

## LA PREGHIERA

- Dice Romano Guardini: *"In generale l'uomo non prega volentieri. E' facile che egli provi, nel pregare, un senso di noia, un'imbarazzo, una ripugnanza, una ostilità addirittura. Qualunque altra cosa gli sembra più attraente e più importante. Dice di non aver tempo, di aver impegni urgenti, ma appena ha tralasciato di pregare, eccolo mettersi a fare le cose più inutili.*  
*L'uomo deve smettere di ingannare Dio e se stesso.*  
*E' molto meglio dire apertamente:*  
*"Non voglio pregare".* Ma è vero che la preghiera è solo noia?
- Il Papa
  - introducendo la catechesi sulla preghiera dice: *«Sappiamo bene, infatti, che la preghiera non va data per scontata: occorre imparare a pregare, quasi acquisendo sempre di nuovo quest'arte; anche coloro che sono molto avanzati nella vita spirituale sentono sempre il bisogno di mettersi alla scuola di Gesù per apprendere a pregare con autenticità»<sup>1</sup>.*
  - E, nella catechesi dell'11 maggio, afferma: *pregare è difficile. Infatti, la preghiera è il luogo per eccellenza della gratuità, della tensione verso l'Invisibile, l'Inatteso e l'Ineffabile. Perciò, l'esperienza della preghiera è per tutti una sfida, una "grazia" da invocare, un dono di Colui al quale ci rivolgiamo.*
- Il card. Martini<sup>2</sup> parla dell'uomo *come aperto al mistero, paradossale promontorio sporgente sull'Assoluto, essere eccentrico e insoddisfatto, che soltanto in una incondizionata dedizione all'imprevedibile piano di Dio trova le condizioni per realizzare la propria autenticità. Ma questo "di più" evangelico, questa tensione e vocazione dell'uomo a qualcosa che lo trascende, non richiedono forse, per essere capite e accolte, uno spazio di silenzio, un'attitudine contemplativa? Ma a ciò si oppone la molteplicità e l'urgenza delle incombenze quotidiane, che tendono a dividere l'uomo, a sommergerlo nelle preoccupazioni e a stordirlo con mille sensazioni diverse, così come le spine tendono a soffocare il germoglio (cfr. Lc 8, 14; 10, 40-42).* E il papa nell'udienza dell'11 maggio afferma: *L'uomo porta in sé una sete di infinito, una nostalgia di eternità, una ricerca di bellezza, un desiderio di amore, un bisogno di luce e di verità, che lo spingono verso l'Assoluto; l'uomo porta in sé il desiderio di Dio.*
- Sempre il Papa parlando della preghiera nelle altre culture, precedenti Cristo, afferma: *la vita umana senza la preghiera, che apre la nostra esistenza al mistero di Dio, diventa priva di senso e di riferimento. In ogni preghiera, infatti, si esprime sempre la verità della creatura umana, che da una parte sperimenta debolezza e indigenza, e perciò chiede aiuto al Cielo, e dall'altra è dotata di una straordinaria dignità, perché, preparandosi ad accogliere la Rivelazione divina, si scopre capace di entrare in comunione con Dio.... L'uomo di tutti i tempi prega perché non può fare a meno di chiedersi quale sia il senso della sua esistenza, che rimane oscuro e sconcertante, se non viene messo in rapporto con il mistero di Dio e del suo disegno sul mondo. La vita umana è un intreccio di bene e male, di sofferenza immeritata e di gioia e bellezza, che spontaneamente e irresistibilmente ci spinge a chie-*

<sup>1</sup> Benedetto XVI, udienza generale 4 maggio 2011

<sup>2</sup> La dimensione contemplativa della vita, lettera pastorale, Milano, 8 settembre 1980

*dere a Dio quella luce e quella forza interiori che ci soccorrano sulla terra e dischiudano una speranza che vada oltre i confini della morte. Le religioni pagane rimangono un'invocazione che dalla terra attende una parola dal Cielo... La Rivelazione, infatti, purifica e porta alla sua pienezza l'anelito originario dell'uomo a Dio, offrendogli, nella preghiera, la possibilità di un rapporto più profondo con il Padre celeste<sup>3</sup>.*

## LA CHIAMATA UNIVERSALE ALLA PREGHIERA

- a)** L'uomo è alla ricerca di Dio. Mediante la creazione Dio chiama ogni essere dal nulla all'esistenza. Coronato "di gloria e di splendore" (Sal 8,6 ), l'uomo, dopo gli angeli, è capace di riconoscere che il Nome del Signore "è grande. . . su tutta la terra" (Sal 8,2 ). Anche dopo aver perduto la somiglianza con Dio a causa del peccato, l'uomo rimane ad immagine del suo Creatore. Egli conserva il desiderio di colui che lo chiama all'esistenza. Tutte le religioni testimoniano questa essenziale ricerca da parte degli uomini [Cf At 17,27... *perché cercassero Dio, se mai arrivino a trovarlo andando come a tentoni, benché non sia lontano da ciascuno di noi. In lui infatti viviamo, ci muoviamo ed esistiamo, come anche alcuni dei vostri poeti hanno detto: Poiché di lui stirpe noi siamo*].
- b)** Dio, per primo, chiama l'uomo. Sia che l'uomo dimentichi il suo Creatore oppure si nasconda lontano dal suo Volto, sia che corra dietro ai propri idoli o accusi la divinità di averlo abbandonato, il Dio vivo e vero chiama incessantemente ogni persona al misterioso incontro della preghiera. Questo passo d'amore del Dio fedele viene sempre per primo nella preghiera; il passo dell'uomo è sempre una risposta. Man mano che Dio si rivela e rivela l'uomo a se stesso, la preghiera appare come un appello reciproco, un evento di Alleanza. Attraverso parole e atti, questo evento impegna il cuore. Si svela lungo tutta la storia della salvezza.

## NELL'ANTICO TESTAMENTO

La rivelazione della preghiera nell'Antico Testamento si iscrive tra la caduta e il riscatto dell'uomo, tra la domanda accorata di Dio ai suoi primi figli: "Dove sei?. . . Che hai fatto?" (Gen 3,9; Gen 3,13) e la risposta del Figlio unigenito al suo entrare nel mondo: "Ecco, io vengo. . . per fare, o Dio, la tua volontà" (Eb 10,5 - 7). La preghiera in tal modo è legata alla storia degli uomini, è la relazione a Dio nelle vicende della storia.

### 1) La creazione - sorgente della preghiera

E' a partire innanzitutto dalle realtà della creazione che vive la preghiera. I primi nove capitoli della Genesi descrivono questa relazione a Dio come offerta dei primogeniti del gregge da parte di Abele, [Cf Gen 4,4] come invocazione del Nome divino da parte di Enos, [Cf Gen 4,26] come cammino con Dio [Cf Gen 5,24 ]. L'offerta di Noè è gradita a Dio, che lo benedice - e, attraverso lui, benedice tutta la creazione [Cf Gen 8,20 - 9,17 ] - perché il suo cuore è giusto e integro: egli pure cammina con Dio [Cf Gen 6,9 *Noè era uomo giusto e integro tra i suoi contemporanei e camminava con Dio*]. Questa qualità della preghiera è vissuta da una moltitudine di giusti in tutte le religioni. Nella sua Alleanza indefet-

<sup>3</sup> 4 maggio

tibile con gli esseri viventi, [Cf Gen 9,8-16 ] Dio sempre chiama gli uomini a pregarlo. Ma è soprattutto a partire dal nostro padre Abramo che nell'Antico Testamento viene rivelata la preghiera.

## 2) La Promessa e la preghiera della fede

- a) Non appena Dio lo chiama, **Abramo** parte "come gli aveva ordinato il Signore" (Gen 12,4): il suo cuore è tutto "sottomesso alla Parola"; egli obbedisce. L'ascolto del cuore che si decide secondo Dio è essenziale alla preghiera: le parole sono relative rispetto ad esso. Ma la preghiera di Abramo si esprime innanzitutto con azioni: uomo del silenzio, ad ogni tappa costruisce un altare al Signore.
- b) Solo più tardi troviamo la sua prima preghiera in parole: un velato lamento che ricorda a Dio le sue promesse che non sembrano realizzarsi [Cf Gen 15,2 - 3 *Rispose Abram: "Mio Signore Dio, che mi darai? Io me ne vado senza figli e l'erede della mia casa è Eliezer di Damasco". Soggiunse Abram: "Ecco a me non hai dato discendenza e un mio domestico sarà mio erede"*]. Così, fin dall'inizio, appare uno degli aspetti del dramma della preghiera: la prova della fede nella fedeltà di Dio.
- c) Avendo creduto in Dio, [Cf Gen 15,6] camminando alla sua presenza e in alleanza con lui, [Cf Gen 17,1 - 2] il patriarca è pronto ad accogliere sotto la propria tenda l'Ospite misterioso: è la stupenda ospitalità di Mamre [Cf Gen 18,1 - 15]. Da quel momento, avendogli Dio confidato il proprio Disegno, il cuore di Abramo è in sintonia con la compassione del suo Signore per gli uomini, ed egli osa intercedere per loro con una confidenza audace [Cf Gen 18,16 - 33]. *"Per l'intercessione di Abramo, Sodoma potrà essere salva, se in essa si troveranno anche solamente dieci innocenti. È questa la potenza della preghiera. Perché attraverso l'intercessione, la preghiera a Dio per la salvezza degli altri, si manifesta e si esprime il desiderio di salvezza che Dio nutre sempre verso l'uomo peccatore. Il male, infatti, non può essere accettato, deve essere segnalato e distrutto attraverso la punizione: la distruzione di Sodoma aveva appunto questa funzione. Ma il Signore non vuole la morte del malvagio, ma che si converta e viva (cfr Ez 18,23; 33,11); il suo desiderio è sempre quello di perdonare, salvare, dare vita, trasformare il male in bene. Ebbene, è proprio questo desiderio divino che, nella preghiera, diventa desiderio dell'uomo e si esprime attraverso le parole dell'intercessione. Con la sua supplica, Abramo sta prestando la propria voce, ma anche il proprio cuore, alla volontà divina: il desiderio di Dio è misericordia, amore e volontà di salvezza, e questo desiderio di Dio ha trovato in Abramo e nella sua preghiera la possibilità di manifestarsi in modo concreto all'interno della storia degli uomini, per essere presente dove c'è bisogno di grazia... Cari fratelli e sorelle, la supplica di Abramo, nostro padre nella fede, ci insegna ad aprire sempre di più il cuore alla misericordia sovrabbondante di Dio, perché nella preghiera quotidiana sappiamo desiderare la salvezza dell'umanità e chiederla con perseveranza e con fiducia al Signore che è grande nell'amore<sup>4</sup>.*
- d) Quale ultima purificazione della sua fede, proprio a lui "che aveva ricevuto le promesse" (Eb 11,17) viene chiesto di sacrificare il figlio che Dio gli ha donato. La sua fede non vacilla: "Dio stesso provvederà l'agnello per l'olocausto" (Gen 22,8); "pen-

<sup>4</sup> BENEDETTO XVI, udienza del 18 MAGGIO 2011

sava infatti che Dio è capace di far risorgere anche dai morti” (Eb 11,19). Così il padre dei credenti è configurato al Padre che non risparmierebbe il proprio Figlio, ma lo darebbe per tutti noi [Cf Rm 8,32]. La preghiera restituisce all'uomo la somiglianza con Dio e lo rende partecipe della potenza dell'amore di Dio che salva la moltitudine [Cf Rm 4,16 - 21].

- e) Dio rinnova la propria Promessa a **Giacobbe**, l'antenato delle dodici tribù d'Israele [Cf Gen 28,10 - 22]. Prima di affrontare il fratello Esaù, Giacobbe lotta per l'intera notte con un misterioso personaggio, che si rifiuta di rivelargli il proprio nome, ma lo benedice prima di lasciarlo allo spuntar del sole. La tradizione spirituale della Chiesa ha visto in questo racconto il simbolo della preghiera come combattimento della fede e vittoria della perseveranza [Cf Gen 32,25 - 31; Lc 18,1 - 8].
- i) *La notte è il tempo favorevole per agire nel nascondimento, il tempo, dunque, migliore per Giacobbe, per entrare nel territorio del fratello senza essere visto e forse con l'illusione di prendere Esaù alla sprovvista. Ma è invece lui che viene sorpreso da un attacco imprevisto, per il quale non era preparato. Aveva usato la sua astuzia per tentare di sottrarsi a una situazione pericolosa, pensava di riuscire ad avere tutto sotto controllo, e invece si trova ora ad affrontare una lotta misteriosa che lo coglie nella solitudine e senza dargli la possibilità di organizzare una difesa adeguata. Inerme, nella notte, il Patriarca Giacobbe combatte con qualcuno. È questo personaggio ignoto che si presenta, che prende l'iniziativa, poco gradita.*
  - ii) *Il testo non specifica l'identità dell'aggressore; usa un termine ebraico che indica "un uomo" in modo generico, "uno, qualcuno"; si tratta, quindi, di una definizione vaga, indeterminata, che volutamente mantiene l'assalitore nel mistero. È buio, Giacobbe non riesce a vedere distintamente il suo contendente e anche per il lettore, per noi, esso rimane ignoto; qualcuno sta opponendosi al Patriarca, è questo l'unico dato certo fornito dal narratore. Solo alla fine, quando la lotta sarà ormai terminata e quel "qualcuno" sarà sparito, solo allora Giacobbe lo nominerà e potrà dire di aver lottato con Dio.*
  - iii) *L'episodio si svolge dunque nell'oscurità ed è difficile percepire non solo l'identità dell'assalitore di Giacobbe, ma anche quale sia l'andamento della lotta. Leggendo il brano, risulta difficoltoso stabilire chi dei due contendenti riesca ad avere la meglio; i verbi utilizzati sono spesso senza soggetto esplicito, e le azioni si svolgono in modo quasi contraddittorio, così che quando si pensa che sia uno dei due a prevalere, l'azione successiva subito smentisce e presenta l'altro come vincitore. All'inizio, infatti, Giacobbe sembra essere il più forte, e l'avversario – dice il testo – «non riusciva a vincerlo» (v. 26); eppure colpisce Giacobbe all'articolazione del femore, provocandone la slogatura. Si dovrebbe allora pensare che Giacobbe debba soccombere, ma invece è l'altro a chiedergli di lasciarlo andare; e il Patriarca rifiuta, ponendo una condizione: «Non ti lascerò, se non mi avrai benedetto» (v. 27). Colui che con l'inganno aveva defraudato il fratello della benedizione del primogenito, ora la pretende dallo sconosciuto, di cui forse comincia a intravedere i connotati divini, ma senza poterlo ancora veramente riconoscere.*
  - iv) *Il rivale, che sembra trattenuto e dunque sconfitto da Giacobbe, invece di piegarsi alla richiesta del Patriarca, gli chiede il nome: "Come ti chiami?". E il Patriarca ri-*

- sponde: "Giacobbe" (v. 28). Qui la lotta subisce una svolta importante. Conoscere il nome di qualcuno, infatti, implica una sorta di potere sulla persona, perché il nome, nella mentalità biblica, contiene la realtà più profonda dell'individuo, ne svela il segreto e il destino. Conoscere il nome vuol dire allora conoscere la verità dell'altro e questo consente di poterlo dominare. Quando dunque, alla richiesta dello sconosciuto, Giacobbe rivela il proprio nome, si sta mettendo nelle mani del suo oppositore, è una forma di resa, di consegna totale di sé all'altro.
- v) Ma in questo gesto di arrendersi anche Giacobbe paradossalmente risulta vincitore, perché riceve un nome nuovo, insieme al riconoscimento di vittoria da parte dell'avversario, che gli dice: «Non ti chiamerai più Giacobbe, ma Israele, perché hai combattuto con Dio e con gli uomini e hai vinto» (v. 29). "Giacobbe" era un nome che richiamava l'origine problematica del Patriarca; in ebraico, infatti, ricorda il termine "calcagno", e rimanda il lettore al momento della nascita di Giacobbe, quando, uscendo dal grembo materno, teneva con la mano il calcagno del fratello gemello (cfr Gen 25,26), quasi prefigurando lo scavalco ai danni del fratello che avrebbe consumato in età adulta; ma il nome Giacobbe richiama anche il verbo "ingannare, soppiantare". Ebbene, ora, nella lotta, il Patriarca rivela al suo oppositore, in un gesto di consegna e di resa, la propria realtà di ingannatore, di soppiantatore; ma l'altro, che è Dio, trasforma questa realtà negativa in positiva: Giacobbe l'ingannatore diventa Israele, gli viene dato un nome nuovo che segna una nuova identità. Ma anche qui, il racconto mantiene la sua voluta duplicità, perché il significato più probabile del nome Israele è "Dio è forte, Dio vince".
- vi) Dunque Giacobbe ha prevalso, ha vinto - è l'avversario stesso ad affermarlo - ma la sua nuova identità, ricevuta dallo stesso avversario, afferma e testimonia la vittoria di Dio. E quando Giacobbe chiederà a sua volta il nome al suo contendente, questi rifiuterà di dirlo, ma si rivelerà in un gesto inequivocabile, donando la benedizione. Quella benedizione che il Patriarca aveva chiesto all'inizio della lotta gli viene ora concessa. E non è la benedizione ghermita con inganno, ma quella gratuitamente donata da Dio, che Giacobbe può ricevere perché ormai solo, senza protezione, senza astuzie e raggiri, si consegna inerme, accetta di arrendersi e confessa la verità su se stesso. Così, al termine della lotta, ricevuta la benedizione, il Patriarca può finalmente riconoscere l'altro, il Dio della benedizione: «Davvero – disse – ho visto Dio faccia a faccia, eppure la mia vita è rimasta salva» (v. 31), e può ora attraversare il guado, portatore di un nome nuovo ma "vinto" da Dio e segnato per sempre, zoppicante per la ferita ricevuta....
- vii) Come affermato anche nel Catechismo della Chiesa Cattolica, «la tradizione spirituale della Chiesa ha visto in questo racconto il simbolo della preghiera come combattimento della fede e vittoria della perseveranza» (n. 2573). Il testo biblico ci parla della lunga notte della ricerca di Dio, della lotta per conoscerne il nome e vederne il volto; è la notte della preghiera che con tenacia e perseveranza chiede a Dio la benedizione e un nome nuovo, una nuova realtà frutto di conversione e di perdono.
- viii) La notte di Giacobbe al guado dello Yabboq diventa così per il credente un punto di riferimento per capire la relazione con Dio che nella preghiera trova la sua massima espressione. La preghiera richiede fiducia, vicinanza, quasi in un corpo a

corpo simbolico non con un Dio nemico, avversario, ma con un Signore benediciente che rimane sempre misterioso, che appare irraggiungibile. Per questo l'autore sacro utilizza il simbolo della lotta, che implica forza d'animo, perseveranza, tenacia nel raggiungere ciò che si desidera. E se l'oggetto del desiderio è il rapporto con Dio, la sua benedizione e il suo amore, allora la lotta non potrà che culminare nel dono di se stessi a Dio, nel riconoscere la propria debolezza, che vince proprio quando giunge a consegnarsi nelle mani misericordiose di Dio.

*Cari fratelli e sorelle, tutta la nostra vita è come questa lunga notte di lotta e di preghiera, da consumare nel desiderio e nella richiesta di una benedizione di Dio che non può essere strappata o vinta contando sulle nostre forze, ma deve essere ricevuta con umiltà da Lui, come dono gratuito che permette, infine, di riconoscere il volto del Signore. E quando questo avviene, tutta la nostra realtà cambia, riceviamo un nome nuovo e la benedizione di Dio. E ancora di più: Giacobbe, che riceve un nome nuovo, diventa Israele, dà un nome nuovo anche al luogo in cui ha lottato con Dio, lo ha pregato; lo rinomina Penuel, che significa "Volto di Dio". Con questo nome riconosce quel luogo colmo della presenza del Signore, rende sacra quella terra imprimendovi quasi la memoria di quel misterioso incontro con Dio. Colui che si lascia benedire da Dio, si abbandona a Lui, si lascia trasformare da Lui, rende benedetto il mondo. Che il Signore ci aiuti a combattere la buona battaglia della fede (cfr 1Tm 6,12; 2Tm 4,7) e a chiedere, nella nostra preghiera, la sua benedizione, perché ci rinnovi nell'attesa di vedere il suo Volto<sup>5</sup>.*

### 3) **Mosè** e la preghiera del mediatore.

- a) Quando incomincia a realizzarsi la Promessa (la Pasqua, l'Esodo, il dono della Legge e la stipulazione dell'Alleanza), la preghiera di Mosè è la toccante figura della preghiera di intercessione, che raggiungerà il pieno compimento nell'unico "Mediatore tra Dio e gli uomini, l'Uomo Cristo Gesù" (1 Tm 2,5).
- b) Anche qui l'iniziativa è di Dio. Egli chiama Mosè dal rovetto ardente [Cf Es 3,1 - 10]. Questo avvenimento rimarrà una delle figure fondamentali della preghiera nella tradizione spirituale ebraica e cristiana. In realtà, se "il Dio di Abramo, il Dio di Isacco, il Dio di Giacobbe" chiama il suo servo Mosè, è perché egli è il Dio Vivente che vuole la vita degli uomini. Egli si rivela per salvarli, ma non da solo, né loro malgrado: chiama Mosè per inviarlo, per associarlo alla sua compassione, alla sua opera di salvezza. C'è come un'implorazione divina in questa missione, e Mosè, dopo un lungo dibattito, adeguerà la sua volontà a quella del Dio Salvatore. Ma in quel dialogo in cui Dio si confida, Mosè impara anche a pregare: cerca di tirarsi indietro, muove obiezioni, soprattutto pone interrogativi, ed è in risposta alla sua domanda che il Signore gli confida il proprio Nome indicibile, che si rivelerà nelle sue grandi gesta.
- c) Ora, "il Signore parlava con Mosè faccia a faccia, come un uomo parla con un altro" (Es 33,11), con un suo amico. La preghiera di Mosè è tipica della preghiera contemplativa, grazie alla quale il servo di Dio è fedele alla propria missione. Mosè "s'intrattiene" spesso e a lungo con il Signore, salendo la montagna per ascoltarlo e implorarlo, discendendo verso il popolo per riferirgli le parole del suo Dio e guidarlo. "Egli è l'uomo di fiducia in tutta la mia casa. Bocca a bocca parlo con lui, in visione" (Nm

<sup>5</sup> BENEDETTO XVI, udienza del 18 maggio 2011

12,7 - 8); infatti "Mosè era molto più mansueto di ogni uomo che è sulla terra" (Nm 12,3).

- d) In questa intimità con il Dio fedele, lento all'ira e ricco di grazia, [Cf Es 34,6 ] Mosè ha attinto la forza e la tenacia della sua intercessione. Non prega per sé, ma per il popolo che Dio si è acquistato. Già durante il combattimento contro gli Amaleciti [Cf Es 17,8 - 13 ] o per ottenere la guarigione di Maria, [Cf Nm 12,13 - 14] Mosè intercede. Ma è soprattutto dopo l'apostasia del popolo che egli sta "sulla breccia" di fronte a Dio (Sal 106,23) per salvare il popolo [Cf Es 32,1 - 34,9 ]. Gli argomenti della sua preghiera (l'intercessione è anch'essa un misterioso combattimento) ispireranno l'audacia dei grandi oranti del popolo ebreo come della Chiesa: Dio è amore; dunque, è giusto e fedele; non può contraddirsi, deve ricordarsi delle sue meravigliose gesta; è in gioco la sua Gloria, non può abbandonare questo popolo che porta il suo Nome.

e) CATECHESI DEL PAPA.

i) Mosè uomo di preghiera. *Egli prega per il Faraone quando Dio, con le piaghe, tentava di convertire il cuore degli Egiziani (cfr Es 8-10); chiede al Signore la guarigione della sorella Maria colpita dalla lebbra (cfr Nm 12,9-13), intercede per il popolo che si era ribellato, impaurito dal resoconto degli esploratori (cfr Nm 14,1-19), prega quando il fuoco stava per divorare l'accampamento (cfr Nm 11,1-2) e quando serpenti velenosi facevano strage (cfr Nm 21,4-9); si rivolge al Signore e reagisce protestando quando il peso della sua missione si era fatto troppo pesante (cfr Nm 11,10-15); vede Dio e parla con Lui «faccia a faccia, come uno parla con il proprio amico» (cfr Es 24,9-17; 33,7-23; 34,1-10.28-35).*

ii) Il vitello d'oro.

(1) *Il popolo di Israele si trovava ai piedi del Sinai mentre Mosè, sul monte, attendeva il dono delle tavole della Legge, digiunando per quaranta giorni e quaranta notti (cfr Es 24,18; Dt 9,9). Il numero quaranta ha valore simbolico e significa la totalità dell'esperienza, mentre con il digiuno si indica che la vita viene da Dio, è Lui che la sostiene. L'atto del mangiare, infatti, implica l'assunzione del nutrimento che ci sostiene; perciò digiunare, rinunciando al cibo, acquista, in questo caso, un significato religioso: è un modo per indicare che non di solo pane vive l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca del Signore (cfr Dt 8,3). Digiunando, Mosè mostra di attendere il dono della Legge divina come fonte di vita: essa svela la volontà di Dio e nutre il cuore dell'uomo, facendolo entrare in un'alleanza con l'Altissimo, che è fonte della vita, è la vita stessa.*

(2) *Ma mentre il Signore, sul monte, dona a Mosè la Legge, ai piedi del monte il popolo la trasgredisce. Incapaci di resistere all'attesa e all'assenza del mediatore, gli Israeliti chiedono ad Aronne: «Fa' per noi un dio che cammini alla nostra testa, perché a Mosè, quell'uomo che ci ha fatto uscire dalla terra d'Egitto, non sappiamo che cosa sia accaduto» (Es 32,1). Stanco di un cammino con un Dio invisibile, ora che anche Mosè, il mediatore, è sparito, il popolo chiede una presenza tangibile, toccabile, del Signore, e trova nel vitello di metallo fuso fatto da Aronne, un dio reso accessibile, manovrabile, alla portata dell'uomo. È questa una tentazione costante nel cammino di fede: eludere il mistero divino costruendo un dio comprensibile, corrispondente ai propri*

*schemi, ai propri progetti. Quanto avviene al Sinai mostra tutta la stoltezza e l'illusoria vanità di questa pretesa perché, come ironicamente afferma il Salmo 106, «scambiarono la loro gloria con la figura di un toro che mangia erba» (Sal 106,20).*

- (3) *Perciò il Signore reagisce e ordina a Mosè di scendere dal monte, rivelandogli quanto il popolo stava facendo e terminando con queste parole: «Ora lascia che la mia ira si accenda contro di loro e li divori. Di te invece farò una grande nazione» (Es 32,10). Come con Abramo a proposito di Sodoma e Gomorra, anche ora Dio svela a Mosè che cosa intende fare, quasi non volesse agire senza il suo consenso (cfr Am 3,7). Dice: «lascia che si accenda la mia ira». In realtà, questo «lascia che si accenda la mia ira» è detto proprio perché Mosè intervenga e Gli chieda di non farlo, rivelando così che il desiderio di Dio è sempre di salvezza. Come per le due città dei tempi di Abramo, la punizione e la distruzione, in cui si esprime l'ira di Dio come rifiuto del male, indicano la gravità del peccato commesso; allo stesso tempo, la richiesta dell'intercessore intende manifestare la volontà di perdono del Signore. Questa è la salvezza di Dio, che implica misericordia, ma insieme anche denuncia della verità del peccato, del male che esiste, così che il peccatore, riconosciuto e rifiutato il proprio male, possa lasciarsi perdonare e trasformare da Dio. La preghiera di intercessione rende così operante, dentro la realtà corrotta dell'uomo peccatore, la misericordia divina, che trova voce nella supplica dell'orante e si fa presente attraverso di lui lì dove c'è bisogno di salvezza.*
- (4) *La supplica di Mosè è tutta incentrata sulla fedeltà e la grazia del Signore. Egli si riferisce dapprima alla storia di redenzione che Dio ha iniziato con l'uscita d'Israele dall'Egitto, per poi fare memoria dell'antica promessa data ai Padri.*
- (a) *Il Signore ha operato salvezza liberando il suo popolo dalla schiavitù egiziana; perché allora – chiede Mosè – «gli Egiziani dovranno dire: "Con malizia li ha fatti uscire, per farli perire tra le montagne e farli sparire dalla faccia della terra"?» (Es 32,12). L'opera di salvezza iniziata deve essere completata; se Dio facesse perire il suo popolo, ciò potrebbe essere interpretato come il segno di un'incapacità divina di portare a compimento il progetto di salvezza. Dio non può permettere questo: Egli è il Signore buono che salva, il garante della vita, è il Dio di misericordia e perdono, di liberazione dal peccato che uccide. E così Mosè fa appello a Dio, alla vita interiore di Dio contro la sentenza esteriore. Ma allora, argomenta Mosè con il Signore, se i suoi eletti periscono, anche se sono colpevoli, Egli potrebbe apparire incapace di vincere il peccato. E questo non si può accettare. Mosè ha fatto esperienza concreta del Dio di salvezza, è stato inviato come mediatore della liberazione divina e ora, con la sua preghiera, si fa interprete di una doppia inquietudine, preoccupato per la sorte del suo popolo, ma insieme anche preoccupato per l'onore che si deve al Signore, per la verità del suo nome. L'intercessore infatti vuole che il popolo di Israele sia salvo, perché è il gregge che gli è stato affidato, ma anche perché in quella salvezza si manifesti la vera realtà di Dio. Amore dei fratelli e amore di Dio si compenetrano nella preghiera di intercessione, sono inscindibili. Mosè,*



l'intercessore, è l'uomo teso tra due amori, che nella preghiera si sovrappongono in un unico desiderio di bene.

(b) Poi, Mosè si appella alla fedeltà di Dio, rammentandogli le sue promesse: «Ricordati di Abramo, di Isacco, di Israele, tuoi servi, ai quali hai giurato per te stesso e hai detto: "Renderò la vostra posterità numerosa come le stelle del cielo, e tutta questa terra, di cui ho parlato, la darò ai tuoi discendenti e la possederanno per sempre"» (Es 32,13). Mosè fa memoria della storia fondatrice delle origini, dei Padri del popolo e della loro elezione, totalmente gratuita, in cui Dio solo aveva avuto l'iniziativa. Non a motivo dei loro meriti, essi avevano ricevuto la promessa, ma per la libera scelta di Dio e del suo amore (cfr Dt 10,15). E ora, Mosè chiede che il Signore continui nella fedeltà la sua storia di elezione e di salvezza, perdonando il suo popolo.

(c) L'intercessore non accampa scuse per il peccato della sua gente, non elenca presunti meriti né del popolo né suoi, ma si appella alla gratuità di Dio: un Dio libero, totalmente amore, che non cessa di cercare chi si è allontanato, che resta sempre fedele a se stesso e offre al peccatore la possibilità di tornare a Lui e di diventare, con il perdono, giusto e capace di fedeltà. Mosè chiede a Dio di mostrarsi più forte anche del peccato e della morte, e con la sua preghiera provoca questo rivelarsi divino. Mediatore di vita, l'intercessore solidarizza con il popolo; desideroso solo della salvezza che Dio stesso desidera, egli rinuncia alla prospettiva di diventare un nuovo popolo gradito al Signore. La frase che Dio gli aveva rivolto, «di te invece farò una grande nazione», non è neppure presa in considerazione dall'"amico" di Dio, che invece è pronto ad assumere su di sé non solo la colpa della sua gente, ma tutte le sue conseguenze. Quando, dopo la distruzione del vitello d'oro, tornerà sul monte per chiedere di nuovo la salvezza per Israele, dirà al Signore: «E ora, se tu perdonassi il loro peccato! Altrimenti, cancellami dal tuo libro che hai scritto» (v. 32). Con la preghiera, desiderando il desiderio di Dio, l'intercessore entra sempre più profondamente nella conoscenza del Signore e della sua misericordia e diventa capace di un amore che giunge fino al dono totale di sé.

iii) In Mosè, che sta sulla cima del monte faccia a faccia con Dio e si fa intercessore per il suo popolo e offre se stesso - «cancellami» -, i Padri della Chiesa hanno visto una prefigurazione di Cristo, che sull'alta cima della croce realmente sta davanti a Dio, non solo come amico ma come Figlio. E non solo si offre - «cancellami» -, ma con il suo cuore trafitto si fa cancellare, diventa, come dice san Paolo stesso, peccato, porta su di sé i nostri peccati per rendere salvi noi; la sua intercessione è non solo solidarietà, ma identificazione con noi: porta tutti noi nel suo corpo. E così tutta la sua esistenza di uomo e di Figlio è grido al cuore di Dio, è perdono, ma perdono che trasforma e rinnova. Penso che dobbiamo meditare questa realtà. Cristo sta davanti al volto di Dio e prega per me. La sua preghiera sulla Croce è contemporanea a tutti gli uomini, contemporanea a me: Egli prega per me, ha sofferto e soffre per me, si è identificato con me prendendo il nostro corpo e l'anima umana. E ci invita a entrare in questa sua identità, facendoci un

*corpo, uno spirito con Lui, perché dall'alta cima della Croce Egli ha portato non nuove leggi, tavole di pietra, ma ha portato se stesso, il suo corpo e il suo sangue, come nuova alleanza. Così ci fa consanguinei con Lui, un corpo con Lui, identificati con Lui. Ci invita a entrare in questa identificazione, a essere uniti con Lui nel nostro desiderio di essere un corpo, uno spirito con Lui. Preghiamo il Signore perché questa identificazione ci trasformi, ci rinnovi, perché il perdono è rinnovamento, è trasformazione.*

*Vorrei concludere questa catechesi con le parole dell'apostolo Paolo ai cristiani di Roma: «Chi muoverà accuse contro coloro che Dio ha scelto? Dio è colui che giustifica. Chi condannerà? Cristo Gesù è morto, anzi è risorto, sta alla destra di Dio e intercede per noi. Chi ci separerà dall'amore di Cristo? [...] né morte né vita, né angeli né principati [...] né alcun'altra creatura potrà mai separarci dall'amore di Dio, che è in Cristo Gesù, nostro Signore» (Rm 8,33-35.38.39).*

#### 4) **Davide** e la preghiera del re

- a) La preghiera del popolo di Dio si sviluppa all'ombra della Dimora di Dio, cioè dell'Arca dell'Alleanza e più tardi del Tempio. Sono innanzitutto le guide del popolo i pastori e i profeti che gli insegneranno a pregare. Il fanciullo **Samuele** ha dovuto apprendere dalla propria madre Anna come "stare davanti al Signore" [Cf 1Sam 1,9 - 18] e dal sacerdote Eli come ascoltare la Parola di Dio: "Parla, Signore, perché il tuo servo ti ascolta" (1Sam 3,9 - 10). Più tardi, anch'egli conoscerà il prezzo e il peso dell'intercessione: "Quanto a me, non sia mai che io pecchi contro il Signore, tralasciando di supplicare per voi e di indicarvi la via buona e retta" (1Sam 12,23).
- b) **Davide** è per eccellenza il re "secondo il cuore di Dio", il pastore che prega per il suo popolo e in suo nome, colui la cui sottomissione alla volontà di Dio, la lode, il pentimento saranno modello di preghiera per il popolo. Unto di Dio, la sua preghiera è fedele adesione alla Promessa divina, [Cf 2Sam 7,18 - 29 *Allora il re Davide andò a presentarsi al Signore e disse: "Chi sono io, Signore Dio, e che cos'è mai la mia casa, perché tu mi abbia fatto arrivare fino a questo punto? E questo è parso ancora poca cosa ai tuoi occhi, mio Signore: tu hai parlato anche della casa del tuo servo per un lontano avvenire: e questa è come legge dell'uomo, Signore Dio! Che potrebbe dirti di più Davide? Tu conosci il tuo servo, Signore Dio! Per amore della tua parola e secondo il tuo cuore, hai compiuto tutte queste grandi cose, manifestandole al tuo servo. Tu sei davvero grande Signore Dio! Nessuno è come te e non vi è altro Dio fuori di te, proprio come abbiamo udito con i nostri orecchi. E chi è come il tuo popolo, come Israele, unica nazione sulla terra che Dio è venuto a riscattare come popolo per sé e a dargli un nome? In suo favore hai operato cose grandi e tremende, per il tuo paese, per il tuo popolo che ti sei riscattato dall'Egitto, dai popoli e dagli dei. Tu hai stabilito il tuo popolo Israele per essere tuo popolo per sempre; tu, Signore, sei divenuto il suo Dio. Ora, Signore, la parola che hai pronunciata riguardo al tuo servo e alla sua casa, confermalà per sempre e fa' come hai detto. Allora il tuo nome sarà magnificato per sempre così: Il Signore degli eserciti è il Dio d'Israele! La casa del tuo servo Davide sia dunque stabile davanti a te! Poiché tu, Signore degli eserciti, Dio d'Israele, hai fatto una rivelazione al tuo servo e gli hai detto: Io ti edificherò una ca-*

*sa! perciò il tuo servo ha trovato l'ardire di rivolgergli questa preghiera. Ora, Signore, tu sei Dio, le tue parole sono verità e hai promesso questo bene al tuo servo. Dègnati dunque di benedire ora la casa del tuo servo, perché sussista sempre dinanzi a te! Poiché tu, Signore, hai parlato e per la tua benedizione la casa del tuo servo sarà benedetta per sempre!"] fiducia colma di amore e di gioia in colui che è il solo Re e Signore. Nei Salmi, Davide, ispirato dallo Spirito Santo, è il primo profeta della preghiera ebraica e cristiana. La preghiera di Cristo, vero Messia e figlio di Davide, rivelerà e compirà il senso di questa preghiera.*

##### 5) **I profeti** e la conversione del cuore

Il Tempio doveva essere per il popolo di Dio il luogo dell'educazione alla preghiera: i pellegrinaggi, le feste, i sacrifici, l'offerta della sera, l'incenso, i pani della "proposizione", tutti questi segni della Santità e della Gloria del Dio, Altissimo e Vicinissimo, erano appelli e cammini della preghiera. Il ritualismo spesso però trascinava il popolo verso un culto troppo esteriore. Era necessaria l'educazione della fede, la conversione del cuore. Questa fu la missione dei profeti, prima e dopo l'Esilio.

a) **La preghiera di Elia** (scontro con i sacerdoti di Baal)<sup>6</sup>: 1 Re, 18, 36 -37: Elia e disse: "Signore, Dio di Abramo, di Isacco e di Giacobbe, oggi si sappia che tu sei Dio in Israele e che io sono tuo servo e che ho fatto tutte queste cose per tuo comando. Rispondimi, Signore, rispondimi e questo popolo sappia che tu sei il Signore Dio e che converti il loro cuore!". *Che cosa dice a noi questa storia del passato? Qual è il presente di questa storia?*

- i) *Innanzitutto è in questione la priorità del primo comandamento: adorare solo Dio. Dove scompare Dio, l'uomo cade nella schiavitù di idolatrie, come hanno mostrato, nel nostro tempo, i regimi totalitari e come mostrano anche diverse forme del nichilismo, che rendono l'uomo dipendente da idoli, da idolatrie; lo schiavizzano.*
- ii) *Secondo. Lo scopo primario della preghiera è la conversione: il fuoco di Dio che trasforma il nostro cuore e ci fa capaci di vedere Dio e così di vivere secondo Dio e di vivere per l'altro.*
- iii) *E il terzo punto. I Padri ci dicono che anche questa storia di un profeta è profetica, se - dicono - è ombra del futuro, del futuro Cristo; è un passo nel cammino verso Cristo. E ci dicono che qui vediamo il vero fuoco di Dio: l'amore che guida il Signore fino alla croce, fino al dono totale di sé. La vera adorazione di Dio, allora, è dare se stesso a Dio e agli uomini, la vera adorazione è l'amore. E la vera adorazione di Dio non distrugge, ma rinnova, trasforma. Certo, il fuoco di Dio, il fuoco dell'amore brucia, trasforma, purifica, ma proprio così non distrugge, bensì crea la verità del nostro essere, ricrea il nostro cuore. E così, realmente vivi per la grazia del fuoco dello Spirito Santo, dell'amore di Dio, siamo adoratori in spirito e in verità.*

b) Stando "da solo a solo con Dio" i profeti attingono luce e forza per la loro missione. La loro preghiera non è una fuga dal mondo infedele, ma un ascolto della Parola di Dio, talora un dibattito o un lamento, sempre un'intercessione che attende e prepara l'intervento del Dio salvatore, Signore della storia [Cf

<sup>6</sup> Benedetto XVI, catechesi del 15 giugno 2011

- Am 7,2 *Quando quelle (le cavallette) stavano per finire di divorare l'erba della regione, io dissi: "Signore Dio, perdona, come potrà resistere Giacobbe? È tanto piccolo"; Am 7,5;*
- Is 6,5 *E dissi: "Ohimè! Io sono perduto, perché un uomo dalle labbra impure io sono e in mezzo a un popolo dalle labbra impure io abito; eppure i miei occhi hanno visto il re, il Signore degli eserciti"; Is 6,11;*
- Ger 1,6 *Risposi: "Ahimè, Signore Dio, ecco io non so parlare, perché sono giovane";*
- Ger 15,15-18 *Tu lo sai, Signore, ricordati di me e aiutami, vendicati per me dei miei persecutori. Nella tua clemenza non lasciarmi perire, sappi che io sopporto insulti per te. Quando le tue parole mi vennero incontro, le divorai con avidità; la tua parola fu la gioia e la letizia del mio cuore, perché io portavo il tuo nome, Signore, Dio degli eserciti. Non mi sono seduto per divertirmi nelle brigate di buontemponi, ma spinto dalla tua mano sedevo solitario, poiché mi avevi riempito di sdegno. Perché il mio dolore è senza fine e la mia piaga incurabile non vuol guarire? Tu sei diventato per me un torrente infido, dalle acque incostanti.;*
- Ger 20,7-18 *Mi hai sedotto, Signore, e io mi sono lasciato sedurre; mi hai fatto forza e hai prevalso. Sono diventato oggetto di scherno ogni giorno; ognuno si fa beffe di me. parlo, devo gridare, devo proclamare: "Violenza! Oppressione!". Così la parola del Signore è diventata per me motivo di obbrobrio e di scherno ogni giorno. Mi dicevo: "Non penserò più a lui, non parlerò più in suo nome!". Ma nel mio cuore c'era come un fuoco ardente, chiuso nelle mie ossa; mi sforzavo di contenerlo, ma non potevo. Sentivo le insinuazioni di molti: "Terrore all'intorno! Denunciatelo e lo denunceremo". Tutti i miei amici spiavano la mia caduta: "Forse si lascerà trarre in inganno, così noi prevarremo su di lui, ci prenderemo la nostra vendetta". Ma il Signore è al mio fianco come un prode valoroso, per questo i miei persecutori cadranno e non potranno prevalere; saranno molto confusi perché non riusciranno, la loro vergogna sarà eterna e incancellabile. Signore degli eserciti, che provi il giusto e scruti il cuore e la mente, possa io vedere la tua vendetta su di essi; poiché a te ho affidato la mia causa! Cantate inni al Signore, lodate il Signore, perché ha liberato la vita del povero dalle mani dei malfattori. Maledetto il giorno in cui nacqui; il giorno in cui mia madre mi diede alla luce non sia mai benedetto. Maledetto l'uomo che portò la notizia a mio padre, dicendo: "Ti è nato un figlio maschio", colmandolo di gioia. Quell'uomo sia come le città che il Signore ha demolito senza compassione. Ascolti grida al mattino e rumori di guerra a mezzogiorno, perché non mi fece morire nel grembo materno; mia madre sarebbe stata la mia tomba e il suo grembo gravido per sempre. Perché mai sono uscito dal seno materno per vedere tormenti e dolore e per finire i miei giorni nella vergogna?].*

## 6) **I Salmi**, preghiera dell'Assemblea

- a) Dopo Davide, fino alla venuta del Messia, i Libri Sacri contengono testi di preghiera che testimoniano come si sia fatta sempre più profonda la preghiera per se stessi e per gli altri [Cf Esdra 9,6 - 15<sup>7</sup>; Neemia 1,4-11<sup>8</sup>; Tobia 3,11-16<sup>9</sup>; Giuditta 9,2-14 ].

<sup>7</sup> "Mio Dio, sono confuso, ho vergogna di alzare, Dio mio, la faccia verso di te, poiché le nostre colpe si sono moltiplicate fin sopra la nostra testa; la nostra colpevolezza è aumentata fino al cielo. Dai giorni dei nostri padri fino ad oggi noi siamo stati molto colpevoli e per le nostre colpe, noi, i nostri re e i nostri sacerdoti, siamo stati dati nelle mani dei re stranieri;

- b) I salmi sono stati a poco a poco riuniti in una raccolta di cinque libri: i Salmi (o "Lodi"), capolavoro della preghiera nell'Antico Testamento. I Salmi nutrono ed esprimono la preghiera del Popolo di Dio come Assemblea, in occasione delle solenni feste a Gerusalemme e ogni sabato nelle sinagoghe. Questa preghiera è insieme personale e comunitaria; riguarda coloro che pregano e tutti gli uomini; sale dalla Terra santa e dalle comunità della Diaspora, ma abbraccia l'intera creazione; ricorda gli eventi salvifici del passato e si estende fino al compimento della storia; fa memoria delle promesse di Dio già realizzate ed attende il Messia che le compirà definitivamente. Pregati e attuati in pienezza in Cristo, i Salmi restano essenziali per la preghiera della sua Chiesa
- c) Il Salterio è il libro in cui la Parola di Dio diventa preghiera dell'uomo. Nel Salterio le parole del salmista esprimono, cantandole per Dio, le sue opere salvifiche. Il medesimo Spirito ispira l'opera di Dio e la risposta dell'uomo. Cristo unirà l'una e l'altra. In lui, i Salmi non cessano di insegnarci a pregare. *Poiché sono Parola di Dio, chi prega i Salmi parla a Dio con le parole stesse che Dio ci ha donato, si rivolge a Lui con le parole che Egli stesso ci dona. Così, pregando i Salmi si impara a pregare. Sono una scuola della preghiera.*

---

*siamo stati consegnati alla spada, alla prigionia, alla rapina, all'insulto fino ad oggi. Ora, da poco, il nostro Dio ci ha fatto una grazia: ha liberato un resto di noi, dandoci un asilo nel suo luogo santo, e così il nostro Dio ha fatto brillare i nostri occhi e ci ha dato un pò di sollievo nella nostra schiavitù. Perché noi siamo schiavi; ma nella nostra schiavitù il nostro Dio non ci ha abbandonati: ci ha resi graditi ai re di Persia; ci ha fatti rivivere, perché rialzassimo la casa del nostro Dio e restaurassimo le sue rovine e ci ha concesso di avere un riparo in Giuda e in Gerusalemme. Ma ora, che dire, Dio nostro, dopo questo? Poiché abbiamo abbandonato i tuoi comandi che tu avevi dato per mezzo dei tuoi servi, i profeti, dicendo: Il paese di cui voi andate a prendere il possesso è un paese immondo, per l'immondezza dei popoli indigeni, per le nefandezze di cui l'hanno colmato da un capo all'altro con le loro impurità. Per questo non dovete dare le vostre figlie ai loro figli, né prendere le loro figlie per i vostri figli; non dovrete mai contribuire alla loro prosperità e al loro benessere, così diventerete forti voi e potrete mangiare i beni del paese e lasciare un'eredità ai vostri figli per sempre. Dopo ciò che è venuto su di noi a causa delle nostre cattive azioni e per la nostra grande colpevolezza, benché tu, Dio nostro, ci abbia punito meno di quanto meritavano le nostre colpe e ci abbia concesso di formare questo gruppo di superstiti, potremmo forse noi tornare a violare i tuoi comandi e a imparentarci con questi popoli abominevoli? Non ti adireresti contro di noi fino a sterminarci, senza lasciare resto né superstiti? Signore, Dio di Israele, per la tua bontà è rimasto di noi oggi un gruppo di superstiti: eccoci davanti a te con la nostra colpevolezza. Ma a causa di essa non possiamo resistere alla tua presenza!"*

<sup>8</sup> *Udite queste parole, mi sedetti e piansi; feci lutto per parecchi giorni, digiunando e pregando davanti al Dio del cielo. E dissi: "Signore, Dio del cielo, Dio grande e tremendo, che mantieni l'alleanza e la misericordia con quelli che ti amano e osservano i tuoi comandi, siano i tuoi orecchi attenti, i tuoi occhi aperti per ascoltare la preghiera del tuo servo; io prego ora davanti a te giorno e notte per gli Israeliti, tuoi servi, confessando i peccati, che noi Israeliti abbiamo commesso contro di te; anch'io e la casa di mio padre abbiamo peccato. Ci siamo comportati male con te e non abbiamo osservato i comandi, le leggi e le decisioni che tu hai dato a Mosè tuo servo. Ricordati della parola che hai affidato a Mosè tuo servo: Se sarete infedeli, io vi disperderò fra i popoli; ma se tornerete a me e osserverete i miei comandi e li eseguirete, anche se i vostri esiliati si trovassero all'estremità dell'orizzonte, io di là li raccoglierò e li ricondurrò al luogo che ho scelto per farvi dimorare il mio nome. Ora questi sono tuoi servi e tuo popolo; tu li hai redenti con grande potenza e con mano forte. Signore, siano i tuoi orecchi attenti alla preghiera del tuo servo e alla preghiera dei tuoi servi, che desiderano temere il tuo nome; concedi oggi buon successo al tuo servo e fagli trovare benevolenza davanti a questo uomo".*

<sup>9</sup> *"Benedetto sei tu, Dio misericordioso, e benedetto è il tuo nome nei secoli. Ti benedicano tutte le tue opere per sempre. Ora a te alzo la faccia e gli occhi. Dì che io sia tolta dalla terra, perché non abbia a sentire più insulti. Tu sai, Signore, che sono pura da ogni disonestà con uomo e che non ho disonorato il mio nome, né quello di mio padre nella terra dell'esilio. Io sono l'unica figlia di mio padre. Egli non ha altri figli che possano ereditare, né un fratello vicino, né un parente, per il quale io possa serbarmi come sposa. già sette mariti ho perduto: perché dovrei vivere ancora? Se tu non vuoi che io muoia, guardami con benevolenza: che io non senta più insulti".*

*Qualcosa di analogo avviene quando il bambino inizia a parlare, impara cioè ad esprimere le proprie sensazioni, emozioni, necessità con parole che non gli appartengono in modo innato, ma che egli apprende dai suoi genitori e da coloro che vivono intorno a lui. Ciò che il bambino vuole esprimere è il suo proprio vissuto, ma il mezzo espressivo è di altri; ed egli piano piano se ne appropria, le parole ricevute dai genitori diventano le sue parole e attraverso quelle parole impara anche un modo di pensare e di sentire, accede ad un intero mondo di concetti, e in esso cresce, si relaziona con la realtà, con gli uomini e con Dio. La lingua dei suoi genitori è infine diventata la sua lingua, egli parla con parole ricevute da altri che sono ormai divenute le sue parole. Così avviene con la preghiera dei Salmi. Essi ci sono donati perché noi impariamo a rivolgerci a Dio, a comunicare con Lui, a parlarGli di noi con le sue parole, a trovare un linguaggio per l'incontro con Dio. E, attraverso quelle parole, sarà possibile anche conoscere ed accogliere i criteri del suo agire, avvicinarsi al mistero dei suoi pensieri e delle sue vie (cfr Is 55,8-9), così da crescere sempre più nella fede e nell'amore. Come le nostre parole non sono solo parole, ma ci insegnano un mondo reale e concettuale, così anche queste preghiere ci insegnano il cuore di Dio, per cui non solo possiamo parlare con Dio, ma possiamo imparare chi è Dio e, imparando come parlare con Lui, impariamo l'essere uomo, l'essere noi stessi.<sup>10</sup>*

- i) Le espressioni multiformi della preghiera dei Salmi nascono ad un tempo nella liturgia del Tempio e nel cuore dell'uomo. Si tratti di un inno, di una preghiera di una lamentazione o di rendimento di grazie, di una supplica individuale o comunitaria, di un canto regale o di pellegrinaggio, di una meditazione sapienziale, i Salmi sono lo specchio delle meraviglie di Dio nella storia del suo popolo e delle situazioni umane vissute dal salmista.
- ii) Nei Salmi si scorgono dei tratti costanti: la semplicità e la spontaneità della preghiera; il desiderio di Dio stesso attraverso e con tutto ciò che nella creazione è buono; la situazione penosa del credente il quale, nel suo amore preferenziale per il Signore, è esposto a una folla di nemici e di tentazioni; e, nell'attesa di ciò che farà il Dio fedele, la certezza del suo amore e la consegna alla sua volontà. *Insegnandoci a pregare, i Salmi ci insegnano che anche nella desolazione, anche nel dolore, la presenza di Dio rimane, è fonte di meraviglia e di consolazione; si può piangere, supplicare, intercedere, lamentarsi, ma nella consapevolezza che stiamo camminando verso la luce, dove la lode potrà essere definitiva. Come ci insegna il Salmo 36: «È in Te la sorgente della vita, alla tua luce vedremo la luce» (Sal 36,10).*
- iii) La preghiera dei Salmi è sempre animata dalla lode ed è per questo che il titolo della raccolta si addice pienamente a ciò che essa ci consegna: "Le Lodi". Composta per il culto dell'Assemblea, ci fa giungere l'invito alla preghiera e ne canta la risposta: "Hallelou-Ya!" (Alleluia), "Lodate il Signore!".
- d) Dalla catechesi del Papa del 22 giugno 2011: *Nonostante questa molteplicità espressiva, possono essere identificati due grandi ambiti che sintetizzano la preghiera del Salterio: la supplica, connessa al lamento, e la lode, due dimensioni correlate e quasi inscindibili. Perché la supplica è animata dalla certezza che Dio risponderà, e questo apre alla lode e al rendimento di grazie; e la lode e il ringraziamento scaturiscono*

<sup>10</sup> Catechesi di Benedetto XVI, 22 giugno 2011

*dall'esperienza di una salvezza ricevuta, che suppone un bisogno di aiuto che la supplica esprime.*

- i) Nella supplica, l'orante si lamenta e descrive la sua situazione di angoscia, di pericolo, di desolazione, oppure, come nei Salmi penitenziali, confessa la colpa, il peccato, chiedendo di essere perdonato. Egli espone al Signore il suo stato di bisogno nella fiducia di essere ascoltato, e questo implica un riconoscimento di Dio come buono, desideroso del bene e "amante della vita" (cfr Sap 11,26), pronto ad aiutare, salvare, perdonare. Così, ad esempio, prega il Salmista nel Salmo 31: «In te, Signore, mi sono rifugiato, mai sarò deluso [...] Scioglimi dal laccio che mi hanno teso, perché sei tu la mia difesa» (vv. 2.5). Già nel lamento, dunque, può emergere qualcosa della lode, che si preannuncia nella speranza dell'intervento divino e si fa poi esplicita quando la salvezza divina diventa realtà.*
- ii) In modo analogo, nei Salmi di ringraziamento e di lode, facendo memoria del dono ricevuto o contemplando la grandezza della misericordia di Dio, si riconosce anche la propria piccolezza e la necessità di essere salvati, che è alla base della supplica. Si confessa così a Dio la propria condizione creaturale inevitabilmente segnata dalla morte, eppure portatrice di un desiderio radicale di vita. Perciò il Salmista esclama, nel Salmo 86: «Ti loderò, Signore, mio Dio, con tutto il cuore e darò gloria al tuo nome per sempre, perché grande con me è la tua misericordia: hai liberato la mia vita dal profondo degli inferi» (vv. 12-13). In tal modo, nella preghiera dei Salmi, supplica e lode si intrecciano e si fondono in un unico canto che celebra la grazia eterna del Signore che si china sulla nostra fragilità.*

## **GESÙ PREGA**

Da Gesù possiamo imparare a pregare. *E' in Gesù, infatti, che l'uomo diventa capace di accostarsi a Dio con la profondità e l'intimità del rapporto di paternità e di figliolanza. Insieme ai primi discepoli, con umile confidenza ci rivolgiamo allora al Maestro e Gli chiediamo: "Signore, insegnaci a pregare" (Lc 11,1)... Riceviamo la prima lezione dal Signore attraverso il Suo esempio. I Vangeli ci descrivono Gesù in dialogo intimo e costante con il Padre: è una comunione profonda di colui che è venuto nel mondo non per fare la sua volontà, ma quella del Padre che lo ha inviato per la salvezza dell'uomo<sup>11</sup>.*

La preghiera di Gesù è uno dei misteri più profondi che ci siano stati rivelati e rivelati solo fino a un certo punto, appunto perché misteriosi. Gesù, il Figlio di Dio incarnato, chi può pregare se non il Padre? Il rapporto di Gesù orante con suo Padre è altrettanto per noi nascosto come è nascosta la sua generazione divina come Verbo del Padre e la sua generazione nel tempo come figlio di Maria. Viene dal Padre e al Padre ritorna, e già ritorna pregando lungo i 33 anni della sua vita terrena.

La storia umana dell'uomo-Dio è indicata dal Catechismo della Chiesa Cattolica con le parole:

- 1) "Il Figlio di Dio divenuto figlio della Vergine ha imparato a pregare secondo il suo cuore di uomo.

<sup>11</sup> Benedetto XVI, udienza 4 maggio 2011

- a) Egli apprende le formule di preghiera da sua Madre, che serbava e meditava nel suo cuore tutte le "grandi cose" fatte dall'Onnipotente [Cf. Lc 1,49; Lc 2,19; Lc 2,51].
  - b) Egli prega nelle parole e nei ritmi della preghiera del suo popolo, nella sinagoga di Nazaret e al Tempio.
  - c) Ma la sua preghiera sgorga da una sorgente ben più segreta, come lascia presagire già all'età di dodici anni: "Io devo occuparmi delle cose del Padre mio" (Lc 2,49). Qui comincia a rivelarsi la novità della preghiera nella pienezza dei tempi: la preghiera filiale, che il Padre aspettava dai suoi figli, viene finalmente vissuta dallo stesso Figlio unigenito nella sua Umanità, con e per gli uomini.
- 2) Gesù si ritira spesso in disparte, nella solitudine, sulla montagna, generalmente di notte, per pregare
- a) [Cf Mc 1,35 *Al mattino si alzò quando ancora era buio e, uscito di casa, si ritirò in un luogo deserto e là pregava.*; Mc 6,46 *Appena li ebbe congedati, salì sul monte a pregare*; Lc 5,15 - 16 *La sua fama si diffondeva ancor più; folle numerose venivano per ascoltarlo e farsi guarire dalle loro infermità. Ma Gesù si ritirava in luoghi solitari a pregare*].
  - b) Egli porta gli uomini nella sua preghiera, poiché egli ha pienamente assunto l'umanità nella sua Incarnazione, e li offre al Padre offrendo se stesso. Egli, il Verbo che "si è fatto carne", nella sua preghiera umana partecipa a tutto ciò che vivono i "suoi fratelli" (Eb 2,12 ); compatisce le loro infermità per liberarli da esse [Cf Eb 2,11 – 17 *per questo non si vergogna di chiamarli fratelli, dicendo: Annunzierò il tuo nome ai miei fratelli, in mezzo all'assemblea canterò le tue lodi; e ancora: Io metterò la mia fiducia in lui; e inoltre: Eccoci, io e i figli che Dio mi ha dato. Poiché dunque i figli hanno in comune il sangue e la carne, anch'egli ne è divenuto partecipe, per ridurre all'impotenza mediante la morte colui che della morte ha il potere, cioè il diavolo, e liberare così quelli che per timore della morte erano soggetti a schiavitù per tutta la vita. Egli infatti non si prende cura degli angeli, ma della stirpe di Abramo si prende cura. Perciò doveva rendersi in tutto simile ai fratelli, per diventare un sommo sacerdote misericordioso e fedele nelle cose che riguardano Dio, allo scopo di espiare i peccati del popolo*; Eb 4,15 *Infatti non abbiamo un sommo sacerdote che non sappia compatire le nostre infermità, essendo stato lui stesso provato in ogni cosa, a somiglianza di noi, escluso il peccato* ]. Proprio per questo il Padre l'ha mandato. Le sue parole e le sue azioni appaiono allora come la manifestazione visibile della sua preghiera "nel segreto".
- 3) Il Vangelo secondo san Luca sottolinea l'azione dello Spirito Santo e il senso della preghiera nel ministero di Cristo.
- a) Gesù prega prima dei momenti decisivi della sua missione: prima che il Padre gli renda testimonianza, al momento del suo Battesimo [Cf. Lc. 3,21 ] e della Trasfigurazione, [Cf. Lc. 9,28 ] e prima di realizzare, mediante la sua Passione, il Disegno di amore del Padre [Cf. Lc 22,41 - 44].
  - b) Egli prega anche prima dei momenti decisivi che danno inizio alla missione dei suoi Apostoli: prima di scegliere e chiamare i Dodici, [Cf Lc 6,12 ] prima che Pietro lo confessi come "il Cristo di Dio" [Cf Lc 9,18 - 20 ] e affinché la fede del capo degli Apostoli non venga meno nella tentazione [Cf Lc 22,32 ]. La preghiera di Gesù prima delle azioni salvifiche che il Padre gli chiede di compiere, è un'adesione umile e fiduciosa della sua volontà umana alla volontà piena d'amore del Padre.



- c) "Un giorno Gesù si trovava in un luogo a pregare e, quando ebbe finito, uno dei discepoli gli disse: "Signore, insegnaci a pregare"" (Lc 11,1 ). E' contemplando il suo Maestro orante che nel discepolo di Cristo nasce il desiderio di pregare. Può allora impararlo dal Maestro della preghiera. E' contemplando ed ascoltando il Figlio che i figli apprendono a pregare il Padre.
- 4) Gli studiosi più seri del Nuovo Testamento sono concordi nel dire che il fatto più sconcertante e più inedito riguardante in generale il rapporto Gesù-Dio ed in particolare la sua preghiera, era che Egli quando pregava chiamava Dio «ABBÀ». Egli si rivolge a Dio chiamandolo col nome con cui il bambino si rivolgeva in casa a suo Padre
- 5) Gli evangelisti hanno riportato in modo esplicito due preghiere pronunciate da Gesù durante il suo ministero. Ognuna comincia con il rendimento di grazie.
- a) Nella prima, [Cf Mt 11,25 - 27 e Lc 10,21 - 22 In quello stesso istante Gesù esultò nello Spirito Santo e disse: *"Io ti rendo lode, Padre, Signore del cielo e della terra, che hai nascosto queste cose ai dotti e ai sapienti e le hai rivelate ai piccoli. Sì, Padre, perché così a te è piaciuto. Ogni cosa mi è stata affidata dal Padre mio e nessuno sa chi è il Figlio se non il Padre, né chi è il Padre se non il Figlio e colui al quale il Figlio lo voglia rivelare"*] Gesù confessa il Padre, lo riconosce e lo benedice perché ha nascosto i misteri del Regno a coloro che si credono dotti e lo ha rivelato ai "piccoli" (i poveri delle Beatitudini). Il suo trasalire "Sì, Padre!" esprime la profondità del suo cuore, la sua adesione al beneplacito del Padre, come eco al "Fiat" di sua Madre al momento del suo concepimento e come preludio a quello che egli dirà al Padre durante la sua agonia. Tutta la preghiera di Gesù è in questa amorosa adesione del suo cuore di uomo al "mistero della. . . volontà" del Padre (Ef 1,9).
- b) La seconda preghiera è riferita da san Giovanni [Cf Gv 11,41 - 42 *"Padre, ti ringrazio che mi hai ascoltato. Io sapevo che sempre mi dai ascolto, ma l'ho detto per la gente che mi sta attorno, perché credano che tu mi hai mandato"*] prima della risurrezione di Lazzaro. L'azione di grazie precede l'evento: "Padre, ti ringrazio che mi hai ascoltato", il che implica che il Padre ascolta sempre la sua supplica; e Gesù subito aggiunge: "Io sapevo che sempre mi dai ascolto", il che implica che Gesù, dal canto suo, domanda in modo costante. Così, introdotta dal rendimento di grazie, la preghiera di Gesù ci rivela come chiedere: prima che il dono venga concesso, Gesù aderisce a colui che dona e che nei suoi doni dona se stesso. Il Donatore è più prezioso del dono accordato; è il "Tesoro", ed il cuore del Figlio suo è in lui; il dono viene concesso "in aggiunta" [Cf Mt 6,21; Mt 6,33].
- 6) Quando giunge l'Ora in cui porta a compimento il Disegno di amore del Padre, Gesù lascia intravedere l'insondabile profondità della sua preghiera filiale, non soltanto prima di consegnarsi volontariamente (Padre, ... non... la mia, ma la tua volontà": Lc 22,42), ma anche nelle ultime sue parole sulla croce, là dove pregare e donarsi si identificano: "Padre, perdonali, perché non sanno quello che fanno" (Lc 23,34); "In verità ti dico, oggi sarai con me in Paradiso" (Lc 23,43); "Donna, ecco il tuo figlio" "Ecco la tua Madre" (Gv 19,26 - 27); "Ho sete!" ( Gv 19,28); "Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?" (Mc 15,34); [Cf Sal 22,2] "Tutto è compiuto!" (Gv 19,30); "Padre, nelle tue mani consegno il mio spirito" ( Lc 23,46), fino a quel "forte grido" con il quale muore, rendendo lo spirito [Cf Mc 15,37; Gv 19,30 b]. Tutte le angosce dell'umanità di ogni tempo, schiava del peccato e della morte, tutte le implorazioni e le intercessioni della storia della salvezza confluiscono

in questo Grido del Verbo incarnato. Ed ecco che il Padre le accoglie e, al di là di ogni speranza, le esaudisce risuscitando il Figlio suo. Così si compie e si consuma l'evento della preghiera nell'Economia della creazione e della salvezza. Il Salterio ce ne offre la chiave in Cristo. E' nell'Oggi della Risurrezione che il Padre dice: "Tu sei mio Figlio, io oggi ti ho generato. Chiedi a me, ti darò in possesso le genti e in dominio i confini della terra!" (Sal 2,7 - 8) [Cf At 13,33].

- 7) La Lettera agli Ebrei esprime in termini drammatici come la preghiera di Gesù operi la vittoria della salvezza: "Nei giorni della sua vita terrena egli offrì preghiere e suppliche con forti grida e lacrime a colui che poteva liberarlo da morte e fu esaudito per la sua pietà; pur essendo Figlio, imparò tuttavia l'obbedienza dalle cose che patì e, reso perfetto, divenne causa di salvezza eterna per tutti coloro che gli obbediscono" (Eb 5,7 - 9).
- a) "la preghiera di Gesù opera la vittoria della salvezza". Gesù salva pregando. Tutta la sua vita, la morte e la risurrezione, sono insieme preghiera e salvezza, sono salvezza perché preghiera.
  - b) "Gesù offrì preghiere e suppliche, con forti grida e lacrime" quale invocazione al Padre, quale partecipazione al dolore di una umanità decaduta, che era quella di cui si era assunto il peso. Il grido interiore di Cristo è stato sicuramente vivissimo e saliva non solo come parola ma come desiderio e aspirazione ad una vita umana secondo il progetto divino per l'uomo. Gesù ha pianto, ha sudato e faticato, ha avuto necessità umane non sempre soddisfatte, si è scontrato con la durezza dei cuori altrui, persino quelle dei propri amici, gli apostoli. Che cosa era tutto ciò nel suo profondo e nelle esperienze vissute se non morte? La morte quotidiana che sarebbe poi giunta alla morte cruenta sul Calvario.
  - c) Ebbene le preghiere e le suppliche salivano a Colui che poteva liberarlo dalla morte, da tutto ciò che era ed è morte dell'uomo. Gesù per di più aveva consapevolezza che suo Padre poteva liberarlo da quella morte, aveva questa certezza e coltivava nella preghiera il suo Sì al Padre buono di cui era venuto a compiere la volontà. L'autore e perfezionatore della nostra fede così viveva il suo abbandono filiale a quel Padre che giorno per giorno pareva sordo al suo grido e alle sue lacrime. La fede di Cristo si manifesta nella sicurezza, nel solido e umanissimo rapporto col Padre, fino alla fine, fino alla preghiera dell'orto degli Ulivi.
  - d) Ciò che ci meravaglia e anche può turbarci è che qui la Lettera agli Ebrei, la parola di Dio, la Rivelazione, ci dice, ci rassicura che tale preghiera fu esaudita. Gesù è stato effettivamente esaudito. Il Padre lo ha liberato dalla morte, facendo sì che il suo figlio amato la subisse. La morte rimaneva, come è, distruzione della vita nel corpo, ma cessava di essere ultima esperienza e destino finale dell'uomo e quindi di conseguenza di tutta l'umanità. La morte è stata la vittoria di Cristo sulla stessa morte. Gesù ha imparato e cioè ha vissuto pian piano fino in fondo l'obbedienza filiale al Padre. È giunto all'obbedienza perfetta.
  - e) Anche noi impariamo che cosa sia l'obbedienza filiale fidandoci del Padre. Non perché Lui ci evita la morte e tutto quanto è compreso in questo termine, né perché ci nasconde la realtà della nostra vita e in qualche maniera ci inganna. La vittoria sul male, la vera forza di vita, consiste nel portare il peso del male nell'obbedienza e, in questo modo, nel distruggere il male in noi stessi. Questa è l'obbedienza che Cristo obbedien-

te al Padre vuole da loro e da noi. Solo così Lui è causa di salvezza eterna e noi in questo modo siamo obbedienti, noi cantiamo per la vittoria della nostra salvezza.

## GESÙ INSEGNA A PREGARE

1) Quando Gesù prega, già ci insegna a pregare. Il cammino della nostra preghiera è la sua preghiera al Padre. Ma il Vangelo ci offre un esplicito insegnamento di Gesù sulla preghiera. Come un pedagogo, egli ci prende là dove siamo e, progressivamente, ci conduce al Padre.

a) Fin dal Discorso della montagna, Gesù insiste sulla conversione del cuore: la riconciliazione con il fratello prima di presentare un'offerta sull'altare, [Cf Mt 5,23 - 24<sup>12</sup>] l'amore per i nemici e la preghiera per i persecutori, [Cf Mt 5,44-45<sup>13</sup>] la preghiera al Padre "nel segreto" (Mt 6,6<sup>14</sup>), senza sprecare molte parole, [Cf Mt 6,7<sup>15</sup>] il perdono dal profondo del cuore nella preghiera, [Cf Mt 6,14-15<sup>16</sup>] la purezza del cuore e la ricerca del Regno [Cf Mt 6,21 *Perché là dov'è il tuo tesoro, sarà anche il tuo cuore*; Mt 6,25 *Per ciò vi dico: per la vostra vita non affannatevi di quello che mangerete o berrete, e neanche per il vostro corpo, di quello che indosserete; la vita forse non vale più del cibo e il corpo più del vestito?; Mt 6,33 *Cercate prima il regno di Dio e la sua giustizia, e tutte queste cose vi saranno date in aggiunta*]. Tale conversione è tutta orientata al Padre: è filiale.*

b) *«Tu invece, quando vuoi pregare, entra in camera tua e chiudi la porta. Poi prega Dio, presente anche in quel luogo nascosto. E Dio, tuo Padre, che vede anche ciò che è nascosto, ti darà la ricompensa» (Mt 6,5).*

La preghiera è l'atteggiamento di chi si mette sotto lo sguardo di Dio, e non degli esseri umani. Di questo è fatta la preghiera: dunque, proprio in questo va custodita.

Essa è destinata a far crescere l'esperienza dello sguardo del Padre rivolto a noi. Questo non significa che non debba esistere una preghiera «pubblica». Anche Gesù non ha pregato soltanto «nella sua stanza».

Ma *lo stile* che contraddistingue la preghiera cristiana è esattamente quello che nasce dalla fondamentale esperienza della *contemplazione dello sguardo di Dio rivolto su di noi*.

c) Il cuore, deciso così a convertirsi, apprende a pregare nella fede. La fede è un'adesione filiale a Dio, al di là di ciò che sentiamo e comprendiamo. E' diventata possibile per-

<sup>12</sup> *Se dunque presenti la tua offerta sull'altare e lì ti ricordi che tuo fratello ha qualche cosa contro di te, lascia lì il tuo dono davanti all'altare e va prima a riconciliarti con il tuo fratello e poi torna ad offrire il tuo dono*

<sup>13</sup> *ma io vi dico: amate i vostri nemici e pregate per i vostri persecutori, perché siate figli del Padre vostro celeste, che fa sorgere il suo sole sopra i malvagi e sopra i buoni, e fa piovere sopra i giusti e sopra gli ingiusti.*

<sup>14</sup> *Tu invece, quando preghi, entra nella tua camera e, chiusa la porta, prega il Padre tuo nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.*

<sup>15</sup> *Pregando poi, non sprecate parole come i pagani, i quali credono di venire ascoltati a forza di parole*

<sup>16</sup> *Se voi infatti perdonerete agli uomini le loro colpe, il Padre vostro celeste perdonerà anche a voi; ma se voi non perdonerete agli uomini, neppure il Padre vostro perdonerà le vostre colpe*

ché il Figlio diletto ci apre l'accesso al Padre. Egli può chiederci di "cercare" e di "bussare", perché egli stesso è la porta e il cammino [Cf Mt 7,7-11<sup>17</sup>; Mt 7,13-14<sup>18</sup>].

- d) Come Gesù prega il Padre e rende grazie prima di ricevere i suoi doni, così egli ci insegna questa audacia filiale: "Tutto quello che domandate nella preghiera, abbiate fede di averlo ottenuto" (Mc 11,24). Tale è la forza della preghiera: "Tutto è possibile per chi crede" (Mc 9,23), con una fede che non dubita [Cf Mt 21,21].
- e) La preghiera di fede non consiste soltanto nel dire: "Signore, Signore", ma nel disporre il cuore a fare la volontà del Padre (Mt 7,21<sup>19</sup>). Gesù esorta i suoi discepoli a portare nella preghiera questa passione di collaborare al Disegno divino [Cf Mt 9,38<sup>20</sup>; Lc 10,2; Gv 4,34<sup>21</sup>].
- f) In Gesù "il Regno di Dio è molto vicino"; esso chiama alla conversione e alla fede, ma anche alla vigilanza. Nella preghiera, il discepolo veglia attento a colui che È e che Viene, nella memoria della sua prima Venuta nell'umiltà della carne e nella speranza del suo secondo Avvento nella Gloria [Cf Mc 13; Lc 21,34-36<sup>22</sup>]. La preghiera dei discepoli, in comunione con il loro Maestro, è un combattimento, ed è vegliando nella preghiera che non si entra in tentazione [Cf Lc 22,40<sup>23</sup>; Lc 22,46<sup>24</sup>].
- 2) Tre parabole sulla preghiera di particolare importanza ci sono tramandate da san Luca:
- a) La prima, "l'amico importuno", [Cf Lc 11,5-13<sup>25</sup>] esorta ad una preghiera fatta con insistenza: "Bussate e vi sarà aperto". A colui che prega così, il Padre del cielo "darà tutto ciò di cui ha bisogno", e principalmente lo Spirito Santo che contiene tutti i doni.

<sup>17</sup> Chiedete e vi sarà dato; cercate e troverete; bussate e vi sarà aperto; perché chiunque chiede riceve, e chi cerca trova e a chi bussa sarà aperto. Chi tra di voi al figlio che gli chiede un pane darà una pietra? O se gli chiede un pesce, darà una serpe? Se voi dunque che siete cattivi sapete dare cose buone ai vostri figli, quanto più il Padre vostro che è nei cieli darà cose buone a quelli che glielo domandano!

<sup>18</sup> Entrate per la porta stretta, perché larga è la porta e spaziosa la via che conduce alla perdizione, e molti sono quelli che entrano per essa; quanto stretta invece è la porta e angusta la via che conduce alla vita, e quanto pochi sono quelli che la trovano!

<sup>19</sup> Non chiunque mi dice: Signore, Signore, entrerà nel regno dei cieli, ma colui che fa la volontà del Padre mio che è nei cieli.

<sup>20</sup> Pregate dunque il padrone della messe che mandi operai nella sua messe

<sup>21</sup> Gesù disse loro: "Mio cibo è fare la volontà di colui che mi ha mandato e compiere la sua opera

<sup>22</sup> State bene attenti che i vostri cuori non si appesantiscano in dissipazioni, ubriachezze e affanni della vita e che quel giorno non vi piombi addosso improvviso; come un laccio esso si abatterà sopra tutti coloro che abitano sulla faccia di tutta la terra. Vegliate e pregate in ogni momento, perché abbiate la forza di sfuggire a tutto ciò che deve accadere, e di comparire davanti al Figlio dell'uomo

<sup>23</sup> Giunto sul luogo, disse loro: "Pregate, per non entrare in tentazione".

<sup>24</sup> E disse loro: "Perché dormite? Alzatevi e pregate, per non entrare in tentazione".

<sup>25</sup> Poi aggiunse: "Se uno di voi ha un amico e va da lui a mezzanotte a dirgli: Amico, prestami tre pani, perché è giunto da me un amico da un viaggio e non ho nulla da mettergli davanti; e se quegli dall'interno gli risponde: Non m'importunare, la porta è già chiusa e i miei bambini sono a letto con me, non posso alzarmi per darteli; vi dico che, se anche non si alzerà a darglieli per amicizia, si alzerà a dargliene quanti gliene occorrono almeno per la sua insistenza. Ebbene io vi dico: Chiedete e vi sarà dato, cercate e troverete, bussate e vi sarà aperto. Perché chi chiede ottiene, chi cerca trova, e a chi bussa sarà aperto. Quale padre tra voi, se il figlio gli chiede un pane, gli darà una pietra? O se gli chiede un pesce, gli darà al po-

- b) La seconda, "la vedova importuna", [Cf Lc 18,1-8<sup>26</sup>] è centrata su una delle qualità della preghiera: si deve pregare sempre, senza stancarsi, con la pazienza della fede. "Ma il Figlio dell'uomo, quando verrà, troverà la fede sulla terra?".
- c) La terza parabola, "il fariseo e il pubblicano", [Cf Lc 18,9-14<sup>27</sup>] riguarda l'umiltà del cuore che prega: "O Dio, abbi pietà di me, peccatore". La Chiesa non cessa di fare questa preghiera: "Kyrie eleison!".
- 3) Nei discorsi di addio, Gesù confida apertamente ai suoi discepoli il mistero della preghiera al Padre, svela ad essi quale dovrà essere la loro preghiera, e la nostra, allorché egli, nella sua Umanità glorificata, sarà tornato presso il Padre. La novità, attualmente, è di chiedere nel suo Nome [Cf Gv 14,13<sup>28</sup>].
- a) La fede in lui introduce i discepoli nella conoscenza del Padre, perché Gesù è "la Via, la Verità e la Vita" (Gv 14,6).
- b) La fede porta il suo frutto nell'amore: osservare la sua Parola, i suoi comandamenti, dimorare con lui nel Padre, che in lui ci ama fino a prendere dimora in noi. In questa nuova Alleanza, la certezza di essere esauditi nelle nostre suppliche è fondata sulla preghiera di Gesù [Cf Gv 14,13-14<sup>29</sup>].
- c) Ancor più, quando la nostra preghiera è unita a quella di Gesù, il Padre ci dà l'"altro Consolatore perché rimanga" con noi "per sempre, lo Spirito di verità" (Gv 14,16-18<sup>30</sup>). Questa novità della preghiera e delle sue condizioni appare attraverso il Discorso di addio [Cf Gv 14,23-26<sup>31</sup>; Gv 15,7<sup>32</sup>; Gv 16,13-15; Gv 16,23-27<sup>33</sup>]. Nello Spirito Santo,

*sto del pesce una serpe? O se gli chiede un uovo, gli darà uno scorpione? Se dunque voi, che siete cattivi, sapete dare cose buone ai vostri figli, quanto più il Padre vostro celeste darà lo Spirito Santo a coloro che glielo chiedono!"*

<sup>26</sup> *Disse loro una parabola sulla necessità di pregare sempre, senza stancarsi: "C'era in una città un giudice, che non temeva Dio e non aveva riguardo per nessuno. In quella città c'era anche una vedova, che andava da lui e gli diceva: Fammi giustizia contro il mio avversario. Per un certo tempo egli non volle; ma poi disse tra sé: Anche se non temo Dio e non ho rispetto di nessuno, poiché questa vedova è così molesta le farò giustizia, perché non venga continuamente a importunarmi". E il Signore soggiunse: "Avete udito ciò che dice il giudice disonesto. E Dio non farà giustizia ai suoi eletti che gridano giorno e notte verso di lui, e li farà a lungo aspettare? Vi dico che farà loro giustizia prontamente. Ma il Figlio dell'uomo, quando verrà, troverà la fede sulla terra?".*

<sup>27</sup> *Disse ancora questa parabola per alcuni che presumevano di esser giusti e disprezzavano gli altri: "Due uomini salirono al tempio a pregare: uno era fariseo e l'altro pubblicano. Il fariseo, stando in piedi, pregava così tra sé: O Dio, ti ringrazio che non sono come gli altri uomini, ladri, ingiusti, adulteri, e neppure come questo pubblicano. Digiuno due volte la settimana e pago le decime di quanto possiedo. Il pubblicano invece, fermatosi a distanza, non osava nemmeno alzare gli occhi al cielo, ma si batteva il petto dicendo: O Dio, abbi pietà di me peccatore. Io vi dico: questi tornò a casa sua giustificato, a differenza dell'altro, perché chi si esalta sarà umiliato e chi si umilia sarà esaltato"*

<sup>28</sup> *Qualunque cosa chiederete nel nome mio, la farò, perché il Padre sia glorificato nel Figlio*

<sup>29</sup> *Qualunque cosa chiederete nel nome mio, la farò, perché il Padre sia glorificato nel Figlio. Se mi chiederete qualche cosa nel mio nome, io la farò.*

<sup>30</sup> *Io pregherò il Padre ed egli vi darà un altro Consolatore perché rimanga con voi per sempre, lo Spirito di verità che il mondo non può ricevere, perché non lo vede e non lo conosce. Voi lo conoscete, perché egli dimora presso di voi e sarà in voi. Non vi lascerò orfani, ritornerò da voi*

<sup>31</sup> *Gli rispose Gesù: "Se uno mi ama, osserverà la mia parola e il Padre mio lo amerà e noi verremo a lui e prenderemo dimora presso di lui. Chi non mi ama non osserva le mie parole; la parola che voi ascoltate non è mia, ma del Padre che mi ha mandato. Queste cose vi ho detto quando ero ancora tra voi. Ma il Consolatore, lo Spirito Santo che il Padre manderà nel mio nome, egli vi insegnerà ogni cosa e vi ricorderà tutto ciò che io vi ho detto.*

<sup>32</sup> *Se rimanete in me e le mie parole rimangono in voi, chiedete quel che volete e vi sarà dato*

la preghiera cristiana è comunione di amore con il Padre, non solamente per mezzo di Cristo, ma anche in lui: "Finora non avete chiesto nulla nel mio nome. Chiedete e otterrete, perché la vostra gioia sia piena" (Gv 16,24 ).

## LA PREGHIERA DELLA VERGINE MARIA

Prima dell'Incarnazione del Figlio di Dio e prima dell'effusione dello Spirito Santo, la sua preghiera coopera in una maniera unica al Disegno benevolo del Padre: al momento dell'Annunciazione per il concepimento di Cristo, [Cf Lc 1,38] e in attesa della Pentecoste per la formazione della Chiesa, Corpo di Cristo [Cf At 1,14]. Nella fede della sua umile serva il Dono di Dio trova l'accoglienza che fin dall'inizio dei tempi aspettava. Coi che l'Onnipotente ha fatto "piena di grazia", risponde con l'offerta di tutto il proprio essere: "Eccomi, sono la serva del Signore, avvenga di me quello che hai detto". Fiat, è la preghiera cristiana: essere interamente per lui, dal momento che egli è interamente per noi.

Il Vangelo ci rivela come Maria preghi e interceda nella fede: a Cana [Cf Gv 2,1-12] la Madre di Gesù prega il Figlio suo per le necessità di un banchetto di nozze, segno di un altro Banchetto, quello delle nozze dell'Agnello che, alla richiesta della Chiesa, sua Sposa, offre il proprio Corpo e il proprio Sangue. Ed è nell'ora della Nuova Alleanza, ai piedi della croce, [Cf Gv 19,25-27 ] che Maria viene esaudita come la Donna, la nuova Eva, la vera "madre dei viventi".

E' per questo che il cantico di Maria [Cf Lc 1,46-55<sup>34</sup>] rappresenta ad un tempo il cantico della Madre di Dio e quello della Chiesa, cantico della Figlia di Sion e del nuovo Popolo di Dio, cantico di ringraziamento per la pienezza di grazie elargite nell'Economia della salvezza, cantico dei "poveri", la cui speranza si realizza mediante il compimento delle Promesse fatte "ai nostri padri, ad Abramo e alla sua discendenza per sempre".

---

*33 In verità, in verità vi dico: Se chiederete qualche cosa al Padre nel mio nome, egli ve la darà. Finora non avete chiesto nulla nel mio nome. Chiedete e otterrete, perché la vostra gioia sia piena. Queste cose vi ho dette in similitudini; ma verrà l'ora in cui non vi parlerò più in similitudini, ma apertamente vi parlerò del Padre. In quel giorno chiederete nel mio nome e io non vi dico che pregherò il Padre per voi: il Padre stesso vi ama, poiché voi mi avete amato, e avete creduto che io sono venuto da Dio.*

<sup>34</sup> Allora Maria disse:

*"L'anima mia magnifica il Signore  
e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore, perché ha guardato l'umiltà della sua serva.  
D'ora in poi tutte le generazioni mi chiameranno beata. Grandi cose ha fatto in me l'Onnipotente  
e Santo è il suo nome: di generazione in generazione la sua misericordia  
si stende su quelli che lo temono. Ha spiegato la potenza del suo braccio,  
ha disperso i superbi nei pensieri del loro cuore; ha rovesciato i potenti dai troni,  
ha innalzato gli umili; ha ricolmato di beni gli affamati,  
ha rimandato a mani vuote i ricchi. Ha soccorso Israele, suo servo,  
ricordandosi della sua misericordia, come aveva promesso ai nostri padri,  
ad Abramo e alla sua discendenza,  
per sempre".*

## TEMPO DELLA CHIESA:

Le preghiere sono anzitutto quelle che i fedeli ascoltano e leggono nelle Scritture. Lo Spirito Santo suscita nuove formulazioni. Le forme della preghiera, come sono presenti nelle Scritture, rimarranno normative per la preghiera cristiana.

- a) La benedizione è incontro di Dio con l'uomo, ed è la risposta dell'uomo ai doni di Dio. La preghiera di benedizione è la risposta dell'uomo ai doni di Dio: poiché Dio benedice, il cuore dell'uomo può rispondere benedicendo colui che è la sorgente di ogni benedizione (cfr. Efesini 1, 3 - 14<sup>35</sup>; 2Cor 1,3-7; 1Pt 1,3-9).
- b) L'adorazione è la disposizione fondamentale dell'uomo che si riconosce creatura. Essa esalta la grandezza del Signore che ci ha creati [Cf Sal 95,1-6<sup>36</sup>] e l'onnipotenza del Salvatore che ci libera dal male. E' la prosternazione dello spirito davanti al "Re della gloria" e il silenzio rispettoso al cospetto del Dio "sempre più grande di noi". L'adorazione del Dio tre volte santo e sommamente amabile ci colma di umiltà e dà sicurezza alle nostre suppliche.
- c) La domanda: è la supplica che ha varie sfumature, ma la sua forma più abituale è proprio la domanda. Proprio con la preghiera di domanda noi esprimiamo la coscienza della nostra relazione con Dio: in quanto creature, non siamo noi il nostro principio, né siamo padroni delle avversità, né siamo il nostro ultimo fine; anzi, per di più, essendo peccatori, noi, come cristiani, sappiamo che ci allontaniamo dal Padre. La domanda è già un ritorno a lui.

---

<sup>35</sup> *Benedetto sia Dio, Padre del Signore nostro Gesù Cristo, che ci ha benedetti con ogni benedizione spirituale nei cieli, in Cristo.*

*In lui ci ha scelti prima della creazione del mondo, per essere santi e immacolati al suo cospetto nella carità, predestinandoci a essere suoi figli adottivi per opera di Gesù Cristo, secondo il beneplacito della sua volontà. E questo a lode e gloria della sua grazia, che ci ha dato nel suo Figlio diletto; nel quale abbiamo la redenzione mediante il suo sangue, la remissione dei peccati secondo la ricchezza della sua grazia. Egli l'ha abbondantemente riversata su di noi con ogni sapienza e intelligenza, poiché egli ci ha fatto conoscere il mistero della sua volontà, secondo quanto nella sua benevolenza aveva in lui prestabilito per realizzarlo nella pienezza dei tempi: il disegno cioè di ricapitolare in Cristo tutte le cose, quelle del cielo come quelle della terra.*

*In lui siamo stati fatti anche eredi, essendo stati predestinati secondo il piano di colui che tutto opera efficacemente conforme alla sua volontà,*

*perché noi fossimo a lode della sua gloria, noi, che per primi abbiamo sperato in Cristo.*

*In lui anche voi, dopo aver ascoltato la parola della verità, il vangelo della vostra salvezza e avere in esso creduto, avete ricevuto il suggello dello Spirito Santo che era stato promesso, il quale è caparra della nostra eredità, in attesa della completa redenzione di coloro che Dio si è acquistato, a lode della sua gloria.*

<sup>36</sup> *Venite, applaudiamo al Signore, acclamiamo alla roccia della nostra salvezza.*

*Accostiamoci a lui per rendergli grazie, a lui acclamiamo con canti di gioia.*

*Poiché grande Dio è il Signore, grande re sopra tutti gli dei.*

*Nella sua mano sono gli abissi della terra, sono sue le vette dei monti.*

*Suo è il mare, egli l'ha fatto,*

*le sue mani hanno plasmato la terra.*

*Venite, prostrati adoriamo,*

*in ginocchio davanti al Signore che ci ha creati.*

- a. La domanda del perdono (cf. pubblicano) è preliminare a una preghiera giusta e pura.
  - b. La domanda cristiana è imperniata sulla ricerca del Regno. Mediante la preghiera ogni battezzato opera per l'avvento del Regno. Quando si condivide in questo modo l'amore salvifico di Dio, si comprende come ogni necessità possa diventare oggetto di domanda. E' in forza di questa certezza che Giacomo [Cf Gc 1,5-8<sup>37</sup>] e Paolo ci esortano a pregare in ogni circostanza [Cf Ef 5,20<sup>38</sup>; Filippesi 4,6<sup>39</sup>; 1 Tessalonesi 5, 17 – 18<sup>40</sup>].
  - c. non è un chiedere per..., un chiedere il suo intervento per noi, ma: ciò che noi siamo lo riversiamo in Lui. È san Paolo che dice: "Non preoccupatevi di nulla, ma le vostre preoccupazioni rimettetele tutte a Dio... perché Egli ha cura di voi". Questo uscire da noi per riconoscere che noi siamo in Dio, è preghiera di domanda.
- d) L'intercessione:
- a. preghiera di domanda che si conforma da vicino alla preghiera di Gesù. E' lui l'unico Intercessore presso il Padre in favore di tutti gli uomini, particolarmente dei peccatori [Cf Rm 8,34<sup>41</sup>]
  - b. Dopo Abramo, è la prerogativa di un cuore in sintonia con la misericordia di Dio. Nell'intercessione, colui che prega non cerca solo "il proprio interesse, ma anche quello degli altri" (Fil 2,4), fino a pregare per coloro che gli fanno del male [Cf Stefano che prega per i suoi uccisori, come Gesù: cf At 7,60; Lc 23,28; Lc 23,34 *Gesù diceva: "Padre, perdona, perché non sanno quello che fanno".*].
  - c. L'intercessione dei cristiani non conosce frontiere: "per tutti gli uomini. . . per tutti quelli che stanno al potere" (1Tm 2,1), per coloro che perseguitano, [Cf Rm 12,14 *Benedite coloro che vi perseguitano, benedite e non maledite*] per la salvezza di coloro che rifiutano il Vangelo [Cf Rm 10,1 *Fratelli, il desiderio del mio cuore e la mia preghiera sale a Dio per la loro salvezza* ].
- e) Il ringraziamento: l'azione di grazie caratterizza la preghiera della Chiesa, la quale, celebrando l'eucaristia, manifesta e diventa sempre più ciò che è. Come nella preghiera di domanda, ogni avvenimento e ogni necessità può diventare motivo di ringraziamento. "In ogni cosa rendete grazie; questa è infatti la volontà di Dio in Cristo Gesù verso di voi" (1Ts 5,18). "Perseverate nella preghiera e vegliate in essa, rendendo grazie" (Col 4,2).
- f) La lode: La lode è la forma di preghiera che più immediatamente riconosce che Dio è Dio! Lo canta per se stesso, gli rende gloria perché EGLI E', a prescindere da ciò che

<sup>37</sup> *Se qualcuno di voi manca di sapienza, la domandi a Dio, che dona a tutti generosamente e senza rinfacciare, e gli sarà data. La domandi però con fede, senza esitare, perché chi esita somiglia all'onda del mare mossa e agitata dal vento; e non pensi di ricevere qualcosa dal Signore un uomo che ha l'animo oscillante e instabile in tutte le sue azioni.*

<sup>38</sup> *rendendo continuamente grazie per ogni cosa a Dio Padre, nel nome del Signore nostro Gesù Cristo*

<sup>39</sup> *Non angustiatevi per nulla, ma in ogni necessità esponete a Dio le vostre richieste, con preghiere, suppliche e ringraziamenti*

<sup>40</sup> *pregate incessantemente, in ogni cosa rendete grazie; questa è infatti la volontà di Dio in Cristo Gesù verso di voi.*

<sup>41</sup> *Chi condannerà? Cristo Gesù, che è morto, anzi, che è risuscitato, sta alla destra di Dio e intercede per noi?*



fa. *"Siate ricolmi dello Spirito intrattenendovi a vicenda con salmi, inni, cantici spirituali, cantando e inneggiando al Signore con tutto il vostro cuore"* (Ef 5,19)

L'Eucaristia contiene ed esprime tutte le forme di preghiera: è l'oblazione pura e santa di tutto il Corpo di Cristo a gloria del suo nome. Secondo le tradizioni d'Oriente e d'Occidente, essa è il "sacrificio di lode".

## PERCHÉ PREGARE? PER VIVERE<sup>42</sup>

- 1) Mi chiedi: perché pregare? Ti rispondo: per vivere. Sì: per vivere veramente, bisogna pregare. Perché?
  - a) Perché vivere è amare: una vita senza amore non è vita. E' solitudine vuota, è prigione e tristezza. Vive veramente solo chi ama: e ama solo chi si sente amato, raggiunto e trasformato dall'amore. Come la pianta che non fa sbocciare il suo frutto se non è raggiunta dai raggi del sole, così il cuore umano non si schiude alla vita vera e piena se non è toccato dall'amore.
  - b) Ora, l'amore nasce dall'incontro e vive dell'incontro con l'amore di Dio, il più grande e vero di tutti gli amori possibili, anzi l'amore al di là di ogni nostra definizione e di ogni nostra possibilità. Pregando, ci si lascia amare da Dio e si nasce all'amore, sempre di nuovo. Perciò, chi prega vive, nel tempo e per l'eternità. E chi non prega? Chi non prega è a rischio di morire dentro, perché gli mancherà prima o poi l'aria per respirare, il calore per vivere, la luce per vedere, il nutrimento per crescere e la gioia per dare un senso alla vita.
- 2) Mi dici: ma io non so pregare! Mi chiedi: come pregare? Ti rispondo:
  - a) comincia a dare un po' del tuo tempo a Dio. All'inizio, l'importante non sarà che questo tempo sia tanto, ma che tu glielo dia fedelmente. Fissa tu stesso un tempo da dare ogni giorno al Signore, e daglielo fedelmente, ogni giorno, quando senti di farlo e quando non lo senti.
  - b) Cerca un luogo tranquillo, dove se possibile ci sia qualche segno che richiami la presenza di Dio (una croce, un'icona, la Bibbia, il tabernacolo con la presenza eucaristica...). Raccogliti in silenzio e invoca lo Spirito Santo, perché sia lui a gridare in te "Abbà, Padre!". Porta a Dio il tuo cuore, anche se è in tumulto: non aver paura di dirgli tutto, non solo le tue difficoltà e il tuo dolore, il tuo peccato e la tua incredulità, ma anche la tua ribellione e la tua protesta, se la senti dentro.
  - c) Tutto questo mettilo nelle mani di Dio: ricorda che Dio è padre-madre nell'amore, che tutto accoglie, tutto perdona, tutto illumina, tutto salva.
    - i) Ascolta il suo silenzio: non pretendere di avere subito le risposte.
    - ii) Persevera. Come il profeta Elia, cammina nel deserto verso il monte di Dio: e quando ti sarai avvicinato a lui, non cercarlo nel vento, nel terremoto o nel fuoco, in segni di forza o di grandezza, ma nella voce del silenzio sottile (cf 1 Re 19,12). Non pretendere di afferrare Dio, ma lascia che lui passi nella tua vita e nel tuo cuore, ti tocchi l'anima, e si faccia contemplare da te anche solo di spalle.
  - d) Ascolta la voce del suo silenzio. Ascolta la sua Parola di vita: apri la Bibbia, meditala con amore, lascia che la parola di Gesù parli al cuore del tuo cuore; leggi i salmi, dove troverai espresso tutto ciò che vorresti dire a Dio; ascolta gli apostoli e i profeti; inna-

<sup>42</sup> B. FORTE

morati delle storie dei patriarchi e del popolo eletto e della chiesa nascente, dove incontrerai l'esperienza della vita vissuta nell'orizzonte dell'alleanza con Dio. E quando avrai ascoltato la parola di Dio, cammina ancora a lungo nei sentieri del silenzio, lasciando che sia lo Spirito a unirti a Cristo, Parola eterna del Padre. Lascia che sia Dio Padre a plasmarti con tutte e due le sue mani, il Verbo e lo Spirito Santo.

- 3) All'inizio, potrà sembrarti che il tempo per tutto questo sia troppo lungo, che non passi mai: persevera con umiltà, dando a Dio tutto il tempo che riesci a dargli, mai meno però di quanto hai stabilito di potergli dare ogni giorno. Vedrai che di appuntamento in appuntamento la tua fedeltà sarà premiata, e ti accorgerai che piano piano il gusto della preghiera crescerà in te, e quello che all'inizio ti sembrava irraggiungibile, diventerà sempre più facile e bello. Capirai allora che ciò che conta non è avere risposte, ma mettersi a disposizione di Dio: e vedrai che quanto porterai nella preghiera sarà a poco a poco trasfigurato.
- 4) Sappi, tuttavia, che non mancheranno in tutto questo le difficoltà:
  - a) a volte, non riuscirai a far tacere il chiasso che è intorno a te e in te;
  - b) a volte sentirai la fatica o perfino il disgusto di metterti a pregare;
  - c) a volte, la tua sensibilità scalpiterà, e qualunque atto ti sembrerà preferibile allo stare in preghiera davanti a Dio, a tempo "perso".
  - d) Sentirai, infine, le tentazioni del maligno, che cercherà in tutti i modi di separarti dal Signore, allontanandoti dalla preghiera.
  - e) Non temere: le stesse prove che tu vivi le hanno vissute i santi prima di te, e spesso molto più pesanti delle tue. Tu continua solo ad avere fede. Persevera, resisti e ricorda che l'unica cosa che possiamo veramente dare a Dio è la prova della nostra fedeltà. Con la perseveranza salverai la tua preghiera, e la tua vita.....
- 5) Non avere paura, dunque, delle prove e delle difficoltà nella preghiera: ricorda solo che Dio è fedele e non ti darà mai una prova senza darti la via d'uscita e non ti esporrà mai a una tentazione senza darti la forza di sopportarla e vincerla. Lasciati amare da Dio: ... lascia che tutto il tuo essere sia lavorato da Dio, plasmato dall'amore dei Tre, assorbito in loro e restituito alla storia come dono fecondo. Lascia che la preghiera faccia crescere in te la libertà da ogni paura, il coraggio e l'audacia dell'amore, la fedeltà alle persone che Dio ti ha affidato e alle situazioni in cui ti ha messo, senza cercare evasioni o consolazioni a buon mercato. Impara, pregando, a vivere la pazienza di attendere i tempi di Dio, che non sono i nostri tempi, e a seguire le vie di Dio, che tanto spesso non sono le nostre vie.
- 6) Un dono particolare che la fedeltà nella preghiera ti darà è l'amore agli altri e il senso della Chiesa: più preghi, più sentirai misericordia per tutti, più vorrai aiutare chi soffre, più avrai fame e sete di giustizia per tutti, specie per i più poveri e deboli, più accetterai di farti carico del peccato altrui per completare in te ciò che manca alla passione di Cristo a vantaggio del suo corpo, la Chiesa. ... La preghiera è la scuola dell'amore, perché è in essa che puoi riconoscerti infinitamente amato e nascere sempre di nuovo alla generosità che prende l'iniziativa del perdono e del dono senza calcolo, al di là di ogni misura di stanchezza.
- 7) Pregando, s'impara a pregare, e si gustano i frutti dello Spirito che fanno vera e bella la vita: "amore, gioia, pace, pazienza, benevolenza, bontà, fedeltà, mitezza, dominio di sé" (*Gal 5,22*).

- a) Pregando si diventa amore, e la vita acquista il senso e la bellezza per cui è stata voluta da Dio.
- b) Pregando, si avverte sempre più l'urgenza di portare il Vangelo a tutti, fino agli estremi confini della terra.
- c) Pregando, si scoprono gli infiniti doni dell'Amato e si impara sempre di più a rendere grazie a lui in ogni cosa.
- d) Pregando, si vive. Pregando, si ama. Pregando, si loda. E la lode è la gioia e la pace più grande del nostro cuore inquieto, nel tempo e per l'eternità.

## RIASSUMENDO

- 1) *Potremmo dire che la preghiera è, in qualche modo, l'essere stesso dell'uomo che si pone in trasparenza alla luce di Dio, si riconosce per quello che è e, riconoscendosi, riconosce la grandezza di Dio, la sua santità, il suo amore, la sua volontà di misericordia, insomma tutta la divina realtà e il divino disegno di salvezza come si sono rivelati nel Signore Gesù crocifisso e risorto.*  
*Prima ancora che parola, prima ancora che pensiero formulato, la preghiera è percezione della realtà che immediatamente fiorisce nella lode, nell'adorazione, nel ringraziamento, nella domanda di pietà a Colui che è la fonte dell'essere.*
- 2) *Emergono e si configurano come contenuti fondamentali, in questa esperienza globale, sintetica, spiritualmente concreta:*
  - a) *la percezione della vanità delle cose divelte dal progetto di Dio, che si tramuta in supplica ad essere noi stessi salvati dall'insidia dell'insignificanza e della vuotezza;*
  - b) *la percezione della Presenza di Colui che è pienezza e non è mai assente e lontano là dove c'è qualcosa che veramente esiste;*
  - c) *la percezione del Cristo vivo nel quale tutto il progetto divino è riassunto e personalizzato ("Ubi Christus, ibi Regnum", dice Sant'Ambrogio), che fonda il riconoscimento e l'inveramento del rapporto di comunione con Colui che unico è Signore e Salvatore;*
  - d) *la percezione, in Cristo, della volontà del Padre come norma assoluta di vita, sicché l'orazione non è più il tentativo di piegare la divina volontà alla nostra, ma il tentativo sempre rinnovato di conformare il nostro al volere del Padre (cfr. Mt 6, 10; 26, 39-42);*
  - e) *la percezione della realtà dello Spirito, sorgente di tutta la vita ecclesiale, che prega in noi (cfr. Rom. 8,19-27), così che il pregare diventa anelito a uscire dalla solitudine e dalla chiusura dell'individualismo e richiesta ad aprirci sempre più al Regno di Dio che si va instaurando nei cuori e fra gli uomini, cioè alla Chiesa;*
  - f) *la percezione della croce come vittoria sul male che è in noi e fuori di noi, che fa della preghiera attitudine di contestazione del peccato, dell'ingiustizia, del "mondo", e nostalgia della Gerusalemme celeste dove tutto è santo.<sup>43</sup>*

### 1) CHE COS'E' LA PREGHIERA?

Per me la preghiera è uno slancio del cuore, un semplice sguardo gettato verso il cielo, un grido di gratitudine e di amore nella prova come nella gioia [Santa Teresa di Gesù Bambino].

- a) **La preghiera come dono di Dio**

<sup>43</sup> MARTINI cit.

- i) "La preghiera è l'elevazione dell'anima a Dio o la domanda a Dio di beni convenienti" [San Giovanni Damasceno]. Da dove noi partiamo pregando? Dall'altezza del nostro orgoglio e della nostra volontà o "dal profondo" (Sal 130,1 *Dal profondo a te grido, o Signore; Signore, ascolta la mia voce. Siano i tuoi orecchi attenti alla voce della mia preghiera*) di un cuore umile e contrito? E' colui che si umilia ad essere esaltato [Cf Lc 18,9 - 14 ]. L' umiltà è il fondamento della preghiera. "Nemmeno sappiamo che cosa sia conveniente domandare"(Rm 8,26) L'umiltà è la disposizione necessaria per ricevere gratuitamente il dono della preghiera: "L'uomo è un mendicante di Dio" [Sant'Agostino].
- ii) "Se tu conoscessi il dono di Dio!" (Gv 4,10). La meraviglia della preghiera si rivela proprio là, presso i pozzi dove andiamo a cercare la nostra acqua: là Cristo viene ad incontrare ogni essere umano; egli ci cerca per primo ed è lui che ci chiede da bere. Gesù ha sete; la sua domanda sale dalle profondità di Dio che ci desidera. Che lo sappiamo o no, la preghiera è l'incontro della sete di Dio con la nostra sete. Dio ha sete che noi abbiamo sete di lui. "Tu gliene avresti chiesto ed egli ti avrebbe dato acqua viva" (Gv 4,10). La nostra preghiera di domanda è paradossalmente una risposta. Risposta al lamento del Dio vivente: "Essi hanno abbandonato me, sorgente d'acqua viva, per scavarsi cisterne, cisterne screpolate" (Ger 2,13), risposta di fede alla promessa gratuita della salvezza, [Cf Gv 7,37-39; Is 12,3 *Attingerete acqua con gioia alle sorgenti della salvezza*] risposta d'amore alla sete del Figlio unigenito [Cf Gv 19,28; Zc 12,10; Zc 13,1 *In quel giorno vi sarà per la casa di Davide e per gli abitanti di Gerusalemme una sorgente zampillante per lavare il peccato e l'impurità*].

### **b) La preghiera come Alleanza**

Da dove viene la preghiera dell'uomo? Qualunque sia il linguaggio della preghiera (gesti e parole), è tutto l'uomo che prega. Ma, per indicare il luogo dal quale sgorga la preghiera, le Scritture parlano talvolta dell'anima o dello spirito, più spesso del **cuore** (più di mille volte). E' il cuore che prega. Se esso è lontano da Dio, l'espressione della preghiera è vana. Il cuore è la dimora dove sto, dove abito (secondo l'espressione semitica o biblica: dove "discendo"). E' il nostro centro nascosto, irraggiungibile dalla nostra ragione e dagli altri; solo lo Spirito di Dio può scrutarlo e conoscerlo. E' il luogo della decisione, che sta nel più profondo delle nostre facoltà psichiche. E' il luogo della verità, là dove scegliamo la vita o la morte. E' il luogo dell'incontro, poiché, ad immagine di Dio, viviamo in relazione: è il luogo dell'Alleanza. La preghiera cristiana è una relazione di Alleanza tra Dio e l'uomo in Cristo. E' azione di Dio e dell'uomo; sgorga dallo Spirito Santo e da noi, interamente rivolta al Padre, in unione con la volontà umana del Figlio di Dio fatto uomo.

### **c) La preghiera come Comunione**

Nella Nuova Alleanza la preghiera è la relazione vivente dei figli di Dio con il loro Padre infinitamente buono, con il Figlio suo Gesù Cristo e con lo Spirito Santo. La vita di preghiera consiste quindi nell'essere abitualmente alla presenza del Dio tre volte Santo e in comunione con lui. Tale comunione di vita è sempre possibile, perché, mediante il Battesimo, siamo diventati un medesimo essere con Cristo [Cf Rm 6,5 *Se infatti siamo stati completamente uniti a lui con una morte simile alla sua, lo saremo anche con la sua risurrezione*]. La preghiera è cristiana in quanto è comunione con Cristo e si dilata

nella Chiesa, che è il suo Corpo. Le sue dimensioni sono quelle dell'Amore di Cristo [Cf Ef 3,18-21 *Che il Cristo abiti per la fede nei vostri cuori e così, radicati e fondati nella carità, siate in grado di comprendere con tutti i santi quale sia l'ampiezza, la lunghezza, l'altezza e la profondità, e conoscere l'amore di Cristo che sorpassa ogni conoscenza, perché siate ricolmi di tutta la pienezza di Dio. A colui che in tutto ha potere di fare molto più di quanto possiamo domandare o pensare, secondo la potenza che già opera in noi, a lui la gloria nella Chiesa e in Cristo Gesù per tutte le generazioni, nei secoli dei secoli! Amen*].

2) **Preghiera comunitaria o personale?**<sup>44</sup> *La persona, protagonista di ogni preghiera.*

- a) *E' senza dubbio giusto e doveroso sottolineare la vocazione sociale che è inscritta in ogni atto dell'uomo e l'indole ecclesiale della intera vita cristiana. Ma non bisogna mai dimenticare che alla sorgente di tutto sta il mistero della persona, mistero sempre singolare e singolarmente inedito, non sommabile, non raffrontabile.*
- i) *Anche se costituito in una condizione e in una natura che egli riceve per generazione e condivide con tutti i suoi simili, l'uomo trova la ragione prima della sua grandezza nel fatto di provenire, secondo il nucleo originario e inconfondibile del suo essere, immediatamente dal Dio creatore, che dall'eternità lo ha chiamato per nome; e nel fatto di dover tornare a Colui che è al tempo stesso il suo principio e il suo destino, con una decisione (o, meglio, con una serie di decisioni) di cui egli porta la responsabilità totale, perché non è condizionabile in modo determinante da nessuna creatura diversa da sé.*
- ii) *Pur generato e nutrito in una comunione universale di vita che è la Chiesa, il cristiano ha un pregio inestimabile perché è stato amato personalmente dal Padre, che lo ha voluto suo figlio; è stato personalmente raggiunto dall'azione redentrice di Cristo, che per lui ha versato il suo sangue; è guidato dallo Spirito nella positiva risposta personale alla divina chiamata alla salvezza. Dal "noi" e sul "noi" della Chiesa emerge e si definisce l'io del credente, il quale si apre al "tutto" della cattolicità.*
- b) *Così la preghiera - anche quando è vocale, liturgica o, comunque, associata - riceve verità e valore solo se trova la sua costante ispirazione nel mistero personale e concreto della adesione di fede, di speranza, di carità che alimenta e caratterizza la vita rinnovata.*
- i) *Davanti al Padre, che è la sorgente della mia vita e il mio traguardo, davanti al dramma di un destino che è giocato una volta per tutte, davanti ai sì e ai no che decidono della mia sorte eterna, ci sto io, non il gruppo, la classe, la comunità. Non sono solo perché lo Spirito domanda in me e per me ciò che io non so chiedere e il mio Salvatore mi sta accanto, mi avvince a sé, mi partecipa i suoi sentimenti filiali. Ma nessuno può sostituirmi in questa impresa.*
- ii) *Anche se vivo, decido, prego in una comunità di fratelli che mi sostiene, mi rianima e spiritualmente mi dilata, resto sempre io in definitiva a vivere, a correre il rischio della decisione, ad affrontare l'avventura difficile ed inebriante della vita di preghiera....*

<sup>44</sup> MARTINI cit.

- iii) *Sia che si mantenga tacita e solitaria, sia che si rivesta di parole esteriormente e anche pubblicamente proferite, sia che raggiunga la dignità di preghiera liturgica e diventi il canto e l'implorazione della Chiesa, ogni sincera invocazione a Dio trova sempre nell'essere personale, che antecede e fonda ogni estrinseca comunicazione, la sua scaturigine prima e possiede nella vita personale di fede, di speranza e di carità la sua anima necessaria e non surrogabile.*
- iv) *La preghiera nasce dunque dal mistero stesso dell'uomo. Ciascuno è invitato a riscoprire nel silenzio e nell'adorazione la sua chiamata ad essere persona davanti a un Tu personale che lo interpella con la sua Parola. Ma il cristiano vive l'esperienza della sua preghiera, anche la più silenziosa e segreta - che egli fa "entrando nella propria camera e chiusa la porta" Mt 6, 6) - come membro di una Chiesa che ha nella Eucaristia la fonte e il culmine della sua adorazione e della sua lode.*

3) **La preghiera del discepolo** dovrebbe imitare quella del Maestro, questo è il contesto del Padre nostro in Luca. La rivelazione neo-testamentaria ci dice una cosa che non dovrebbe mai cessare di riempirci di commozione e di stupore: con la sua preghiera, il cristiano viene introdotto dallo Spirito Santo nella stessa preghiera di Cristo. Anzi: la preghiera cristiana è precisamente prendere parte, partecipare all'intima relazione del Verbo incarnato col Padre. La preghiera del cristiano è Cristo che dice in lui e con lui e per mezzo di lui: ABBA'-PADRE. E' questa l'assoluta originalità della preghiera cristiana che la rende imparagonabile con ogni altra preghiera, e che porta a pieno compimento la preghiera di Israele. Resi partecipi della divina filiazione del Verbo, noi siamo resi figli nel Figlio: misticamente ma realmente uniti a Lui, orientati verso il Padre. E' questa unione la sorgente da cui scaturisce la preghiera del cristiano: «ABBA'-PADRE»

a) Preghiera di Gesù:

- i) fatto abituale
  - (1) nel silenzio e nell'isolamento
  - (2) anche quando tutti lo cercano
- ii) fatta nei momenti decisivi della sua esistenza
  - (1) battesimo
  - (2) scelta dei dodici
  - (3) trasfigurazione
  - (4) orto
- iii) Alla scoperta della volontà del Padre
  - (1) una volontà a volte sorprendente: "Ti ringrazio Padre perché hai rivelato..."
  - (2) a volte faticosa (Orto)
  - (3) in un atteggiamento di radicale fiducia (croce per Luca)

b) La preghiera è l'atteggiamento di **chi si mette sotto lo sguardo di Dio**, e non degli esseri umani. Essa è destinata a far crescere l'esperienza dello sguardo del Padre rivolto a noi. Lo stile che contraddistingue la preghiera cristiana è esattamente quello che nasce dalla fondamentale esperienza della contemplazione dello sguardo di Dio rivolto su d noi. È esperienza di fiducia, di abbandono. Ha il solo scopo di introdurci nell'atteggiamento interiore di chi si mette sotto lo sguardo di Dio sapendo di essere già considerato da lui come un *bene prezioso* e un *figlio amato*.

- i) È espressione della libertà di fronte alle urgenze apparenti della vita

- ii) È tempo donato a chi ci dona tempo; è riconoscere la Signoria del Padre
  - iii) È ascolto prima che parola
  - iv) È silenzio
  - v) È anche parola; le stesse? Non rilevante se espressione della ricerca della fiducia
- c) La preghiera è preghiera **trinitaria**: la preghiera pubblica e comunitaria della Chiesa è unita a Gesù Cristo si rivolge nello Spirito Santo a Dio Padre: qui emerge in tutta la sua pregnanza il carattere specificamente trinitario della preghiera cristiana, come partecipazione e immissione nel rapporto che Cristo ha con Dio Padre nel vincolo di amore dello Spirito Santo. Siamo immersi, o innalzati, cioè in una vita che non è la nostra di uomini, di creature, ma è la vita di Dio, e il Dio a cui ci rivolgiamo nella liturgia non è un Dio generico, e nemmeno pro-priamente il Dio uno e trino, ma il Dio Padre di Gesù Cristo e in Cristo Padre di tutti noi.

#### 4) **Perché si prega?**

La preghiera appartiene alla categoria del desiderio. Come ogni desiderio ha per oggetto qualcosa di cui siamo privi o non abbiamo abbastanza. Qualcosa che rimane fuori di noi, altro da noi, e che ci manca: rispetto a quel bene desiderato -- il più grande di tutti - la nostra è una condizione di privazione, di povertà, di fragilità.

Così la radice della parola "preghiera" è la stessa della parola "precario". Precarius, in latino significa: "ottenuto per favore", "dipendente dalla volontà altrui"; in senso traslato, "incerto", "malsicuro", "precario" appunto. Preghiamo perché avvertiamo la precarietà della nostra condizione; perché ci sentiamo vacillanti, sospesi nel vuoto, nel buio; perché la vita ci viene meno e insieme ci stringe alla gola; perché siamo privi di amore: di quell'amore che ci pare conti più d'ogni altro. Privi di amore pur avendo un terribile bisogno di amore, di vita e di luce. Preghiamo perché ci sentiamo insensati: pur avendo un terribile bisogno di senso.

Un terribile desiderio dell'amore, della vita, della luce e del senso che non abbiamo in noi: che sono altro da noi. Pregare significa rivolgersi a quell'Amore, a quella Vita, a quella Luce, a quel Senso: a quell'Altro. Ma Amore, Vita, Luce, Senso e Altro con l'iniziale maiuscola: perché? Perché noi non desideriamo un amore qualsiasi, una luce qualsiasi, una vita qualsiasi, un senso qualsiasi: li abbiamo già; e non ci bastano. Che desideriamo, allora? Desideriamo Qualcosa o Qualcuno - ancora le maiuscole - che non sia precario, come noi e come tutto nella realtà naturale. Qualcosa o Qualcuno che anzi ci liberi dalla nostra precarietà e dalla nostra insensatezza. Per sempre: non mancandoci mai. Qualcosa e Qualcuno fuori dalla relatività e dalle sofferenze della realtà naturale. Qualcosa e Qualcuno che non abbia i nostri limiti, che sia Assoluto. E che - essendo anche Amore - sia buono e misericordioso senza limiti: altrimenti non ci soccorrerebbe. Infinitamente buono e in finitamente misericordioso: altrimenti si stancherebbe di noi. Si stancherebbe di noi che inevitabilmente ci comportiamo in modo da deludere e stancare di noi chiunque ci si accosti.

Desideriamo Qualcuno che - essendo Amore - sia disposto a perdonarci infinite volte. Qualcuno che ci sia Padre e Madre insieme; e che in quanto Padre e Madre ci sia Guida.

A Lui gli umani si rivolgono, dando ragione al Figlio dell'uomo Gesù che la notte prima della sua morte di croce indicava nella preghiera la risposta capitale e unica alla debolezza

universale della carne; e insegnava a chiamare Padre - Abbà - l'Amore, la Vita, la Luce, il Senso Assoluto che pregando si invoca.

### 5) **Come si prega ?**

a) se la preghiera è comunicazione, allora deve essere fatta di parole. Ma quali parole usare con Dio? Questa domanda è stata rivolta a Santa Teresa di Lisieux alcuni giorni prima di morire. La sorella Celina le chiese così: *"cosa dici Teresa a Gesù quando preghi ?"* E lei rispose: *"Io non gli dico niente, io lo amo!"*.

b) Il linguaggio della preghiera è il linguaggio dell'amore. E l'amore ha un cammino preciso da fare, che va dalle parole al silenzio, ma il silenzio della preghiera sarà il massimo della parola.

Naturalmente non si può partire dal silenzio. Occorre partire dalle parole.

**c) Il silenzio<sup>45</sup>.** *Il silenzio è la condizione ambientale che meglio favorisce il raccoglimento, l'ascolto di Dio, la meditazione. Già il fatto stesso di gustare il silenzio, di lasciarsi, per così dire, "riempire" dal silenzio, ci predispone alla preghiera. Il grande profeta Elia, sul monte Oreb – cioè il Sinai – assistette a un turbine di vento, poi a un terremoto, e infine a lampi di fuoco, ma non riconobbe in essi la voce di Dio; la riconobbe invece in una brezza leggera (cfr 1 Re 19,11-13). Dio parla nel silenzio, ma bisogna saperlo ascoltare<sup>46</sup>.*

i) 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.

ii) 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 (cfr. Lc 1, 20-22). "La Parola zitti chiacchiere mie": così Clemente Rebora, nobile spirito di poeta milanese dei nostri tempi, descrive con rude chiarezza gli inizi della sua conversione. Possiamo anzi dire che la capacità di vivere un po' del silenzio interiore connota il vero credente e lo stacca dal mondo dell'incredulità.

iii) 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; 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.

iv) 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

<sup>45</sup> MARTINI cit.

<sup>46</sup> Catechesi del papa del 10 agosto 2011



eternamente vinto dalla divina Infinità; sa che l'universo è popolato di creature gioiose; sa di essere spettatore e già in qualche modo partecipe dell'esultanza cosmica, riverberata dal mistero di luce, di amore, di felicità che sostanzia la vita inesauribile del Dio Trino.

- v) 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.
- vi) Nessuno fraintenda, però: l'uomo "vecchio", che ha paura del silenzio, e l'uomo "nuovo" solitamente convivono, con proporzioni diverse, in ciascuno di noi. Ciascuno di noi è esteriormente aggredito da orde di parole, di suoni, di clamori, che assordano il nostro giorno e perfino la nostra notte; ciascuno è interiormente insidiato dal multiloquio mondano che con mille futilità ci distrae e ci disperde.
- vii) 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 (8, 1); che sia un silenzio vero, colmo della Presenza, risonante della Parola, teso all'ascolto, aperto alla comunione.

**d) Meditazione:** catechesi del papa 7 settembre 2011

- i) *E che cosa è la meditazione? Vuol dire "fare memoria" di quanto Dio ha fatto e non dimenticare i tanti suoi benefici (cfr Sal 103, 2b). Spesso vediamo solo le cose negative; dobbiamo tenere nella nostra memoria anche le cose positive, i doni che Dio ci ha fatto, essere attenti ai segni positivi che vengono da Dio e fare memoria di questi. Quindi, parliamo di un tipo di preghiera che nella tradizione cristiana è chiamata "orazione mentale". Noi conosciamo solitamente l'orazione con parole, naturalmente anche mente e cuore devono essere presenti in questa orazione, ma parliamo oggi su una meditazione che non è di parole, ma è un prendere contatto della nostra mente con il cuore di Dio.*
- ii) *E Maria qui è un modello molto reale. L'evangelista Luca ripete, diverse volte, che Maria "da parte sua, custodiva tutte queste cose, meditandole nel suo cuore" (2,19; cfr 2,51b). Custode non dimentica, Ella è attenta a tutto quanto il Signore Le ha detto e fatto, e medita, cioè prende contatto con diverse cose, approfondisce nel suo cuore. Si è soffermata nella riflessione su quanto Dio stava operando in Lei, per accogliere la volontà divina nella sua vita e corrispondervi. Il mistero dell'incarnazione del Figlio di Dio e della maternità di Maria è così grande da richiedere un processo di interiorizzazione, non è solo qualcosa di fisico che Dio opera in Lei, ma è qualcosa che esige una interiorizzazione da parte di Maria, che cerca di approfondirne l'intelligenza, di interpretarne il senso, di comprenderne i risvolti e le implicazioni. Così, giorno dopo giorno, nel silenzio della vita ordinaria, Maria ha continuato a custodire nel suo cuore i successivi eventi mirabili di cui è stata testimone, fino alla prova estrema della Croce e alla gloria della Risurrezione. Maria ha vissuto pienamente la sua esistenza, i suoi doveri quotidiani, la sua missione di madre, ma ha saputo mantenere in sé uno spazio interiore per riflettere sulla parola e sulla volontà di Dio, su quanto avveniva in Lei, sui misteri della vita del suo Figlio.*
- iii) *Maria ci insegna quanto sia necessario trovare nelle nostre giornate, con tutte le attività, momenti per raccoglierci in silenzio e meditare su quanto il Signore ci vuol*

*insegnare, su come è presente e agisce nel mondo e nella nostra vita: essere capaci di fermarci un momento e di meditare. Sant'Agostino paragona la meditazione sui misteri di Dio all'assimilazione del cibo e usa un verbo che ricorre in tutta la tradizione cristiana: "ruminare"; i misteri di Dio cioè vanno continuamente fatti risuonare in noi stessi perché ci diventino familiari, guidino la nostra vita, ci nutrano come avviene con il cibo necessario per sostenerci.*

- iv) *Meditare quindi vuol dire creare in noi una situazione di raccoglimento, di silenzio interiore, per riflettere, assimilare i misteri della nostra fede e ciò che Dio opera in noi; e non solo le cose che vanno e vengono. Possiamo fare questa "ruminazione" in vari modi, prendendo, ad esempio, un breve brano della Sacra Scrittura, soprattutto i Vangeli, gli Atti degli Apostoli, le Lettere degli apostoli, oppure una pagina di un autore di spiritualità*
- v) *Anche il Santo Rosario è una preghiera di meditazione: ripetendo l'Ave Maria siamo invitati a ripensare e a riflettere sul Mistero che abbiamo proclamato. Ma possiamo soffermarci pure su qualche intensa esperienza spirituale, su parole che ci sono rimaste impresse nel partecipare all'Eucaristia domenicale.*
- vi) *Alla fine è proprio questo lo scopo della meditazione: affidarci sempre più nelle mani di Dio, con fiducia e amore, certi che solo nel fare la sua volontà siamo alla fine veramente felici.*

## 6) **Chi prega ?**

- a) Apparentemente possiamo dire che siamo noi a pregare. Ma questo non è del tutto vero. Si diceva di S.Francesco: "*Non tam orans, quam oratio factus*". Non era più lui che pregava, ma lui stesso era diventato preghiera vivente. E' lo Spirito Santo a pregare in noi (Rom. 8.15).
- b) E allora noi cosa facciamo? Noi collaboriamo alla preghiera. Il nostro è un tentativo di agganciarci alla vera preghiera, un tentativo di sintonizzarci sulla frequenza dello Spirito Santo. Ed è per questo che nella preghiera è indispensabile l'ascolto. L'ascolto del cuore, l'ascolto della Parola di Dio, l'ascolto del silenzio. Prima si ascolta e poi ci si inserisce nel linguaggio dell'amore. Non si può pregare nel frastuono dei pensieri, ma occorre fare silenzio per ascoltare il silenzio. Capire che non siamo noi a pregare, ma è lo Spirito in noi ci dà molta più umiltà e frena tutti quei ragionamenti che poco e niente hanno a che vedere con la preghiera.

## 7) **TRE IMMAGINI PER LA PREGHIERA.** Se operiamo un confronto nella simbologia delle grandi culture e spiritualità, la rappresentazione della preghiera è legata a tre immagini documentate e ricorrenti.

- a) La preghiera come amore, come guarigione dal vuoto interiore, dalla solitudine, dal dolore tragico. questa preghiera è piantata nel mistero di vivere.
- b) In second'ordine, la preghiera come respiro, come segno della vitalità dell'anima perché è in essa che l'anima si apre a tutto ciò che è trascendente: Kierkegaard insegna.
- c) Terzo, la preghiera come lotta, secondo la tradizione biblica, come nell'episodio di Giacobbe al guado del fiume Jabbok. Qui la preghiera riacquisterebbe all'anima la sua ca-

pacità di contrastare tutto ciò che è negativo. Che poi è il tentativo dell'uomo di entrare nell'infinito e nell'eterno

8) **Combattimento nella preghiera:** la preghiera è anche una lotta, contro noi stessi e contro le astuzie del tentatore che fa di tutto per distogliere l'uomo dalla preghiera.

a) **Obiezioni alla preghiera:**

- i) Nell'inconscio di molti cristiani, pregare è un'occupazione incompatibile con tutto ciò che hanno da fare. Coloro che cercano Dio mediante la preghiera si scoraggiano presto allorché ignorano che la preghiera viene anche dallo Spirito Santo e non da loro.
- ii) Dobbiamo anche opporci alla mentalità di questo mondo, come per la reazione contro l'attivismo che concepisce la preghiera come fuga dal mondo quand'essa invece non è estraniarsi dalla storia né divorziare dalla vita.
- iii) Infine la nostra lotta deve affrontare ciò che sentiamo come insuccessi nella preghiera: scoraggiamento, delusione di non essere esauditi, ferita al nostro orgoglio.

b) **Difficoltà nella preghiera:**

- i) la prima è la distrazione, che rivela inconsciamente ciò a cui siamo attaccati. Questa umile presa di coscienza deve risvegliare il nostro amore preferenziale per lui, offrendogli il nostro cuore perché lo purifichi. Qui sta il nostro combattimento: nella scelta del padrone che vogliamo servire.
- ii) La seconda è l'aridità, per cui il cuore diventa insensibile. È il momento della fede pura, che rimane con Gesù nell'agonia e nella tomba. "Il chicco di grano. . . se muore, produce molto frutto" (Gv 12,24). Se l'aridità è dovuta alla mancanza di radice, perché la Parola è caduta sulla pietra, il combattimento rientra nel campo della conversione [Cf Lc 8,6; Lc 8,13].
- iii) La terza, la più nascosta, è la mancanza di fede. Si manifesta non tanto in una incredulità dichiarata, quanto piuttosto in una preferenza di fatto. Quando ci mettiamo a pregare, mille lavori o preoccupazioni, ritenuti urgenti, si presentano come prioritari; ancora una volta è il momento della verità del cuore e del suo amore preferenziale. Talvolta ci rivolgiamo al Signore come all'ultimo rifugio: ma ci crediamo veramente?

c) **Confidenza filiale:** La confidenza filiale è messa alla prova - e si manifesta - nella tribolazione [Cf Rm 5,3-5<sup>47</sup>]. La difficoltà principale riguarda la preghiera di domanda, per sé o per gli altri nell'intercessione. Alcuni smettono perfino di pregare perché, pensano, la loro supplica non è esaudita. Qui si pongono due interrogativi:

- i) Perché riteniamo che la nostra domanda non sia stata esaudita? Una constatazione dovrebbe innanzi tutto sorprenderci. Quando lodiamo Dio o gli rendiamo grazie per i suoi benefici in generale, noi non ci preoccupiamo affatto di sapere se la nostra preghiera gli è gradita. Invece abbiamo la pretesa di vedere il risultato della nostra domanda. Qual è, dunque, l'immagine di Dio che motiva la nostra preghiera: un mezzo di cui servirci oppure il Padre di nostro Signore Gesù Cristo? Siamo convinti

---

<sup>47</sup> *E non soltanto questo: noi ci vantiamo anche nelle tribolazioni, ben sapendo che la tribolazione produce pazienza, la pazienza una virtù provata e la virtù provata la speranza. La speranza poi non delude, perché l'amore di Dio è stato riversato nei nostri cuori per mezzo dello Spirito Santo che ci è stato dato*

che "nemmeno sappiamo che cosa sia conveniente domandare" (Rm 8,26<sup>48</sup>)? Chiediamo a Dio "i beni convenienti"? Il Padre nostro sa di quali cose abbiamo bisogno, prima che glielo chiediamo, [Cf Mt 6,8 ] ma aspetta la nostra domanda perché la dignità dei suoi figli sta nella loro libertà. Pertanto è necessario pregare con il suo Spirito di libertà, per poter veramente conoscere il suo desiderio [Cf Rm 8,27<sup>49</sup>].

- ii) Secondo: in che modo la nostra preghiera è efficace? Gesù prega anche per noi, al nostro posto e in nostro favore. Tutte le nostre domande sono state raccolte una volta per sempre nel suo Grido sulla croce ed esaudite dal Padre nella sua Risurrezione, ed è per questo che egli non cessa di intercedere per noi presso il Padre [Cf Eb 7,25<sup>50</sup>; Eb 9,24<sup>51</sup>]. Se la nostra preghiera è risolutamente unita a quella di Gesù, nella confidenza e nell'audacia filiale, noi otteniamo tutto ciò che chiediamo nel suo Nome; ben più di questa o quella cosa: lo stesso Spirito Santo, che comprende tutti i doni.
- d) **Perseverare nell'amore:** "Pregate incessantemente" (1Ts 5,17). Questo ardore instancabile non può venire che dall'amore. Contro la nostra pesantezza e la nostra pigrizia il combattimento della preghiera è quello dell' amore umile, confidente, perseverante.
- i) pregare è sempre possibile: il tempo del cristiano è quello di Cristo risorto, che è con noi "tutti i giorni" ; il nostro tempo è nelle mani di Dio.
- ii) Pregare è una necessità vitale: se non ci lasciamo guidare dallo Spirito Santo, ricadiamo sotto la schiavitù del peccato.
- iii) Infine, preghiera e vita cristiana sono inseparabili.
- e) **La preghiera dell'Ora di Gesù:** quando giunge la sua Ora, Gesù prega il Padre (Gv. 17). La sua preghiera, la più lunga trasmessa dal Vangelo, abbraccia tutta l'Economia della Salvezza, come anche la sua morte e la sua risurrezione. La preghiera dell'Ora rimane la sua preghiera. La Tradizione cristiana a ragione la definisce la "preghiera sacerdotale" di Gesù. Il nostro Sommo Sacerdote che prega per noi è anche colui che prega in noi e il Dio che ci esaudisce.

*"Come è grande la potenza della preghiera! La si direbbe una regina la quale abbia ad ogni istante libero adito presso il re e possa ottenere tutto ciò che chiede. Non è affatto necessario per essere esaudite leggere in un libro una bella formula composta per la circostanza; se così fosse, ahimè! come sarei da compatire!*

*Al di fuori dell'ufficio divino, che sono indegnissima di recitare, non ho il coraggio di sforzarmi a cercare nei libri le "belle" preghiere: ciò mi fa male alla testa, ce ne sono tante! E poi sono tutte "belle", le une più delle altre.*

<sup>48</sup> Allo stesso modo anche lo Spirito viene in aiuto alla nostra debolezza, perché nemmeno sappiamo che cosa sia conveniente domandare, ma lo Spirito stesso intercede con insistenza per noi, con gemiti inesprimibili

<sup>49</sup> e colui che scruta i cuori sa quali sono i desideri dello Spirito, poiché egli intercede per i credenti secondo i disegni di Dio

<sup>50</sup> Perciò può salvare perfettamente quelli che per mezzo di lui si accostano a Dio, essendo egli sempre vivo per intercedere a loro favore

<sup>51</sup> Cristo infatti non è entrato in un santuario fatto da mani d'uomo, figura di quello vero, ma nel cielo stesso, per comparire ora al cospetto di Dio in nostro favore

*Non ce la farei a dirle tutte, e, non sapendo quale scegliere, faccio come i bimbi che non sanno leggere, dico molto semplicemente al buon Dio quello che gli voglio dire, senza far belle frasi, e sempre mi capisce. Per me la preghiera è uno slancio del cuore, è un semplice sguardo gettato verso il cielo, è un grido di gratitudine e di amore nella prova come nella gioia, insomma è qualche cosa di grande, di soprannaturale, che mi dilata l'anima e mi unisce a Gesù". (S. Teresa di Gesù Bambino)*

## LA PREGHIERA IN FAMIGLIA: ALCUNE FORME QUOTIDIANE

### 1) La gioia condivisa

a) Un primo momento di incontro fra preghiera e vita è rappresentato dall'**amore coniugale**. C'è il rischio che l'unione fra uomo e donna, con gli elementi di gioia e di appagamento che essa reca con sé, sia vista come una realtà estranea al mondo della fede. Ma escludere dalla possibilità del rapporto con Dio una qualsiasi manifestazione della vita degli uomini (eccetto, ovviamente, il peccato) sarebbe, in senso letterale, eresia; ed eresia significa separazione, scissione, divisione.

Al contrario, l'amore coniugale è fusione, è ciò che unisce e non ciò che divide; ed unisce non soltanto uomo e donna fra loro, ma la coppia coniugale con Dio autore del matrimonio, di quello che Giovanni Paolo II ha chiamato il «sacramento più antico», tale perché pensato ad origine, sin dal momento della Creazione. «Sacramento antico», e primordiale, perché, da sempre, segno della presenza dell'amore di Dio al centro dell'amore dell'uomo e della donna.

Vivere l'amore, la sessualità, il dono della vita in spirito di fede, e in atteggiamento di costante rendimento di grazie (dato che la gratitudine è un aspetto essenziale della preghiera), è la prima, elementare e insieme profonda, forma di preghiera coniugale.

La piena comunione dei corpi, ma soprattutto dei cuori e degli spiriti, si fa in questa prospettiva: lode a Dio autore della vita e dell'amore umano, dalla cui pienezza ogni amore umano trae forza e dipende.

Il Dio cristiano è il Dio della gioia e che anche l'amore umano è un modo di avvicinarsi a Dio e in qualche modo di comprenderlo.

In questo senso, vivere il dono dell'amore condiviso in spirito 'eucaristico', e cioè di rendimento di grazie, rappresenta la prima e fondamentale forma di preghiera della coppia.

b) Nella stessa ottica si pone la preghiera di ringraziamento per il **dono della vita**:

i) una realtà, questa, di cui l'uomo contemporaneo — ormai quasi compiutamente padrone dei meccanismi della procreazione — sembra avere smarrito la dimensione di gratuità, ma che va recuperato proprio in questo suo aspetto.

ii) Lo stesso linguaggio corrente può aiutare in questa riscoperta, dal momento che uomo e donna sono, appunto, coloro che «pro-creano»: non «creano» dal nulla, dunque, ma concorrono e contribuiscono ad annunciare la vita, sono il tramite naturale e necessario attraverso il quale fanno il loro ingresso nella vita volti nuovi di uomini e di donne.

Accettare di procreare è umanamente una scommessa e religiosamente è, insieme, appello e risposta e dunque, ancora una volta, preghiera.

- iii) Non si esaurisce nel momento della generazione, ma continua nel tempo, con la cura e l'educazione dei figli e giorno dopo giorno, nel corso di questo lungo cammino, ritorna l'esperienza forte della «gratuità», se non della imprevedibilità e del «mistero», di fronte ad un essere che si sviluppa secondo interni meccanismi di crescita nei confronti dei quali l'intervento dei genitori è, in un certo senso, poco più che marginale.
- iv) Il «mistero» dei figli che crescono è di per sé suscitatore di invocazione e dunque di preghiera: contemplare il volto di un bambino, interrogarsi sul suo futuro, porlo nelle mani di Dio in atteggiamento di lode e di disponibilità, tutto questo è già preghiera.

## **2) La prova del dolore**

- a) Accanto alla preghiera che scaturisce dall'amore e dal dono della vita condivisi, vi è anche quella che nasce dalle esperienze forti della sofferenza, del dolore, della solitudine, della morte. È questa l'altra faccia, oscura e inquietante, della vita di famiglia, il suo enigmatico compagno di strada. Non solo la gioia e la vita, ma anche il dolore e la morte, ne ritmano i tempi e le stagioni.  
Accanto all'amore che unisce vi è quello che separa, accanto al nuovo uomo che viene al mondo sta il vecchio uomo che lo abbandona, non senza sofferenza e lacerazioni. Vivere al cospetto di Dio l'esperienza della vita di famiglia significa anche farsi carico di questo insieme di sofferenze e trasformarlo in preghiera.  
Non si tratta di porre la vita familiare, e con essa la malattia e la morte, fra parentesi, quasi si trattasse di un piccolo incidente di percorso, ma piuttosto di assumere consapevolezza che il dolore appartiene al normale vissuto della vita di famiglia e ne è l'inseparabile compagno di strada; e tuttavia trasformando questo atteggiamento da rassegnata presa d'atto in lucido abbandono alla misteriosa volontà di Dio.  
Si tratta dunque di convertire l'esperienza del dolore da istintiva ribellione in confidente abbandono alla volontà di Dio.
- b) Non basta semplicemente constatare la 'inevitabilità' del dolore, e della stessa separazione che sopraggiunge fra i coniugi e fra i genitori e i figli; occorre piuttosto coglierne il senso profondo, come sollecitazione ed appello a vivere in pienezza la strutturale condizione pellegrina ed itinerante del cristiano.
  - i) Anche per la coppia e per la famiglia c'è la tentazione di rimanere all'interno degli equilibri consolidati, sottraendosi a tutto ciò che turba l'ordine stabilito.
  - ii) Ma fra le caratteristiche ineliminabili della preghiera vi è, al contrario, la disponibilità all'imprevisto, a ciò che sconvolge i piani dell'uomo, all'irruzione dei misteriosi disegni di Dio nei 'razionali' progetti dell'uomo.
  - iii) Le esperienze tragiche e forti del dolore, della separazione, della stessa morte, mostrano come nessuna dimora sia 'permanente' e come lo statuto esistenziale dei cristiani, anche degli sposati, sia quello della provvisorietà e della precarietà.  
Accettare questo stato di cose — soprattutto di fronte alla malattia e alla stessa morte delle persone amate — è del tutto fuori dalla logica mondana ed è possibile soltanto nella preghiera e con la preghiera.  
Dolore, malattia, solitudine, sofferenza, abbandono, morte, diventano altrettante occasioni di un dialogo intenso e serrato con Dio; gli eventi più difficili della vita di famiglia perdono il loro alone di intollerabilità e si fanno momenti di misteriosa cre-

scita nella vita di fede.

La famiglia che in ipotesi non conosca, e comunque non sappia assumere, le esperienze della sofferenza nelle sue varie forme perde una preziosa occasione di crescita spirituale, perché il dolore disbosca le false sicurezze, pone a nudo le inautenticità, mette alla prova la capacità di giudizio: si tratta di veri e propri momenti di crisi che possono risolversi nella chiusura e nel ripiegamento o, al contrario, possono aprire — nella preghiera e grazie alla preghiera — ad un'esperienza religiosa e a un dialogo coniugale e familiare più pieni e più ricchi.

### **3) Lavoro e preghiera**

Fra le realtà che costituiscono la vita della famiglia vi è anche quella del lavoro: sia quello svolto fuori delle pareti domestiche (ma che in qualche modo entra pur sempre anch'esso nella casa), sia quello svolto al loro interno.

Come realizzare questa esperienza umana al cospetto di Dio, è uno dei temi centrali della spiritualità del lavoro che, dopo una lunga eclisse, la riflessione teologica e le esperienze pastorali compiute a cavallo degli anni conciliari hanno riproposto in piena luce.

Sarebbe un errore considerare come realtà separate e non comunicanti fra loro lavoro 'esterno' e lavoro 'interno' alla casa, perché è evidente che il modo di vivere il lavoro e la professione condiziona non solo la vita di famiglia in generale ma anche lo stesso modo di essere cristiani e alla fine lo stesso stile della preghiera.

Il lavoro domestico viene inteso qui in senso assai lato: dalla gestione della casa all'assistenza ai malati, dalla cura dei figli all'organizzazione del tempo libero.

Questo complesso di impegni, e in qualche modo di obblighi, è spesso avvertito come un peso, e pertanto come un limite.

Si tratta, in effetti, di adempimenti prolungati e onerosi, che sembrano sottrarre tempo prezioso alla vita vera, e che dunque si affrontano con distacco e talora con noia, quando non siano sentiti come un'ingiusta oppressione.

Il sommersi, soprattutto nel vissuto femminile, del lavoro extradomestico e di quello domestico rende l'uno e l'altro, ma soprattutto il secondo, poco graditi se non addirittura invisibili.

Non è, evidentemente, in questa prospettiva che il lavoro di servizio e di cura svolto fra le pareti domestiche, tanto dalla donna quanto dall'uomo, può diventare preghiera: perché ciò avvenga, occorre recuperare il senso del lavoro domestico come primario *servizio all'uomo* e dunque, indirettamente, a Dio.

Da questo punto di vista, il lavoro di cura domestica rappresenta una realtà privilegiata, dal momento che mai come in questo ambito può essere immediatamente verificato il rapporto che intercorre fra lavoro e persona.

Si rende pulita ed accogliente la casa per la vita di coloro che la abitano; si prepara un cibo invitante per le persone amate; si lavano e si nutrono i piccoli che l'amore degli sposi ha generato; si curano gli anziani e i malati ai quali si è legati da antichi e profondi vincoli di consuetudine.

Qui il lavoro perde la sua dimensione spesso astratta e talora alienante, per farsi realtà concreta, corposa, immediatamente verificabile nei suoi risultati e nei suoi esiti.

Per il cristiano non vi è lavoro, quale esso sia, che non possa essere assunto sul piano della salvezza.

Nulla vi è che sia troppo umile e banale.

I gesti semplici e ripetuti di tutti i giorni sono il modo attraverso il quale coloro che fanno l'esperienza della famiglia danno gloria a Dio, corrispondono alla loro vocazione, rendono il mondo più degno ed abitabile perché popolato di uomini e di donne che hanno trovato nella famiglia un ineguagliabile luogo di promozione, di crescita, di umanizzazione.

Offrire a Dio, nella preghiera, l'umile lavoro quotidiano, fra pentole e fornelli, fra pannolini e biberon: è questo il modo laicale per trasformare il lavoro domestico in servizio a Dio e, dunque, in preghiera.

#### **4) Preghiera esplicita e preghiera implicita**

**a)** E' preghiera della famiglia amarsi nel Signore e insieme soffrire e gioire nel Signore, ed ancora nel Signore prendersi cura dei figli e della casa, essere ospitale e accogliente, celebrare la piccola liturgia della vita quotidiana.

In questo senso, educare alla preghiera le famiglie significherà operare in entrambe le direzioni, quella della preghiera implicita e quella della preghiera esplicita, sempre muovendo dalla premessa che la prima è il fondamento insostituibile della seconda, quando questa non voglia ridursi a vuoto ritualismo.

**b)** Condizione essenziale perché questa costante tensione alla vita come preghiera permanga anche in mezzo alle mille occupazioni quotidiane e ai piccoli o grandi contrattipi che ritmano la vita della famiglia, è che essa sappia creare e trovare al suo interno adeguati *spazi di silenzio*.

La preghiera — come adorazione, come invocazione, come richiesta di perdono — nasce spontaneamente dalle vicende della vita; ma per definirsi ed esprimersi necessita di un minimo di raccoglimento e, al limite, di silenzio. Non è certo il silenzio severo e rigoroso dei monasteri di clausura, ma quel minimo spazio di riserbo, e di distacco dalle cose di tutti i giorni, che occorre sapere ritagliare almeno in alcuni momenti forti della giornata (o della settimana).

Certo, la famiglia vive e si alimenta di continuo della parola dei suoi membri, e quando questo dialogo si interrompe si ha l'incomunicabilità, se non addirittura l'indifferenza o l'avversione (una famiglia in cui non ci si parla non può essere una famiglia cristiana).

Ma la parola ha una soglia oltre la quale non può andare perché vi è tutto un mondo, quello dell'inesprimibile, e cioè quello di Dio, che nessun balbettio umano può anche soltanto sfiorare.

Ritmare la parola della famiglia con il silenzio della famiglia è necessario per trovare il tempo della preghiera.

Del resto i momenti più intensi della relazione fra uomo e donna e fra genitori e figli non sono quelli contrassegnati dalla capacità della parola di cedere il passo ad un altro linguaggio, quello muto ma eloquente degli sguardi, dei gesti, delle cose indicibili e inespresse, di una carezza data e contraccambiata?

Fare silenzio è necessario per riscoprire in tutta la sua profondità il senso della parola (della parola degli uomini ma anche della Parola di Dio).

Educare al silenzio — contro i rischi di alienazione e di stordimento che l'uomo contemporaneo corre — è uno dei compiti fondamentali della famiglia cristiana.

### **Giovanni Paolo II**

1) Familiaris Consortio, n° 59:



"La preghiera familiare ha le sue caratteristiche. È una preghiera fatta in comune, marito e moglie insieme, genitori e figli insieme. La comunione nella preghiera è, ad un tempo, frutto ed esigenza di quella comunione che viene donata dai sacramenti del battesimo e del matrimonio. Ai membri della famiglia cristiana si possono applicare in modo particolare le parole con le quali il Signore Gesù promette la sua presenza. "In verità vi dico ancora: se due di voi sopra la terra si accorderanno per domandare qualunque cosa, il Padre mio che è nei cieli ve la concederà. Perché dove sono due o tre riuniti nel mio nome, io sono in mezzo a loro" (Mt 18,19 ssqq).

2) Preghiera ed educazione:

"Elemento fondamentale e insostituibile nell'educazione alla preghiera è l'esempio concreto, la testimonianza viva dei genitori: solo pregando insieme con i figli, il padre e la madre, mentre portano a compimento il proprio sacerdozio regale, scendono in profondità nel cuore dei figli, lasciando tracce che i successivi eventi della vita non riusciranno a cancellare. Riascoltiamo l'appello che Paolo VI ha rivolto ai genitori: "Mamme, le insegnate ai vostri bambini le preghiere del cristiano? Li preparate in consonanza con i Sacerdoti, i vostri figli ai sacramenti della prima età: confessione, comunione, cresima? Li abituate, se ammalati a pensare a Cristo sofferente? A invocare l'aiuto della Madonna e dei Santi? Lo dite il Rosario in famiglia? E voi, Papà, sapete pregare con i vostri figliuoli, con tutta la comunità domestica, almeno qualche volta? L'esempio vostro, nella rettitudine del pensiero e dell'azione, suffragato da qualche preghiera comune, vale una lezione di vita, vale un atto di culto di singolare merito; portate così la pace nelle pareti domestiche: "Pax huic domui!". Ricordate: così costruite la Chiesa!" (Discorso all'Udienza generale (11 agosto 1976)).

3) n° 61: quali pratiche?

"Per preparare e prolungare nella casa il culto celebrato nella Chiesa, la famiglia cristiana ricorre alla preghiera privata, che presenta una grande varietà di forme. Oltre alle preghiere del mattino e della sera, sono espressamente da consigliare, seguendo anche le indicazioni dei Padri Sinodali: la lettura e la meditazione della parola di Dio, la preparazione ai sacramenti, la devozione e la consacrazione al Cuore di Gesù, le varie forme di culto alla Vergine santissima, la benedizione della mensa, l'osservanza della pietà popolare.

Nel rispetto della libertà dei figli di Dio, la Chiesa ha proposto e continua a proporre ai fedeli alcune pratiche di pietà con una particolare sollecitudine ed insistenza. Tra queste è da ricordare la recita del Rosario: "Vogliamo ora, in continuità con i nostri Predecessori, raccomandare vivamente la recita del santo Rosario in famiglia. Non v'è dubbio che la Corona della beata Vergine Maria sia da ritenere come una delle più eccellenti ed efficaci preghiere in comune, che la famiglia cristiana è invitata a recitare. Noi amiamo, infatti, pensare e vivamente auspichiamo che, quando l'incontro familiare diventa tempo di preghiera, il Rosario ne sia espressione frequente e gradita" (PAOLO PP. VI, Esort. Ap. *Marialis cultus*, 52-54: AAS 66 (1974), 164 s.). Così l'autentica devozione mariana, che si esprime nel vincolo sincero e nella generosa sequela degli atteggiamenti spirituali della Vergine Santissima, costituisce uno strumento privilegiato per alimentare la comunione d'amore della famiglia e per sviluppare la spiritualità coniugale e familiare. Lei, la Madre di Cristo e

della Chiesa, è infatti in maniera speciale anche la Madre e le famiglie cristiane, delle Chiese domestiche".

4) n° 62: preghiera ed impegno quotidiano:

"la preghiera non rappresenta affatto un'evasione dall'impegno quotidiano, ma costituisce la spinta più forte perché la famiglia cristiana assuma ed assolva in pienezza tutte le sue responsabilità di cellula prima e fondamentale della società umana. In tal senso, l'effettiva partecipazione alla vita e missione della Chiesa nel mondo è proporzionale alla fedeltà e all'intensità della preghiera con la quale la famiglia cristiana si unisce alla Vite feconda, che è Cristo Signore.

Dall'unione vitale con Cristo deriva pure la fecondità della famiglia nel suo specifico servizio di promozione umana, che di per sé non può non portare alla trasformazione del mondo".

*Non so a chi portarla - la mia preghiera,  
ma io la porto.*

*Non so a chi dirla - la mia preghiera,  
ma io la dico.*

*Ghiaccia sulle mie labbra - la mia preghiera,  
ma io la porto.*

*Prende vita in uno scoppio di collera - la mia preghiera,  
ma io la dico.*

*Si sbriciola tante volte - la mia preghiera,  
ma io la porto.*

*Finisce in sei milioni di tombe - la mia preghiera,  
ma io la dico.*

*Affonda e geme senza parole - la mia preghiera,  
ma io la porto.*

*A colui che non so se la ascolta - la mia preghiera,  
ma io la dico.*

*(H. Leivick).*

**Bibliografia:**

M-J Le Guillou, *Un itinerario per la preghiera*, Il Messaggero, Padova 2011

A. Grun, *Il Padre Nostro. Come pregarlo, come viverlo*, Paoline, Milano 2010

Id, *Preghiera e conoscenza di se*, Paoline, Milano 2010

E. Bianchi, *Perché pregare. Come pregare*, Paoline, Cinisello Balsamo 2009.