore dell'alba e dei sentieri,
insegna ai miei passi la misura della fiducia e alle mie palpebre la forza di sollevarsi verso il Cielo.

Liberami dalla tentazione di camminare a capo chino, ripiegato sul peso dello zaino o sulla polvere della strada, perché tu non mi hai chiamato a subire il viaggio, ma ad abitare la terra come figli e fratelli.

Donami la postura del pellegrino che spera: quella testa alta che non è superbia, ma sguardo aperto sui tuoi orizzonti, contemplazione pura della bellezza che ci circonda e custodia della casa che ci hai affidato.
Insegnami a vedere nelle salite più dure non una minaccia, ma l'invito a scorgere la cima; e quando il passo si fa stanco, fa' che io sappia guardare chi cammina al mio fianco, per riconoscere nei tratti di ogni compagno di viaggio, nelle sue ferite e nella sua luce, il volto vivo del tuo Figlio Gesù.

Come i Padri e i Santi che hanno calcato le strade del mondo fa' che la mia vita sia una pagina viva, un canto che ti cerca, un salmo respirato a pieni polmoni nell'aria fresca del mattino.

Il cammino è appena iniziato, la luce dell'alba già rischiarla la via. Tieni la mia mano, Signore: insegnami a camminare così, con il cuore leggero, lo sguardo all'orizzonte e la certezza che ogni nostro passo è già avvolto nel tuo amore.

Amen.