Sensiela:

Meditazzjonijiet

Episodju:

Fl-Imħabba M'Hemmx Biża'

Ġewwa...

Blogs oħrajn f'dis-Sensiela (Box) - p1

Il-"biża' t'Alla" fl-Iskrittura? (Box) - p3

Fl-Imħabba M'Hemmx Biża' - p1

Il-biża' għandu sehmu, imma mhux daru - p3

L-imħabba tagħmlek kuraġġuż - p5

L-art soda ta' taħt il-maltemp - p5

Qabel ma ħabbejt, kont diġà maħbub- p5

Preżenza ta' xorta oħra- p7

Iltaqa' ma' dawn il-persuni... - p7

Fl-Imħabba M'Hemmx Biża'

Riflessjoni dwar 1 Ġwanni 4:18–19

L-imħabba perfetta tkeċċi l-biża'." Ġwanni jiktibha b'mod sempliċi, iżda din il-verità tista' tieħu ħajja sħiħa u tinżel tassew fil-qalb. Billi tixrob minn ilħna li jinfirxu minn Santu Wistin sa Ġuljana ta' Norwich, din ir-riflessjoni tistaqsi xi jfisser li nieqfu milli nersqu quddiem Alla bħal min qed jistenna s-sentenza.

Ħafna minna nġorru fina iktar ansjetà dwar Alla milli nkunu lesti nammettu. Mhux biża' drammatiku, biża' ta' kriżi – imma tħaxwix baxx u persistenti. Sens li qatt m'aħna verament biżżejjed, li t-talb hu bħal udjenza li għadna ma ħaqqniex għal kollox, li l-imħabba trid tinkiseb qabel ma tista' tintlaqa'. Din il-viġilanza tista' kważi tidher qisha devozzjoni. Bħallikieku jekk nibqgħu ftit imbeżżgħin, nibqgħu onesti.

Imbagħad toqgħod ftit ma' silta bħal din, u xi ħaġa titħarrek kwieta kwieta.

"Fl-imħabba ma hemmx biża', iżda l-imħabba sħiħa tkeċċi l-biża'; għax il-biża'

Blogs oħrajn f'dis-Sensiela

Ispirazzjonijiet biex tgħaddihom lill-ħbieb.
Is-Sensiela: https://laikosblog.org/category/by-tony-macelli/meditazzjoni/

1. **Il-Qrubija Perikoluża t'Alla** – The Dangerous Nearness of God
2. **Meta s-Smewwwiet Jisktu** – When Heaven Falls Silent
3. **Gratitudni illum**
4. **Il-Kuntlarjetà Oħt il-Għerf** – Adversity, Sister of Wisdom
5. **Għaraf Lilek Innifsek u Sir Sħiħ f'Alla**
6. **Is-Silenzju Franġiskan bħala Faqar fl-Għarfien**– Silence as Franciscan Poverty of Knowing
7. **Ngħixu "lejn" il-Mulej: Kif, u Għaliex?**– Living "to" the Lord

għandu x'jaqsam mal-kastig, u min jibża' għadu ma wasalx għall-milja tal-imħabba. Aħna nħobbu, għax hu ħabbna l-ewwel." *(1 Ġwanni 4:18–19)*

Din is-silta ma tgħidx li l-biża' hija ħażina fiha innifsha, jew li int qed tfalli għax tħossha. Tgħid xi ħaġa aktar interessanti: li l-biża' u l-imħabba sħiħa ma jistgħux, fl-aħħar mill-aħħar, joqogħdu fl-istess kamra. U s-silta tispiċċa b'dawra ta'taħt fuq tant sempliċi li faċli taħrabilna – aħna nħobbu għax hu ħabbna l-ewwel. Mhux bil-kontra.

Jekk irridu nkunu nafu kif tidher tassew dik l-imħabba – mhux bħala idea, iżda bħala ħajja –

The morning bell is not the dawn *(Il-biża' għandu sehmu, imma mhux daru, paġna 3)*

irridu biss inħarsu lejn Ġesù. Hu mexa dejjem lejn min kien imbeżża', lejn min kien mgħobbi bil-ħtija, lejn dawk li kienu l-aktar konvinti li ma kienx baqagħlhom post ta' merħba, u qatt ma stenna li l-ewwel jirranġaw lilhom infushom.

Darba wara l-oħra, il-ħniena narawha tasal qabel l-indiema. il-Preżenza tingħata proprju hemm fejn wieħed seta' jistenna ċaħda. Iżda dak li forsi jolqotna aktar, meta naqraw l-Vanġeli bil-mod, hu d-direzzjoni ta' dan il-moviment: dejjem aktar kmieni milli wieħed kien jaħseb li tasal il-merħba, dejjem tidħol fil-biża' nnifisha u aktar milli tevitaha. Ġesù ma joqgħodx f'distanza sigura biex minn hemm jistieden lil min jibża' jaqsam lejh. Hu jersaq preċiżament qrib il-biża', u jibdilha minn ġewwa.

Il-biża' għandu sehmu, imma mhux daru

Il-biża' mhuwiex l-għadu tal-fidi. Hemm tradizzjoni twila ta' ħsieb onest dwar dan, u tasal għal konklużjoni ġentili tal-għaġeb: il-biża' tista' tibda l-vjaġġ, imma qatt ma kienet maħsuba biex tibqa' hemm.

Nistgħu ngħiduha hekk: il-biża' tista' tqajjem il-kuxjenza – issemmi l-ġerħa, iddawwar ir-ruħ minn dak li jagħmlilha l-ħsara. Aħseb fih bħal qanpiena mas-sebħ. Dik tqajjem lil min hu rieqed, u għal dan nistgħu nkunu grati. Imma l-qanpiena mhijiex id-dawl tal-jum li jfeġġ. Meta

Imma x'ingħidu għall-"biża' t'Alla" fl-Iskrittura?

Hija mistoqsija ġusta – u l-Bibbja ma taħrabhiex. "Il-biża' tal-Mulej hu l-bidu tal-għerf" (Proverbji 1:7) jidher mhux darba biss, imma bosta drabi fl-Iskrittura Lhudija; u Ġesù nnifsu jgħid lid-dixxipli tiegħu: "Ibżgħu minn dak li jista' jeqred kemm ir-ruħ kif ukoll il-ġisem" (Luqa 12:5). Dan mhuwiex lingwaġġ li t-Testment il-Ġdid iwarrab bil-kwiet.

Mela kif joqgħod dan ħdejn "l-imħabba perfetta tkeċċi l-biża'"?

Il-qofol jinsab fil-kliem innifsu Ebrajk u Grieg. Il-kelma ewlenija għal din il-biża' skont l-Iskrittura – *yirah* bl-Ebrajk, *phobos* bil-Grieg – iġġorr fiha t-toqol tal-istagħġib, ir-reverenza u l-għaġeb quddiem realtà ferm akbar minna nfusna. Tixbah iżjed dak li nħossu meta nkunu wieqfa f'xifer il-baħar billejl milli dak li nħossu quddiem imħallef waqt li nistennew is-sentenza. Hija r-rogħda ta' min lemaħ xi ħaġa kbira u qaddisa, mhux it-tkexkix ta' min qed jistenna l-kastig.

Santu Wistin diġà mexxiena lejn din id-distinzjoni – bejn biża' servili, li tibża' mill-kastig, u biża' safja, li sempliċement ma tiflaħx titlef lill-Maħbub. Il-"biża' tal-Mulej" fl-Iskrittura tappartjeni għal din it-tieni xorta. Fil-fatt, hija isem ieħor għall-istagħġib qaddis li jgħammar ġewwa mħabba profonda. Is-Salmi jsejħulha l-pedament tal-għerf; Isaija jgħid li Ġesù nnifsu jitgħaxxaq bil-biża' tal-Mulej (Isaija 11:3) – u dan biżżejjed biex jurina li din il-biża' u l-imħabba mhumiex opposti. Huma msieħba.

Ġwanni mhux qed jikkontradixxi l-Proverbji. Qed jurina fejn twassal il-mixja. Il-biża' – anki l-biża' qaddisa – hija l-bidu. L-imħabba hija d-destinazzjoni. U l-ħaġa tal-għaġeb hi li, hekk kif l-imħabba tikber fil-fond, dak li jibqa' mill-biża' jinbidel minn ġewwa: ma jibqax twerwir, imma jsir reverenza dejjem iżjed tenera u attenta quddiem Dak li ħabbna l-ewwel.

-o-

Ġej is-sebħ... *(paġna 3)*

jidħol xi ħaġa aktar sħuna, ħidmet il-biża' tkun fil-biċċa l-kbira tlestiet.

Hemm ukoll distinzjoni utli li jistħoqqilha noqogħdu magħha: hemm biża' li jibża' mill-kastig, u hemm biża' aktar sottili u aktar teneru – il-biża' li titlef lil Alla. Mhux "x'se jagħmilli?" imma "ma niflaħx inkun mingħajru". L-ewwel xorta ta' biża' timmaġina lil Alla l-aktar bħala theddida. It-tieni waħda tappartjeni għall-imħabba, bħalma l-attenzjoni tappartjeni għall-ħbiberija. Jekk qatt ħassejt, f'mument kwiet, li ma tridx iddawwar wiċċek minn xi ħaġa tajba, ta' viċin u ta' veru – allura ġa taf x'inhu dak it-tieni biża'. Ġwanni mhux qed jikkundanna r-reverenza jew il-qima. Qed jeħlisha mill-ewwel xorta ta' biża': minn dik il-qagħda servili, mgħawwġa fuqha nfisha, quddiem Alla immaġinat l-aktar bħala mħallef.

L-imħabba sħiħa ma tagħmilx lir-ruħ traskurata. Tagħmilha intima.

L-imħabba tagħmlek kuraġġuż

Hawnhekk l-affarijiet isiru tassew sorprendenti. Meta l-imħabba timmatura, tagħmel xi ħaġa mhux mistennija: lir-ruħ tagħmilha qalbiena.

Leħen mill medjuevu jgħidha b'mod qawwi – ir-ruħ li tkun ġiet maħbuba mill-fond minn Alla tista', f'ċertu sens, tinsa saħansitra l-maestà divina, għax l-imħabba għamlitha kuraġġuża. Jidher dan bħala presunzjoni? Ta' min noqogħdu miegħu, dal-ħsieb, aktar milli nwarrbuh mill-ewwel. Fil-fatt huwa l-kuraġġ tal-intimità. Ilkoll rajnieh fir-relazzjonijiet umani: il-persuna li żżomm iċ-ċerimonji ma' xi ħadd magħruf, imma titkellem b'libertà ma' ħabib tal-viċin. Il-formalità żżomm id-distanza. L-imħabba tersaq fil-qrib.

Ir-ruħ li Alla ħabbha l-ewwel ma tersaqx lejh aktar bħal imputat jistenna s-sentenza, iżda bħal xi ħadd li diġà ntlaqa'. Xi ħadd li wasal, mhux xi ħadd li qed jagħmel applikazzjoni. Il-maestà ma tisparixxix; tidher bħala ħniena b'raġġi sħan aktar milli splendur kiesaħ. Il-kuraġġ mhuwiex presunzjoni. Hu t-tweġiba ta' xi ħadd li tassew sema' l-istedina u ħadha bis-serjetà.

Din mhijiex dispożizzjoni li noħolquha bil-qawwa tar-rieda tagħna. Timmatura bil-mod f'dawk li jkunu qattgħu żmien fil-preżenza ta' dik l-imħabba.

L-art soda ta' taħt il-maltemp

Ħafna minna tlabna waqt il-biża' u ħassejna t-talba terġa' lura vojta. Il-maltemp hu reali, il-kliem hu reali, u madankollu xi ħaġa fina tissuspetta li l-biża' ma ġietx tassew indirizzata – biss immaniġġjata għal ftit.

Hemm talba, qasira ħafna u mirbuħa b'tant tbatija, li ġejja minn waħda mara li kienet taf x'inhuma l-mard, l-oppożizzjoni istituzzjonali, in-nixfa spiritwali u responsabbiltà enormi. Hija ma offriethiex bħala slogan. Waslet għaliha permezz tal-esperjenza: *Tħalli xejn ibeżżgħek... Alla biss biżżejjed.*

Innota x'ma tgħidx, Tereża ta' Avila. Ma tgħidx li ma jeżisti xejn tal-biża'. Ma twiegħedx temp dejjem sabiħ. Dak li ssemmi hu art soda fonda taħt l-ajru mqalleb – post fir-ruħ li l-maltemp ma jistax jilħaq, għax tkun sabet ċentru aktar stabbli mill-allarm tagħha stess.

Din hija fidi bħala stabbiltà ġewwiena, mhux bħala wirja emozzjonali. Għadna bnedmin, għadna kapaċi nitriegħdu, għadna tassew milqutin minn dak li ġġib il-ħajja. Imma hemm differenza bejn ruħ li l-art l-aktar profonda tagħha hi l-biża', u ruħ li l-art l-aktar profonda tagħha hi s-suffiċjenza ta' Alla. Waħda tinġibed 'il ġewwa taħt il-pressjoni. L-oħra żżomm.

Dik iż-żamma li biha inżamm il qalb tiġi minn għajn lil hinn mir-rieda tagħna. Iżda min-naħa tagħna li naslu s'hemm x'aktarx ma tkunx ħaġa awtomatika. Teħtieġ prattika – għalkemm mhix prattika kkomplikata. Hija l-prattika li nerġgħu lura, darba wara oħra, lejn dak li hu l-aktar reali.

Qabel ma ħabbejt, kont diġà maħbub

Forsi l-aktar ħaġa rivoluzzjonarja bil-kwiet f'din is-silta tal-lum, 1 Ġwanni 4:18–19, hija kif tispiċċa. Aħna nħobbu għax hu ħabbna l-ewwel. Mhux: ipprova ħobb aktar, u Alla jwieġeb. Mhux: ħobb lil Alla biżżejjed, u l-biża' jitlaq. Id-direzzjoni tal-

L-imħabba tagħmlek kuraġġuż (paġna 5)

moviment tmur għal kollox bil-kontra.

Kien hemm mara fl-Ingilterra tas-seklu erbatax – mhux teologa, mhux figura istituzzjonali – li rċeviet sensiela ta' viżjonijiet waqt marda gravi, u qattgħet il-bqija ta' ħajjitha twila dawwarhom f'moħħha u f'qalbha. L-aktar konklużjoni magħrufa ta' Ġuljana ta' Norwich kienet ukoll l-aktar waħda sempliċi: *'Kienet l-imħabba, t-tifsira tiegħu'*. Mhux il-ġudizzju, mhux il-kastig, mhux id-diżappunt divin bil-falliment uman. Taħt kollox – taħt id-dnub, it-tbatija, it-taħwid u n-niket – baqgħet issib l-istess ħaġa: imħabba li qatt ma ħalliet il-qabda tagħha terħi.

Tgħidha ċar: qabel ma Alla ħalaqna, ħabbna. Qabel kull sforz, qabel kull kisba jew falliment, qabel ma konna nafu kif inwieġbu – l-imħabba kienet diġà hemm.

Dan mhux sentimentaliżmu. Hu qari mill-ġdid tar-realtà. Il-punt tat-tluq mhuwiex l-isforz tagħna lejn Alla, imma l-moviment ta' Alla lejna. Tifel jew tifla maħbuba tistrieħ mhux għax id-dinja hi sigura, imma għax taf li l-missier hu tajjeb. Il-fiduċja tikber minn dak l-għarfien qabel ma ssir temperament. M'għandniex għalfejn nipproduċu l-kuraġġ u n-nuqqas ta' biża'. Aħna mistiedna *nilqgħu r-relazzjoni* li tagħmel possibbli dak in-nuqqas ta' biża'.

Meta nibdew nifhmu dan, tinbidel xi ħaġa fil-mod kif nitolbu, fil-mod kif infallu, fil-mod kif nerġgħu nibdew. L-ubbidjenza tieqaf milli tinħass bħal servitù u tibda tinħass aktar bħal vjaġġ lura lejn id-dar. Il-qaddej imbeżża' jaġixxi biex jevita l-kastig. It-tifel maħbub jaġixxi mill-fiduċja, mill-gratitudni, minn sens ta' appartenenza, *belonging*, li jkun aktar fil-fond minn xi rwol li jista' jkun għażel.

Preżenza ta' xorta oħra

Il-biża' jgħid: *Irrid nipproteġi lili nnifsi minn Alla*.
L-imħabba tgħid: *Alla diġà mexa lejja*.

Il-biża' tistaqsi: *X'kastig ġej?*
L-imħabba tisma': *Ħabbejtek l-ewwel*.

Il-biża' ċċekken ir-ruħ. L-imħabba tagħtiha spazju biex nieħdu nifs.

Il-milja tal-imħabba li jiddeskrivi Ġwanni mhijiex xi kisba emozzjonali li trid tinfetaħ bħal serratura. Hija maturazzjoni bil-mod tal-fiduċja – ir-ruħ li bil-modilmod ma tibqax toqgħod quddiem Alla bħal waħda tistenna s-sentenza, u tibda tafdah u tistrieħ quddiemu bħal waħda li diġà hi miżmuma. Is-*centre of gravity,* jew il-fus, jinbidel bil-kwiet u maż-żmien, minn rwol li nagħmlu aħna għall-inizjattiva ta' Alla, mill-ansjetà reliġjuża għall-ħniena milqugħa.

Kif jaf li kieku, illum, ġġib din il-bidla ta' fiduċja (jew: 'fidi'!) fi ftit minuti ta' kwiet? Mhux teknika, mhux eżerċizzju – sempliċiment rieda li tħalli l-possibbiltà li l-imħabba kienet hemm qabel ma wasalt int, u ma ċċaqalqitx.

Hemmhekk it-talb jibda jinħass inqas bħal awditjar u aktar bħal ritorn lejn id-dar.

-o-

Iltaqa' ma' dawn il-persuni...

Wistin ta' Ippona (354–430) kien isqof mill-Afrika tat-Tramuntana u wieħed mill-aktar ħassieba influwenti fl-istorja Nisranija. Qabel il-konverżjoni tiegħu, Santu Wistin għex ħajja bla kwiet u mimlija tfittxija – mixja intellettwali u morali li aktar tard iddeskriva fil-ktieb 'Qrar' tiegħu, waħda mill-ewwel awtobijografiji spiritwali kbar. Il-prietki tiegħu fuq l-Ittri ta' Ġwanni jibqgħu fost l-aktar kitbiet Insara psikoloġikament għaqlin dwar l-imħabba u l-biża'.

Bernardu ta' Clairvaux (1090–1153) kien patri Franċiż u fundatur tal-monasteru Ċisterċensi ta' Clairvaux. Bniedem ta' enerġija straordinarja u spiritwalità mqanqla, kiteb b'mod estensiv fuq il-mixja tar-ruħ lejn Alla, b'mod partikulari fil-prietki tiegħu fuq l-Għanja tal-Għanjiet. It-trattat tiegħu 'Dwar l-

Imħabba ta' Alla' jibqa' klassiku tal-kitba mistika Nisranija.

Ġuljana ta' Norwich (madwar 1343 – wara l-1416) kienet ankoreta Ingliża – mara li kienet tgħix f'ċella żgħira mwaħħla ma' knisja f'Norwich – li rċeviet sensiela ta' sittax-il viżjoni, li sejħitilhom 'Rivelazzjonijiet', waqt marda kważi fatali fl-età ta' tletin sena. Qattgħet għexieren ta' snin tixtarrhom, u ħalliet warajha wieħed mill-aktar xogħlijiet imdawwla tal-mistika Nisranija li jeżistu fi kwalunkwe lingwa. L-aktar frażi magħrufa tagħha – *"Kollox ikun sewwa, u kollox ikun sewwa, u kull xorta ta' ħaġa tkun sewwa"* – ġejja minn viżjoni tal-imħabba divina li rrifjutat li tara d-dnub bħala dak li għandu l-aħħar kelma.

Tereża ta' Ávila (1515–1582) kienet soru Karmelitana Spanjola, riformatriċi u teologa mistika li saret l-ewwel mara ddikjarata Duttur tal-Knisja. Ix-xogħlijiet ewlenin tagħha, 'It-Triq tal-Perfezzjoni' u 'Il-Kastell Ġewwieni', ifasslu l-mixja tar-ruħ lejn l-għaqda ma' Alla b'ċarezza u onestà psikoloġika mhux tas-soltu. It-talba magħrufa tagħha– *"Tħalli xejn iħawdek, tħalli xejn ibeżżgħek... Alla biss, biżżejjed"* – instabet miktuba fil-brevjarju tagħha wara mewtha.

Matthew Henry (1662–1714) kien ministru Nonkonformista minn Wales, li l-'Kummentarju' tiegħu f'sitt volumi fuq il-Bibbja kollha sar wieħed mill-aktar kummentarji bibliċi użati u kkwotati fid-dinja ta' fejn jitkellmu bl-Ingliż. Simpatetiku, pastorali u profondament prattiku, il-kitba tiegħu sawret il-predikazzjoni Protestanta għal tliet sekli.

Alexander Maclaren (1826–1910) kien predikatur u espożitur Battista Skoċċiż, meqjus b'mod wiesa' bħala wieħed mill-aqwa predikaturi tal-era Vittorjana. It-tnejn u tletin volum tiegħu, 'Espożizzjonijiet tal-Iskrittura Mqaddsa', għadhom jinqraw sal-lum għaċ-ċarezza, s-sbuħija retorika u l-profondità spiritwali tagħhom.

-o-

“Tħalli xejn ibeżżgħek... Alla biss, biżżejjed.” *(L-art soda ta’ taħt il-maltemp, paġna 5)*

A Different Kind of Presence *(page 7)*