

cuaderno
VITA CRISTIANA



Conoscerlo e conoscerti

La preghiera personale, luogo
di incontro con il Dio che è vicino

RUBÉN HERCE (ed.)

Rubén Herce

CONOSCERLO E CONOSCERTI

LA PREGHIERA PERSONALE, LUOGO D'INCONTRO CON IL DIO CHE È VICINO

www.opusdei.org

Contents

- Conoscerlo e conoscerti (I): rubare il cuore a Cristo
- Conoscerlo e conoscerti (II): Dalle labbra di Gesù
- Conoscerlo e conoscerti (III): In compagnia dei santi
- Conoscerlo e conoscerti (IV): Quando riusciamo a metterci in ascolto
- Conoscerlo e conoscerti (V): Come Dio ci parla
- Conoscerlo e conoscerti (VI): Dio ci parla con parole e con opere
- Conoscerlo e conoscerti (VII): Alla ricerca della connessione
- Conoscerlo e conoscerti (VIII): Al momento giusto
- Conoscerlo e conoscerti (IX): Non temere, perché io sono con te
- Conoscerlo e conoscerti (X): Gesù ci sta molto vicino
- Conoscerlo e conoscerti (XI): Siete una lettera di Cristo
- Conoscerlo e conoscerti (XII): Anime di preghiera liturgica
- Conoscerlo e conoscerti (XIII): Non si ragiona, si guarda!

Conoscerlo e conoscerti (I): rubare il cuore a Cristo

Fuori dalle mura di Gerusalemme, poco dopo mezzogiorno, tre uomini erano stati crocifissi sul Monte Calvario. Era il primo Venerdì Santo della storia. Due di essi erano ladri; il terzo, invece, era l'unico uomo completamente innocente: era il Figlio di Dio. Uno dei due malfattori, malgrado la sua intensa sofferenza e il suo esaurimento fisico, si azzardò a intavolare con Cristo una brevissima conversazione. Le sue parole piene di umiltà - «ricordati di me quando entrerai nel tuo Regno» (Lc 23, 42) - meritavano che proprio Dio fatto uomo lo assicurasse che poche ore dopo sarebbe entrato in paradiso. San Josemaría si commuoveva spesso per l'atteggiamento di quel *buon ladrone* che «con una parola rubò il cuore a Cristo e *si aprì* le porte del Cielo»[1]. Forse la preghiera potrebbe definirsi così: una parola che ruba il cuore a Gesù e ci fa vivere fin da ora accanto a Lui.

Due dialoghi sulla croce

Anche noi vogliamo che la nostra preghiera, come quella del buon ladrone al quale la tradizione dà il nome di Disma, dia molto frutto. Ci riempie di piacere sognare fino a che punto il dialogo con Dio possa trasformare la nostra vita. *Rubare il cuore* significa conquistare, innamorare, entusiasmare. Si ruba perché non abbiamo merito per *ricevere* tanto affetto. Si *rubà* ciò che non è di proprietà né lo si possiede, ma si brama ardentemente. La preghiera poggia su una cosa così semplice - anche se non di poco conto - come è imparare ad accogliere un simile dono nel nostro cuore, permettendo che ci stia vicino Gesù, che non impone mai i suoi doni, la sua grazia o il suo amore.

Accanto a Disma, anch'esso in croce sul Calvario, c'era il suo compagno di tormenti. Colpisce la lamentela che costui rivolge a Gesù: «Non sei tu il Cristo? Salva te stesso e anche noi!» (Lc 23, 39). Sono parole che appaiono come una doccia fredda. Che differenza c'è tra questi due *dialoghi*? Entrambi parlano con Gesù, ma solo Disma ricevette il regalo che il Maestro aveva preparato. Mise in atto il suo ultimo *colpo*, il migliore: la richiesta di rimanere almeno nella memoria di Cristo. Il suo compagno, invece, non aprì il suo cuore con umiltà a chi voleva liberarlo dal suo passato, offrendogli un tesoro ineguagliabile. Rivendicò il suo diritto a essere ascoltato e salvato; affrontò l'apparente ingenuità di Gesù e gli rimproverò la sua passività, anch'essa apparente. Forse aveva sempre *rubato* con questa idea: considerando che si stava riprendendo ciò che gli apparteneva. Disma, da parte sua, sapeva di non meritare nulla e questo atteggiamento riuscì ad aprire la cassaforte dell'amore di Dio. Seppe riconoscere Dio così come Egli è davvero: un Padre che ama ognuno dei suoi figli.

Meditando questi due possibili *dialoghi* che troviamo nel Vangelo, possiamo comprendere che il Signore conta sulla nostra libertà per farci felici; e anche che non è sempre facile lasciarsi amare. La preghiera può essere un mezzo stupendo per scoprire che cosa sente, pensa e vuole Gesù. La vita divina in noi è un dono. La preghiera, in questo senso, è un canale attraverso il quale trabocca il torrente

d'amore che Dio ci vuole offrire, un invito inaspettato a guadagnarci diversamente la vera vita.

Per aprire le porte del cielo

San Josemaría ci ricordava che Dio «ha voluto correre il rischio della nostra libertà»[2]. Un buon modo di ringraziarlo potrebbe essere quello di aprirci anche noi alla sua. Si potrebbe anche dire che, in questo secondo caso, noi non corriamo alcun rischio; al massimo vi potremmo riscontrare una certa apparenza di pericolo, giacché abbiamo tutto da guadagnare: la garanzia della sua promessa sono quei chiodi della croce, che ardono d'amore per noi. Osservando le cose da questo punto di vista, ci rendiamo conto di quanto sia assurdo fare resistenza alla volontà di Dio, anche se ben presto abbiamo la prova che questo ci accade con una certa frequenza. Teniamo presente che «ora vediamo come in uno specchio, in maniera confusa; ma allora vedremo a faccia a faccia. Ora conosco in modo imperfetto, ma allora conoscerò perfettamente, come anch'io sono conosciuto» (1 Cor 13, 12). Ce lo dice san Paolo: per conoscerci non c'è migliore via che guardarci attraverso Cristo, contemplare la nostra vita attraverso i suoi occhi.

Disma se ne rende conto e non gli fa paura l'enorme squarcio che si produce tra la bontà di Gesù e i suoi errori personali. Riconosce il re del mondo nel volto umiliato e sfigurato di Cristo, in quegli occhi che lo guardano con tenerezza, gli restituiscono la dignità e, in modo inatteso, gli ricordano di essere amato al di sopra di ogni cosa. È vero che può sembrare troppo facile il *lieto fine* della storia del buon ladrone; tuttavia, non conosceremo mai il dramma della conversione che provò il suo cuore in quei momenti, né la preparazione che sicuramente la rese possibile.

Aprirsi a tanto affetto ha una straordinaria somiglianza con la scoperta che la preghiera è un dono, un canale privilegiato per accogliere l'affetto di un cuore che non conosce misura né calcoli. Ci dona una vita diversa, più piena, molto più felice e sensata. Lo afferma Papa Francesco: «Pregando *facciamo il suo gioco*, gli facciamo spazio perché Egli possa agire e possa entrare e possa vincere»[3]. È Dio che ci trasformerà, è Dio stesso che rimarrà con noi, è Lui che farà tutto: ha bisogno soltanto che noi *facciamo il suo gioco*. È in questo movimento che entra in gioco la nostra libertà, guadagnata da Cristo proprio sulla croce.

La preghiera ci aiuta a comprendere che «quando Egli chiede qualcosa, in realtà sta offrendo un dono. Non siamo noi che gli facciamo un favore: è Dio che illumina la nostra vita riempiendola di significato»[4]. Ed è proprio questo che gli ruba il cuore: la porta aperta della nostra vita che si lascia fare, che si lascia amare, trasformare, che ha voglia di ricambiare, anche se non sa molto bene come fare. «Gustate e vedete quanto è buono il Signore» (Sal 34, 9). Queste poche parole riassumono il cammino che ci fa essere anime di preghiera, «perché non apprezzare ciò che si riceve, impedisce di stimolarci all'amore»[5]. Quando è stata l'ultima volta che abbiamo detto al Signore quanto è buono? Con che frequenza ci soffermiamo a considerarlo e a *gustarlo*?

Per questo motivo lo stupore è una parte essenziale della nostra vita di preghiera: l'ammirazione davanti a un prodigio che non rientra nei nostri parametri. Questo ci porta a ripetere spesso: «Quanto sei grande, e bello, e buono! E io, che ero

convinto di capirti, quanto sono sciocco. Che poca cosa saresti, se tu stessi confinato nella mia testa! Mi penetri nel cuore, e non è poco»[6]. Lodare Dio ci colloca nella verità del nostro rapporto con Cristo, attenua il peso delle nostre preoccupazioni e ci apre panorami che non avevamo mai previsto. Sono le conseguenze di aver *corso il rischio* di abbandonarci alla libertà di Dio.

Infinite maniere di pregare

Quando san Josemaría si recò in Messico, durante uno degli incontri che vi ebbe, fece ricorso a un episodio. Raccontò che un suo figlio, filosofo di professione, aveva ricevuto inaspettatamente l'incarico di occuparsi delle aziende della sua famiglia: «Quando mi parlò di affari, lo guardai negli occhi, mi misi a ridere e gli dissi: Affari? I soldi che tu guadagnerai me li metterai qui, nel palmo della mano, ed è già uno spazio fin troppo grande». Passarono gli anni e lo incontrai nuovamente; allora gli dissi: «Ecco la mia mano. Non ti dissi di posare qui quello che avresti guadagnato? Costui si alzò e, tutti incuriositi in attesa, mi baciò il palmo della mano e disse: Eccolo, è lì. Lo abbracciai e gli risposi: Mi hai ripagato con abbondanza. Grazie, birbante; che Dio ti benedica!»[7].

Durante la preghiera possiamo ben posare un bacio nella mano di Dio; offrirgli il nostro affetto, come unico tesoro, perché non abbiamo altro. Ad alcune persone basterà un gesto come questo, rivolto al Signore, per infiammarsi in una preghiera di affetti e di propositi. Sembrerà loro molto più espressivo uno sguardo che mille parole. Vorrebbero toccare tutto ciò che si riferisce a Dio. Godranno nel sentire, durante questo incontro con il Signore, la brezza sulle sponde del mare di Galilea. I sensi si svegliano e la vicinanza a Gesù rende possibili queste sensazioni che riempiono il cuore di pace e di gioia. Subito questa letizia ha bisogno di essere condivisa e l'unica cosa da fare ci porta ad aprire le braccia come Cristo per abbracciare il mondo intero e salvarlo insieme con Lui.

Però esistono molti modi di pregare, tante quante sono le persone; altri, per esempio, si accontentano semplicemente di qualche parola di consolazione. Gesù non lesina parole di ammirazione per chi ne ha bisogno: «Ecco un israelita in cui non c'è falsità» (Gv 1, 47). Ce le dirà se apriamo il nostro cuore. Nessuno ha pronunciato parole d'amore come le sue; nessuno le ha dette con tanto garbo e con tanta verità. Quando le ascoltiamo, l'amore che riceviamo traspare nel nostro sguardo. Impariamo così a guardare con Dio; scorgiamo così ciò che ogni amico o amica sarebbe capace di fare se si lasciasse guidare dalla grazia.

Vi sono anche persone che godono servendo gli altri, come Marta, l'amica del Signore che viveva a Betania. Gesù, quando il Vangelo ci narra la sua visita, non disse a Marta di sedersi, ma la invitò a scoprire l'unica cosa necessaria (cfr. Lc 10, 42) fra tutte quelle che faceva. Alle persone simili a Marta probabilmente sarà di conforto pensare, mentre pregano, che Dio opera attraverso di loro per portare molte anime in cielo. Riempiono con piacere la loro preghiera con volti e nomi di persone specifiche. Hanno bisogno di sapere di essere corredentrici con tutto ciò che fanno. Infatti, se Maria ebbe la possibilità di scegliere "la parte migliore" è proprio perché Marta serviva; a quest'ultima bastava sapere che coloro che le stavano accanto erano felici.

Altre persone, da parte loro, sono più portate verso le piccole attenzioni, verso i

regali, sia pure di poco valore. È la manifestazione di un cuore che non smette di pensare agli altri e nella vita trova sempre qualcosa che si riferisce alle creature da loro amate. Può darsi che a loro questo serva per imparare a scoprire tutti i doni che Dio ha seminato nelle loro vite. «La preghiera, proprio perché si nutre del dono di Dio che si riversa nella nostra vita, dovrebbe essere sempre ricca di memoria»[8]. Possono anche pensare di sorprendere Dio con mille dettagli minuscoli. Il fattore sorpresa ha per loro una grande importanza e indovinare ciò che seduce il Signore non è tanto difficile. Pur essendo un mistero, persino le cose più piccole lo colmano di gratitudine e gli fanno brillare gli occhi. Ogni anima che fa di tutto per avvicinarsi al suo amore – come quella di Disma negli ultimi suoi momenti – gli ruba il cuore di nuovo.

Senza voler racchiudere in schemi prestabiliti tutte le possibilità, vi sono anche anime che hanno bisogno di passare del tempo con colui che amano. Può darsi che preferiscano, per esempio, consolare Gesù. Tutto il tempo *speso* con colui che amano sembra loro poco. Per percepire l'affetto divino può servire loro pensare a Nicodemo, che era stato accolto da Gesù per una notte intera, nell'intimità di un ambiente domestico molto adatto alle confidenze. Proprio grazie a questo tempo condiviso Nicodemo sarà capace di dare la faccia nei momenti di maggiore difficoltà e di stare vicino a Cristo quando gli altri erano pieni di paura.

A volte pensiamo che conoscerci significa identificare i nostri errori: questo è vero, ma non è tutta la verità. Conoscere a fondo il nostro cuore e i nostri aneliti più intimi è la chiave per poter ascoltare Dio, per lasciarci colmare dal suo amore.

* * *

La conversazione tra Gesù e il buon ladrone fu breve ma intensa. Disma scoprì che c'era una fessura nel gran cuore innocente di Cristo: un modo facile per *assalirlo*. La volontà di Dio, spesso oscura e dolorosa, si illuminò e si illumina con l'umile richiesta del malfattore. Il suo unico desiderio è che siamo felici, molto felici, i più felici del mondo. Il buon ladrone si introdusse attraverso una fessura e s'impadronì del più grande tesoro. La Vergine Maria fu testimone di come Disma difese suo figlio. Forse con uno sguardo chiese a Gesù di salvarlo. E Cristo, incapace di negare qualcosa a sua madre, disse: «Oggi sarai con me nel paradiso» (Lc 23, 43).

Diego Zalbid

[1] San Josemaría, *Via Crucis*, XII stazione, 4.

[2] San Josemaría, *È Gesù che passa*, n. 113.

[3] Papa Francesco, *Christus vivit*, n. 155.

[4] F. Ocariz, *Felici perché chiamati, così lasceremo traccia*, Avvenire, 10 ottobre 2018.

[5] Santa Teresa di Gesù, *Vita* 10, 4.

[6] San Josemaría, *Note di una meditazione*, 9-VI-1974, in “Catequesis” 1974/1, p. 386 (AGP, biblioteca, P04).

[7] San Josemaría, *Note di una riunione familiare*, 27-XI-1972, in “Dos meses de catequesis” 1972, vol II, p. 616 (AGP, biblioteca, P04).

[8] Papa Francesco, *Gaudete et exsultate*, n. 153.

[Back to Contents](#)

Conoscerlo e conoscerti (II): Dalle labbra di Gesù

I primi discepoli di Gesù erano del tutto affascinati e stupiti dal loro Maestro: insegnava con autorità, i demoni gli stavano sottomessi, affermava di avere la potestà di perdonare i peccati, faceva miracoli perché non dubitassero... Un uomo così sorprendente doveva racchiudere in sé un mistero. Uno di quei giorni, all'alba, quando stanno per cominciare un'altra faticosa giornata, i discepoli non trovano Gesù. Escono di casa preoccupati e perlustrano la piccola città di Cafarnao. Gesù non si vede. Finalmente, in un pendio di montagna in riva al lago, lo scoprono... mentre prega! (cfr. *Mc* 1, 35).

L'evangelista ci fa pensare che in un primo momento non lo capirono, ma ben presto poterono verificare che l'episodio di Cafarnao non era un fatto isolato. La preghiera faceva parte della vita del Maestro così come la predicazione, la preoccupazione per le necessità delle folle o il riposo. Tuttavia, mentre tutte queste attività erano per loro comprensibili e anche ammirevoli, quel periodo di tempo passato in silenzio li affascinava, benché non lo comprendessero per nulla. Soltanto dopo essere rimasti per un certo tempo accanto al Maestro, ebbero il coraggio di chiedergli: «Signore, insegnaci a pregare, come anche Giovanni ha insegnato ai suoi discepoli» (*Lc* 11, 1).

Non multa...

Conosciamo la risposta di Gesù a questa richiesta: la preghiera del Padre nostro. Qualcuno potrebbe pensare che i discepoli ne fossero rimasti delusi: soltanto queste poche parole? Questo faceva il Maestro durante lunghe ore? Ripeteva sempre le stesse cose? Possiamo anche immaginare che la risposta di Gesù non dovette soddisfarli del tutto; avrebbero preferito che Gesù continuasse i suoi insegnamenti. In questo senso, il vangelo di san Matteo, a differenza di quello di san Luca, ci può illuminare un po' meglio, in quanto situa l'insegnamento del Padre nostro nel contesto del Sermone della Montagna: là Cristo aveva indicato le condizioni principali dell'orazione, di un'autentica relazione con Dio. Quali sono queste condizioni?

La prima è la *rettitudine d'intenzione*: occorre rivolgersi a Dio *in quanto* Dio, e non per altri motivi; naturalmente, non bisogna farlo soltanto perché ci vedano, né per simulare una bontà che non abbiamo (cfr. *Mt* 6, 5). Ci rivolgiamo a Dio perché egli è un essere personale, che non deve essere strumentalizzato. Ci ha dato tutto quello che possediamo, esistiamo grazie al suo amore, ci ha fatto suoi figli, si prende cura di noi con tenerezza e ha dato la propria vita per salvarci. Egli non merita la nostra attenzione soltanto, né soprattutto, perché può farci ottenere cose. La merita... perché è Lui! San Giovanni Paolo II, quando era ancora vescovo di Cracovia, lo ricordava ai giovani: «Perché pregano tutte le persone (cristiani, musulmani, buddisti, pagani)? Perché pregano? Perché pregano anche quelli che credono di non pregare? La risposta è assai semplice. Prego perché c'è Dio. So che c'è Dio. Per questo prego»^[1].

La seconda è la *familiarità*: ci rivolgiamo a chi è Padre, *Abbà*. Dio non è un essere lontano, né ancor meno un nemico dell'uomo, che è necessario tenere buono, cercando di placare continuamente la sua ira e di accontentarlo nelle sue esigenze. Egli è il padre che si preoccupa dei suoi figli, che sa ciò di cui hanno bisogno, che dà loro ciò che è più conveniente (cfr. *Mt* 6, 8), che «pone le sue delizie fra loro» (cfr. *Pro* 8, 31).

Così si comprende meglio la terza delle condizioni dell'orazione, che è quella che introduce la rivelazione del Padrenostro: *non sprecate troppe parole* (cfr. *Mt* 6, 7). In tal modo potremo sperimentare quello che ci ricordava papa Francesco: «Che dolce è stare davanti a un crocifisso, o in ginocchio davanti al Santissimo, e semplicemente essere davanti ai suoi occhi!»[2]. Troppe parole possono frastornarci e deviare la nostra attenzione. Così, invece di guardare Dio e riposare nel suo amore, si corre il pericolo di finire prigionieri delle nostre necessità urgenti, delle nostre pene o dei nostri progetti; in altre parole, possiamo finire chiusi in noi stessi, senza che l'orazione ci apra veramente a Dio e al suo amore che trasforma.

Esiste un adagio latino, *non multa, sed multum*[3], che san Josemaría usava quando si riferiva al modo di studiare poiché ricorda l'importanza di non disperdersi in molte cose – *non multa* –, ma di approfondire l'essenziale – *sed multum* –. È un consiglio che serve anche per comprendere l'insegnamento di Gesù sulla preghiera. Il Padrenostro, nella sua brevità, non è una lezione *deludente*, ma un'autentica rivelazione del modo in cui è possibile la connessione autentica con Dio.

...*sed multum*

«Alla fine ti esamineranno sull'amore; impara ad amare come Dio vuole essere amato e cambia la tua condizione»[4]. Queste parole di san Giovanni della Croce ci ricordano che amare vuol dire adattarsi all'altro, intuire i suoi gusti e godere nel soddisfarli, imparare – alcune volte con qualche sofferenza – che non basta la nostra buona intenzione, ma bisogna imparare a *indovinare*.

Ma, per amare Dio, come riusciremo a indovinare? Come sapremo i suoi gusti? Il libro di Giobbe mette in evidenza questa difficoltà quando, alla fine, umilmente dice: «Io t'interrogherò e tu istruiscimi» (*Gb* 42, 4). È la stessa richiesta che secoli dopo i discepoli rivolsero a Gesù: «Insegnaci a pregare». Imparare a pregare, dunque, non è soprattutto una questione di *tecnica* o di *metodo*. Anzitutto è apertura a un Dio che ci ha mostrato il suo vero volto e che ha aperto per noi l'intimità del suo cuore. Soltanto conoscendo quello che c'è nel cuore di Dio potremo amarlo come egli vuol essere amato. E alla luce di questa conoscenza, cambiare l'indole della nostra orazione, imparare a pregare nel modo migliore.

Il Padrenostro è, dunque, il grande insegnamento di Gesù per farci entrare in sintonia con il cuore del Padre. Perciò si è parlato del carattere *performativo* di questa preghiera: sono parole che compiono in noi quello che significano, sono parole che ci cambiano. Non soltanto semplici frasi da ripetere: sono parole per educare il nostro cuore, per insegnargli a pulsare con quei palpiti d'amore che faranno piacere a nostro Padre del cielo.

Dire *Padre* e dire *nostro* mi colloca esistenzialmente nella relazione che definisce la mia vita. Ripetere *sia fatta la tua volontà* mi insegna ad amare i progetti di Dio e recitare *rimetti a noi i nostri debiti come noi li rimettiamo ai nostri debitori* mi aiuta ad avere verso gli altri un cuore più misericordioso. «Le parole ci istruiscono e ci permettono di capire quello che noi dobbiamo desiderare e chiedere. E non come se con esse noi dovessimo convincere il Signore a concederci quello che chiediamo»[5]. Recitando questa preghiera impariamo a rivolgerci a Dio mettendo l'accento su ciò che è veramente importante.

Meditare le diverse richieste del Padrenostro, magari con l'aiuto di qualche grande commento antico – quello di san Cipriano o quello di san Tommaso[6] –, o di altri più recenti come quello del *Catechismo della Chiesa Cattolica*, può essere un buon modo di cominciare a rinnovare la nostra vita di preghiera, e così vivere con maggior intensità la storia d'amore che deve essere la nostra vita.

Con parole ispirate

I discepoli, testimoni dell'orazione di Gesù, notarono anche che egli spesso si rivolgeva a suo Padre con le parole dei salmi. Lo avrà imparato da sua madre e da san Giuseppe. I salmi alimentarono la sua preghiera fino al momento supremo del suo sacrificio sulla croce: «Eli, Eli, lamma sabachtani?» recita il primo versetto del salmo 22 in aramaico, così come lo pronunciò Gesù nel momento in cui si consumava la nostra redenzione. Anche san Matteo riporta che nell'Ultima Cena, «dopo aver cantato l'inno, uscirono verso il monte degli Ulivi» (Mt 26, 30). Quali sono gli inni con i quali Cristo pregava?

Durante il pranzo di Pasqua i giudei bevevano quattro bicchieri di vino, che rappresentavano le quattro promesse di benedizione di Dio al suo popolo quando furono liberati dall'Egitto: «Vi sottrarrò», «vi libererò», «vi prenderò» e «diventerò» (Es 6, 6-7). Si bevevano in quattro diversi momenti durante la cena. Nello stesso tempo cantavano gli inni del *Hallel*, così chiamati perché cominciavano con la parola «hallel» («alleluia»)[7]. Sicuramente Gesù li recitò tutti pieno di gratitudine e lodando Dio, suo Padre, come un vero israelita, consapevole del carattere ispirato di queste preghiere, nelle quali sono condensate sia la storia dell'amore di Dio per il suo popolo, sia le disposizioni naturali del cuore dell'uomo nei confronti di un Dio sempre più amabile: la lode, l'adorazione, la supplica, la richiesta di perdono...

Non appare strano, dunque, che i primi cristiani seguissero questo modo di pregare di Gesù, sostenuti anche dal consiglio di san Paolo: «Siate ricolmi dello Spirito, intrattenendovi a vicenda con salmi, inni, cantici spirituali, cantando e inneggiando al Signore con tutto il vostro cuore, rendendo continuamente grazie per ogni cosa a Dio Padre, nel nome del Signore nostro Gesù Cristo» (Ef 5, 18-20). Come quelle del Padrenostro, le parole dei salmi educavano i loro cuori, disponendoli a un rapporto autentico con Dio. Scoprivano, con meraviglia e gratitudine, che quei versetti avevano sempre prefigurato la vita di Cristo. E soprattutto comprendevano che il suo cuore di uomo vero era quello che meglio aveva saputo fare proprie le lodi, le richieste e le suppliche in essi contenuti. Da allora, «pregati e pienamente attuati in Cristo, i Salmi sono un elemento essenziale e permanente della preghiera della sua Chiesa. Sono adatti agli uomini di ogni condizione e di ogni tempo»[8]. Anche noi troveremo in essi «il nutrimento

solido» (*Eb* 5, 14) per la nostra orazione.

E non solo i salmi. A questi si unirono ben presto diverse composizioni - «inni e cantici spirituali» - per lodare Dio tre volte santo, che si era rivelato come comunione di persone: Padre, Figlio e Spirito. Cominciò così l'elaborazione delle preghiere che saranno utilizzate nella liturgia o che alimenteranno la pietà al di fuori di essa; il proposito era quello di aiutarci a rivolgerci a Dio con parole adeguate, che esprimessero la nostra fede in lui. Queste preghiere, frutto dell'amore della Chiesa per il suo Signore, costituiscono inoltre un tesoro nel quale possiamo educare il nostro cuore. Proprio per questo san Josemaría scriveva: «La tua preghiera deve essere liturgica. Magari ti affezionassi a recitare i salmi e le preghiere del messale, invece delle preghiere private o particolari!»[9].

Al soffio dello Spirito Santo

Tutti noi abbiamo imparato studiando dei testi scritti; perciò possiamo capire che le parole del Padrenostro, dei salmi e di altre preghiere della Chiesa ci hanno educato nel nostro rapporto con Dio, anche se finora non ci avevamo pensato. Tuttavia la parola di Dio ha una propria caratteristica: è viva, e proprio per questo può produrre novità impensate. La lettera agli Ebrei ci ricorda che «la parola di Dio è viva, efficace e più tagliente di una spada a doppio taglio; essa penetra fino al punto di divisione dell'anima e dello spirito, delle giunture e delle midolla e scruta i sentimenti e i pensieri del cuore» (*Eb* 4, 12).

Per questo le medesime parole, considerate più di una volta, non suonano sempre alla stessa maniera. Alcune volte davanti ai nostri occhi si aprono prospettive nuove, senza riuscirne a spiegare bene perché: è l'azione dello Spirito Santo che parla in noi. Lo spiegava, con precisione, sant'Agostino: «Il suono delle nostre parole percuote le orecchie, ma il vero maestro sta dentro. [...] Ne volete una prova, o miei fratelli? Ebbene, non è forse vero che tutti avete udito questa mia predica? Quanti saranno quelli che usciranno di qui senza aver nulla appreso! Per quel che mi compete, io ho parlato a tutti; ma coloro dentro i quali non parla quell'unzione, quelli che lo Spirito Santo non istruisce internamente, se ne vanno via senza aver nulla appreso»[10].

Si percepisce così la stretta relazione tra lo Spirito Santo, la parola ispirata e la nostra vita di preghiera. Ha ragione la Chiesa a invocarlo come il «Maestro interiore», che educa il nostro cuore con le parole che lo stesso Gesù ci ha insegnato, facendoci scoprire in esse prospettive sempre nuove, per conoscere meglio Dio e così amarlo ogni giorno di più.

* * *

«Maria serbava tutte queste cose meditandole nel suo cuore» (*Lc* 2, 19). L'orazione di nostra Madre si nutriva della sua stessa vita e della meditazione assidua della Parola di Dio; vi trovava la luce per vedere più in profondità le cose che le accadevano. Nel suo cantico di lode – il *Magnificat* – avvertiamo fino a che punto la Sacra Scrittura fosse il nutrimento continuo della sua preghiera. Il *Magnificat* è intessuto di riferimenti ai salmi e ad altre parole della Sacra Scrittura come, fra i tanti, il «cantico di Anna» (*1 Sam* 2, 1-11) o la visione di Isaia (*Is* 29, 19-20)[11]. Con questo nutrimento lo Spirito Santo preparava il suo sì incondizionato al messaggio

dell'angelo. Affidiamoci a lei perché anche noi permettiamo alla parola divina di educare il nostro cuore e di renderci capaci di rispondere *fiat!* – avvenga! Lo voglio! – ai tanti progetti che Dio ha per la nostra vita.

Nicolás Álvarez de las Asturia

[1] K. Wojtyła, *Esercizi spirituali per i giovani*, Libreria Editrice Vaticana, Città del Vaticano.

[2] Papa Francesco, *Evangelii Gaudium*, n. 264.

[3] Cfr. *Cammino*, n. 333.

[4] San Giovanni della Croce, *Parole di Luce e di Amore*, 59.

[5] Sant'Agostino, *Lettera 130*.

[6] Cfr. San Cipriano, *La unità della Chiesa, il Padre Nostro, A Donato*, Città Nuova, Roma 2007; San Tommaso d'Aquino, *Opuscoli spirituali: commento al Credo, al Padre nostro, all'Ave Maria e ai dieci Comandamenti*, Edizioni Studio Domenicano 1999.

[7] Lo *Hallel* si compone del *piccolo Hallel*, composto dai salmi 113 (112) a 118 (117) e del *grande Hallel*, che è il salmo 136 (135), nel quale si ripete, a ogni versetto, «perché eterna è la sua misericordia». Quest'ultimo è il salmo con il quale si conclude la cena pasquale.

[8] *Catechismo della Chiesa Cattolica*, n. 2597.

[9] *Cammino*, n. 86.

[10] Sant'Agostino, *Terza omelia sulla I Lettera di San Giovanni*, 13.

[11] Oltre a quelli già citati, vi sono riferimenti anche in *Abacuc* 3, 18; *Giobbe* 12, 19-20; 5, 11-12 e *Salmi* 113, 7; 136, 17-23; 34, 2-3; 119, 9; 103, 1; 89, 11; 107, 9; 34, 10; 98, 3; 22, 9.

[Back to Contents](#)

Conoscerlo e conoscerti (III): In compagnia dei santi

Gesù sale per la prima volta pubblicamente a Gerusalemme. Adesso si dedica in pieno all'annuncio del regno di Dio, con le parole e i miracoli. La sua fama, dopo il prodigio operato alle nozze di Cana, si estendeva un po' alla volta. Proprio allora, celato dal silenzio e dall'oscurità della sera, un maestro ebreo piuttosto conosciuto si avvicina per conversare con lui (Gv 3, 1). Nicodemo, ascoltando e guardando Cristo, aveva sentito dentro di sé una specie di terremoto. Molte cose si arrovellavano nella sua testa e preferiva mettervi ordine nell'intimità di una conversazione a tu per tu. Gesù, che conosce la sincerità del suo cuore, gli dice senza indugio: «Se uno non nasce da acqua e da Spirito, non può entrare nel regno di Dio» (Gv 3, 5).

Il dialogo prosegue nel modo più ovvio per chiunque di noi e cioè con una domanda: che cosa significa questo? Se conosco il giorno preciso in cui sono nato, addirittura l'ora, come si può nascere due volte? Gesù, per la verità, stava chiedendo a Nicodemo di non cercare soltanto di comprendere le cose, ma – ancora più importante – di lasciare entrare Dio nella propria vita. Infatti voler essere santo vuol dire nascere una seconda volta, vedere ogni cosa sotto una nuova luce; in definitiva, diventare una persona nuova: trasformarci, un po' per volta, nello stesso Cristo, «lasciando che la sua vita si manifesti in noi»[1]. I santi hanno già percorso le vie del regno di Dio: hanno scalato le sue montagne, si sono riposati nelle sue valli e hanno anche esplorato gli angoli più oscuri. Dunque, anche noi ci colmiamo di speranza. Un modo per riconoscere Cristo è proprio attraverso i santi. Le loro vite possono svolgere un ruolo importante nel cammino personale di ogni battezzato che vuole imparare a pregare.

Maria prega quando è felice...

Le donne e gli uomini che ci hanno preceduto sono testimoni che il dialogo vitale con Dio è davvero possibile in mezzo a tanto andare e venire che a volte ci può far pensare il contrario. Tra loro, una testimonianza fondamentale è quella della Madonna. Ella, per la tenera vicinanza con suo figlio Gesù nella vita quotidiana di una famiglia, ebbe l'esperienza più viva di dialogo con il Padre. Come in ogni famiglia, nella casa di Nazaret c'erano momenti buoni e momenti più difficili; tuttavia, pur in mezzo a stati d'animo molto differenti, la Madonna prega sempre.

Prega, per esempio, quando è piena di gioia. Sappiamo che, poco dopo aver ricevuto l'annuncio dell'angelo, «Maria si mise in viaggio verso la montagna e raggiunse in fretta una città di Giuda» (Lc 1, 39) per fare visita alla cugina Elisabetta. Aveva ricevuto la notizia che la famiglia sarebbe cresciuta di numero con un nuovo nipotino, cosa ben degna di essere festeggiata; ancor più trattandosi di un avvenimento inaspettato, data l'età di Elisabetta e di Zaccaria. «La descrizione che san Luca fa dell'incontro fra le due cugine è piena di emozione e ci immette in uno scenario di benedizione e di gioia»[2]; una emozione alla quale, per così dire, si unisce lo Spirito Santo, rivelando la presenza fisica del Messia, sia

al Battista che a sua madre.

Elisabetta, appena Maria entra nella sua casa, la loda affettuosamente, servendosi di parole che diventeranno una preghiera universale e alle quali noi facciamo eco ogni giorno, addentrandoci anche in questa gioia: «Benedetta tu fra le donne, e benedetto il frutto del tuo grembo» (Lc 1, 42). La Madonna, da parte sua, risponde con emozione all'entusiasmo della cugina: «L'anima mia magnifica il Signore e il mio spirito esulta in Dio, mio Salvatore». Il *Magnificat*, nome che la tradizione ha dato a questa risposta di nostra Madre, ci indica che cosa è una preghiera di lode impregnata della parola di Dio. Benedetto XVI afferma: «Maria conosceva bene le Sacre Scritture. Il suo Magnificat è un tessuto fatto di fili dell'Antico Testamento»[3]. Quando sentiamo i nostri cuori pieni di riconoscenza per un dono ricevuto, è il momento di rivolgerci a Dio senza mezzi termini nella nostra preghiera – magari con parole della Scrittura –, riconoscendo le *cose grandi* che Egli ha fatto nella nostra vita. Il ringraziamento è un atteggiamento fondamentale nella preghiera cristiana, soprattutto nei momenti di gioia.

...e anche nel dolore o nello scoraggiamento

Certamente la Madonna prega anche nei momenti di oscurità, quando sono presenti il dolore o la mancanza di senso. Ci insegna, in tal modo, un altro atteggiamento fondamentale della preghiera cristiana, espressa in maniera concisa ma luminosa nel racconto della morte di Gesù: «Stavano presso la croce di Gesù sua Madre e la sorella di sua madre» (Gv 19, 25). Maria, oppressa dal dolore, semplicemente *sta*. Lei non ha in animo di salvare suo Figlio, e neppure di risolvere la situazione. Non la vediamo chiedere conto a Dio di ciò che non comprende. Si limita a fare in modo di non perdere neppure una sola delle parole che Gesù, con un filo di voce, pronuncia dalla Croce. Perciò, quando riceve un nuovo compito, l'accetta senza esitazione: «“Donna, ecco il tuo figlio!”. Poi disse al discepolo: “Ecco la tua madre!”» (Gv 19, 26-27). Maria è in preda a un dolore che, a parere di molti, è il più terribile che una persona possa provare: assistere alla morte di un figlio. Eppure conserva la lucidità che le permette di accettare questa nuova chiamata ad accogliere Giovanni come suo figlio, e con lui noi, uomini e donne di ogni tempo.

La preghiera dolorosa vuol dire anzitutto *stare* accanto alla propria croce, amando la volontà di Dio; vuol dire saper dire *sì* alle persone e alle situazioni che il Signore pone accanto a noi. Pregare significa vedere la realtà, benché sembri particolarmente oscura, partendo dalla certezza che in essa c'è sempre un dono, che dietro a essa c'è sempre Dio. Così potremo essere capaci di accogliere le persone e le situazioni ripetendo come Maria: «Eccomi» (Lc 1, 38).

Infine, nella vita della Madonna scopriamo lo stato d'animo con cui prega, diverso da quello dell'oscurità del dolore. Vediamo Maria, accanto allo sposo Giuseppe, pregare anche in un momento di angoscia. Un giorno, mentre ritornano dal loro pellegrinaggio annuale al Tempio di Gerusalemme, si accorgono dell'assenza del figlio dodicenne e decidono di tornare indietro alla sua ricerca. Quando finalmente lo trovano mentre conversava con i maestri della legge, Maria domanda: «Figlio, perché ci hai fatto così? Ecco, tuo padre e io, angosciati, ti cercavamo» (Lc 2, 48). Anche noi molte volte ci possiamo sentire angosciati quando siamo assaliti dalla sensazione di essere insufficienti, inadempienti o

fuori posto. Ci può sembrare, allora, che tutto sia sbagliato: la vita, la vocazione, la famiglia, il lavoro... Possiamo arrivare a pensare che la strada non sia quella che ci aspettavamo. I progetti e i sogni del passato ci sembrano una ingenuità. Ci può essere di conforto sapere che Maria e Giuseppe hanno attraversato queste crisi e che neppure la loro angosciata preghiera ha avuto una risposta chiara e tranquillizzante: «Perché mi cercavate? Non sapete che io devo occuparmi delle cose del Padre mio? Ma essi non compresero le sue parole» (Lc 2, 49-50).

Pregare nei momenti di angoscia non ci garantisce di trovare soluzioni facili e rapide. Allora, che cosa fare? La Madonna ci mostra la strada: rimanere fedeli alla nostra vita, ritornare alla situazione normale e riconoscere nuovamente la volontà di Dio anche quando non la comprendiamo del tutto. E come Maria, possiamo anche serbare tutti questi eventi misteriosi, e a volte oscuri, nel cuore, *meditandoli*, ossia, osservandoli con una disposizione alla preghiera. In questo modo, un po' per volta ci renderemo conto che la presenza di Dio ritorna; avremo la prova che Gesù *cresce* in noi e si rende di nuovo visibile (cfr. Lc 2, 51-52).

Biografie che sono come le nostre vite

Maria è una testimone unica della vicinanza con Dio che aneliamo, però lo sono anche i santi, ognuno in maniera personale e specifica. «Ogni santo costituisce come un raggio di luce che scaturisce dalla Parola di Dio», insegna Benedetto XVI in un documento nel quale menziona alcuni maestri: «san Ignazio di Loyola nella sua ricerca della verità e nel discernimento spirituale; san Giovanni Bosco nella sua passione per l'educazione dei giovani; san Giovanni Maria Vianney nella sua coscienza della grandezza del sacerdozio come dono e compito; san Pio da Pietrelcina nel suo essere strumento della misericordia divina; san Josemaría Escrivá nella sua predicazione sulla chiamata universale alla santità; la beata Teresa di Calcutta, missionaria della Carità di Dio per gli ultimi»[4].

È umanamente naturale avere simpatia per certi modi di essere, per certe persone che si dedicano ad attività che ci attraggono di più o che parlano in una maniera che raggiunge direttamente il nostro cuore e la nostra mente. La conoscenza della vita e le esperienze di un santo, insieme con la lettura dei suoi scritti, sono dei momenti privilegiati per coltivare un'autentica relazione di amicizia con lui o con lei. Perciò, se si sottolineano soltanto gli esempi straordinari della vita e della preghiera dei santi, corriamo il rischio di far sì che il loro esempio sia lontano e più difficile da seguire. «Vi ricordate di Pietro, di Agostino, di Francesco? Non ho mai apprezzato quelle biografie che ci presentano – con ingenuità, ma anche con carenza di dottrina – le imprese dei santi come se essi fossero stati confermati in grazia fin dal seno materno», scrive san Josemaría, che ha sempre insistito sull'importanza di non idealizzare le persone, neppure i santi canonizzati dalla Chiesa, come se fossero stati perfetti. «Non è così. Le vere biografie degli eroi della fede sono come la nostra storia personale: lottavano e vincevano, lottavano e perdevano; in tal caso, contriti, tornavano alla lotta»[5]. Questa messa a fuoco realistica rende assai più credibile la testimonianza dei santi, proprio perché sono simili a ognuno di noi: tra i santi, dice Papa Francesco, «può esserci la nostra stessa madre, una nonna o altre persone vicine (cfr 2 Tm 1,5). Forse la loro vita non è stata sempre perfetta, però, anche in mezzo a imperfezioni e cadute, hanno continuato ad andare avanti e sono piaciute al Signore»[6].

La nostra prospettiva sull'orazione può essere più completa se la vediamo incarnata nella vita delle persone. La familiarità con i santi ci aiuta a scoprire le differenti maniere di cominciare e ricominciare a pregare di nuovo. Può darci nuove luci, per esempio, sapere che il salmo 91 fu di grande consolazione per san Tommaso Moro durante i lunghi mesi che trascorse in carcere: «Sotto le sue ali troverai rifugio... Hai fatto dell'Altissimo la tua dimora... Lo salverò, perché a me si è affidato»[7]. Il salmo che ha consolato un martire nella desolazione della prigione, davanti alla prospettiva di una morte violenta e della sofferenza delle persone che egli amava, può anche indicarci un cammino di preghiera nelle piccole e grandi contrarietà della vita.

Lo stupore di sentirsi guardati da Dio

La familiarità con i santi ci può aiutare a scoprire Dio nelle cose di ogni giorno come hanno fatto anche loro. Possiamo leggere pieni di ammirazione ciò che scoprì san Giovanni Maria Vianney, il curato d'Ars, il giorno in cui si avvicinò a uno dei suoi parrocchiani, un contadino analfabeta, che passava lungo tempo davanti al tabernacolo. *Che cosa stai facendo?*, gli chiese il prete. E il buon uomo rispose con semplicità: *Io guardo lui, e lui guarda me*. Non faceva altro. Quella risposta rimase come un insegnamento indelebile nel cuore del parroco. «La contemplazione è uno sguardo di fede fissato su Gesù»[8], insegna il Catechismo della Chiesa citando proprio questo episodio. Io lo guardo e – molto più importante – egli mi guarda. Dio ci guarda sempre, ma lo fa in una maniera particolare quando alziamo gli occhi e gli restituiamo il suo sguardo d'amore.

Un'esperienza simile l'ha vissuta san Josemaría, che rimase tanto impressionato da raccontarla molte volte durante la sua vita. Quando era un giovane sacerdote, alle sue prime esperienze pastorali, era solito rimanere tutte le mattine nel confessionale, in attesa dei penitenti. Talvolta sentiva un tintinnio di bidoni, che lo preoccupava e soprattutto lo incuriosiva. Un giorno, lasciandosi vincere dalla curiosità, il giovane don Josemaría si nascose dietro la porta per vedere chi era quel misterioso visitatore. Poté vedere un uomo che trasportava alcuni bidoni di latte e che, aperta la porta della chiesa, si rivolgeva al Signore dicendo: *Signore, ecco qui Giovanni, il lattaio*. Rimase lì un momento, poi se ne andò. Quella persona semplice, senza saperlo, dava l'esempio di una preghiera fiduciosa che meravigliò il sacerdote e lo indusse a ripetere, come un ritornello continuo: «Signore, qui c'è Josemaría, che non ti sa amare come Giovanni il lattaio»[9]. Le testimonianze di tanti santi di epoche e ambienti diversi ci confermano che è possibile sentirsi guardato con affetto da Dio, lì dove ci troviamo e così come siamo. Lo dicono in maniera credibile perché essi stessi sono stati i primi a stupirsi di questa scoperta.

Sia addormentati che svegli

I santi, dicevamo, ci aiutano anche quando li vediamo deboli e stanchi: «Ieri non sono riuscito a recitare con attenzione due Avemaria di seguito», confidava san Josemaría un giorno, verso la fine della sua vita. «Se avessi visto come soffrivo! Però, come sempre, anche se mi costava e non sapevo farlo, ho continuato a pregare: Signore, aiutami! – gli dicevo – devi essere Tu a portare avanti le cose grandi che mi hai affidato, perché ormai sai bene che io non sono capace di compiere neppure le cose più piccole: mi metto, come sempre, nelle tue mani»[10].

Anche il giovane Filippo Neri pregava: «Signore, oggi tieni le tue mani su Filippo, perché altrimenti Filippo ti tradisce»[11]; e la beata Guadalupe Ortiz de Landázuri riconosceva, in una lettera, la mancanza di consolazioni sensibili mentre pregava: «In fondo c'è Dio; anche se, soprattutto nei momenti in cui prego, non lo sento quasi mai...»[12]; per non parlare di santa Teresina di Lisieux, che scriveva: «In verità, sono lontana dall'essere una santa, e niente lo prova meglio di quello che ho appena detto. Invece di rallegrarmi della mia aridità, dovrei attribuirlo alla mia mancanza di fervore e di fedeltà. Dovrei essere desolata per il fatto che mi addormento (dopo sette anni) durante l'orazione e il ringraziamento. Ebbene, non provo desolazione... Penso che i bambinelli sono grati ai loro genitori nello stesso modo sia che dormano sia che sono svegli. Penso che, per fare le loro operazioni, i medici addormentino i loro malati»[13].

Abbiamo bisogno certamente della testimonianza e della compagnia dei santi: per convincerci giorno dopo giorno che è possibile e vale la pena coltivare la nostra amicizia con il Signore, abbandonandoci nelle sue mani: «Veramente tutti siamo capaci, tutti siamo chiamati ad aprirci a questa amicizia con Dio, a non lasciare le mani di Dio, a non smettere di tornare e ritornare al Signore, parlando con Lui come si parla con un amico»[14].

Carlo De Marchi

[1] San Josemaría, *È Gesù che passa*, n. 104.

[2] Parole del Prelato a Covadonga (Spagna), 13-VII-2018.

[3] Benedetto XVI, Omelia, 18-XII-2005.

[4] Benedetto XVI, *Verbum Domini*, n. 48.

[5] San Josemaría, *È Gesù che passa*, n. 76.

[6] Papa Francesco, *Gaudete et exsultate*, n. 3.

[7] Sal 91, 4.9.14. Cfr. Tommaso Moro, *Dialogo del conforto nelle tribolazioni*. Il terzo libro dell'opera, scritto durante la carcerazione nella Torre di Londra, è costruito come una sorta di commento ai versetti del Salmo 90 (91).

[8] *Catechismo della Chiesa Cattolica*, n. 2715.

[9] Cfr. A. Vázquez de Prada, *Il Fondatore dell'Opus Dei*, Leonardo International, Milano 1999, vol. I, p. 544.

[10] San Josemaría, 26-XI-1970, citato in J. Echevarría, *Memoria del beato Josemaría*, p. 25.

[11] Citato da Benedetto XVI nell'udienza dell'1-VIII-2012.

[12] M. Montero, In Vanguardia, *Guadalupe Ortiz de Landázuri (1916-1975)*, Rialp, Madrid 2019, p. 94.

[13] Santa Teresa de Lisieux, *Storia di un'anima, manoscritti autobiografici*,
Manoscritto A, foglio 76, r°.

[14] J. Ratzinger, "Lasciare operare Dio", ne *L'Osservatore Romano*, 6-X-2002.

[Back to Contents](#)

Conoscerlo e conoscerti (IV): Quando riusciamo a metterci in ascolto

Il Signore pensò a Mosè per una missione decisiva: guidare il suo popolo in una nuova tappa della storia della salvezza. Con il suo aiuto, Israele fu liberato dalla schiavitù in Egitto e guidato fino alla terra promessa. Per sua mediazione, il popolo ebreo ricevette le tavole della Legge e le basi del culto di Dio. In che modo Mosè poté diventare quello che è diventato? In che modo raggiunse quella sintonia con Dio che, con il tempo, lo avrebbe portato a essere un gran bene per tante persone, addirittura per tutto il suo popolo e per tutti coloro che sarebbero venuti dopo?

Benché Mosè sia stato scelto da Dio fin dalla sua nascita – basta considerare la sua sopravvivenza miracolosa alla persecuzione del Faraone – è strano che non abbia incontrato il Signore se non dopo parecchi anni. Durante la gioventù non sembrava altro che un uomo comune, sicuramente preoccupato per la gente della sua razza (cfr. *Es* 2, 15). Forse ciò che meglio spiega questa trasformazione è la sua capacità di ascoltare il Signore[1]. In modo analogo, per arrivare a essere quel che siamo chiamati a essere, anche noi abbiamo bisogno di trasformarci grazie all'ascolto. È vero che non è facile avere le prove di ciò che ci racconta il libro dell'Esodo, secondo cui «il Signore parlava con Mosè faccia a faccia, come un uomo parla con un altro» (*Es* 33, 11). È un processo che di solito dura anni – la vita intera – e spesso è necessario ricominciare a imparare a fare orazione, come se fossimo agli inizi del nostro dialogo con il Signore.

Mosè, Mosè!

Scoprire la necessità della preghiera vuol dire sapere che «Egli ci ha amati per primo» (*1 Gv* 4, 19) e che inoltre, seguendo la stessa logica, *Egli ci ha parlato per primo*: «Dio creò l'uomo a sua immagine; a immagine di Dio lo creò; maschio e femmina li creò. Dio li benedisse e disse loro...» (*Gn* 1, 27-28)[2]. Dio, che prese l'iniziativa di crearci per amore e per sceglierci in vista di una determinata missione, ci precede anche nella vita di preghiera. Nel nostro dialogo con il Signore è Lui che pronuncia la prima parola.

Questa parola iniziale si può riconoscere già nel *desiderio* di Dio, che Egli stesso ha seminato nel nostro cuore e che si ridesta in mille esperienze diverse. La prima apparizione a Mosè avvenne sull'Oreb, chiamato anche «il monte di Dio». Lì «l'angelo del Signore gli apparve in una fiamma di fuoco in mezzo a un roveto. Egli guardò ed ecco: il roveto ardeva nel fuoco, ma quel roveto non si consumava. Mosè pensò: "Voglio avvicinarmi a vedere questo meraviglioso spettacolo: perché il roveto non brucia?"» (*Es* 3, 2-3). Non si tratta di una semplice curiosità davanti a un evento straordinario, ma la chiara percezione che sta succedendo qualcosa di trascendente, di superiore a se stesso. Nella nostra vita, anche noi possiamo sorprenderci di fatti che ci fanno intravedere una dimensione più profonda della

realtà. Può essere una scoperta intima di qualcosa che forse in passato ci era accaduta senza impressionarci: intuiamo la presenza di Dio riconoscendo qualcuno dei suoi doni o notando come le contrarietà ci hanno fatto maturare e ci hanno preparato ad affrontare diverse circostanze o impegni. Può essere anche una scoperta che riguarda la realtà in cui viviamo: la famiglia, gli amici, la natura... In un modo o nell'altro, sentiamo la necessità di pregare, di ringraziare, di chiedere... e ci rivolgiamo a Dio. Questo è il primo passo.

«Il Signore vide che [Mosè] si era avvicinato per vedere e Dio lo chiamò dal roveto e disse: “Mosè, Mosè!”. Rispose: “Eccomi!”» (Es 3, 4). Il dialogo si stabilisce quando il nostro sguardo incontra quello di Dio, che già ci stava guardando. E le parole – se sono necessarie – fluiscono quando lasciamo che prima arrivino le sue. Se facessimo un tentativo da soli, non potremmo pregare. Piuttosto, conviene fissare i nostri occhi nel Signore e ricordare la sua promessa consolante: sappiate che «io sono con voi tutti i giorni, fino alla fine del mondo» (Mt 28, 20).

Ecco, dunque, che una fede che confida in Dio è un ingrediente di fondamentale importanza in una orazione sincera. Spesso il modo migliore di cominciare a pregare è chiedere al Signore che ci insegni Lui. È quello che fecero gli apostoli ed è la via che san Josemaría ci ha invitato a percorrere: «Se non ti senti preparato, va' da Gesù come andavano da Lui i discepoli: Insegnaci a pregare! E vedrai tu stesso che lo Spirito Santo viene in soccorso della nostra debolezza, poiché noi non sappiamo né che cosa si deve chiedere nella preghiera né come convenga chiederlo; ma lo Spirito in persona intercede per noi con gemiti inesprimibili, inenarrabili, poiché non esistono mezzi adeguati a descrivere la loro profondità»[3].

«Togliti i sandali dai piedi»

Alla fine di alcuni giorni di ritiro spirituale, la beata Guadalupe Ortiz de Landázuri scriveva a san Josemaría: «Del mio rapporto intimo con Dio, della mia orazione... le ho già parlato altre volte; quando metto un po' di impegno, il Signore, mi rende tutto facile e io mi lascio conquistare del tutto»[4]. L'iniziativa dell'orazione – e l'orazione stessa – sono un dono di Dio. Nello stesso tempo, bisogna anche domandarsi qual è il nostro ruolo. Il dialogo con il Signore è una grazia, e proprio per questo non è qualcosa di semplicemente passivo, perché per riceverla occorre, in qualche modo, volerla ricevere.

Oltre a disporsi in modo ricettivo, che altro si può fare per avere una vita di intensa orazione? Un buon inizio può essere renderci conto, innanzi tutto, chi siamo, rispondendo con un atteggiamento di riverenza e di adorazione. Nel dialogo del monte Oreb, «Dio disse: Non ti avvicinare! Togliti i sandali dai piedi, perché il luogo sul quale tu stai è una terra santa! E disse: Io sono il Dio di tuo padre, il Dio di Abramo, il Dio di Isacco, il Dio di Giacobbe. Mosè allora si velò il viso, perché aveva paura di guardare verso Dio» (Es 3, 5-6).

Togliersi i sandali e coprirsi il volto fu la risposta del più grande profeta del popolo d'Israele nel suo primo incontro con Dio. Con questi gesti dimostrava la propria consapevolezza di stare davanti al Dio trascendente. Qualcosa di simile possiamo fare noi quando ci avviciniamo a Gesù nel tabernacolo in atteggiamento di adorazione. Durante una veglia di preghiera, davanti a Gesù sacramentato,

Benedetto XVI si esprimeva con parole che ci suggeriscono come adorare il Signore: «Qui nell'Ostia sacra Egli è davanti a noi e in mezzo a noi. Come allora, si vela misteriosamente in un santo silenzio e, come allora, proprio così svela il vero volto di Dio. Egli per noi si è fatto chicco di grano che cade in terra e muore e porta frutto fino alla fine del mondo (cfr Gv 12, 24). Egli è presente come allora a Betlemme. Ci invita a quel pellegrinaggio interiore che si chiama adorazione. Mettiamoci ora in cammino per questo pellegrinaggio e chiediamo a Lui di guidarci»[5].

Nella nostra orazione l'atteggiamento di adorazione si può manifestare in modi diversi. Davanti al Santissimo, per esempio, ci inginocchiamo, come segno della piccolezza nei confronti di Dio. E quando, per molteplici motivi, non fosse possibile pregare davanti al Santissimo, possiamo sempre compiere alcuni atti equivalenti come guardare all'interno della nostra anima per scoprirvi il Signore e mettere l'anima in ginocchio, recitando con calma ogni parola della preghiera iniziale o di un'altra preghiera che ci ricordi che siamo alla sua presenza.

La nube lo coprì

In un secondo momento del suo dialogo con Dio, Mosè ricevette le tavole della Legge. La scena è tremenda e, nello stesso tempo, di grande intimità: «La Gloria del Signore venne a dimorare sul monte Sinai e la nube lo coprì per sei giorni. Al settimo giorno il Signore chiamò Mosè dalla nube. La Gloria del Signore appariva agli occhi degli Israeliti come fuoco divorante sulla cima della montagna. Mosè entrò dunque in mezzo alla nube e salì sul monte. Mosè rimase sul monte quaranta giorni e quaranta notti» (Es 24, 16-18).

Quella nube, oltre a manifestare la gloria di Dio ed essere figura anticipata della presenza dello Spirito Santo, favoriva un clima di intimità nel dialogo tra il profeta e il suo creatore. Questo ci dimostra che per pregare è necessario esercitarsi in alcune capacità che favoriscano l'intimità con Dio: amore per il silenzio, esteriore e interiore, costanza e una disciplina dell'ascolto che permetta di percepire la sua voce. A volte ci costa apprezzare il silenzio, e se nell'orazione non sentiamo niente, cercheremo di riempire il tempo con parole, letture o anche immagini e suoni. Però è possibile che, pur comportandoci con buone intenzioni, così non riusciamo ad ascoltare il Signore. Forse abbiamo bisogno di una *conversione al silenzio*, che è più di un semplice tacere. Durante l'estate del 1932 San Josemaría si segnò un appunto, successivamente inserito in *Cammino*, che fa vedere in modo espressivo come il dialogo con Dio tenderà sempre a passare per questa via: «Il silenzio è come il portinaio della vita interiore»[6].

Mentre i suoni esterni e le passioni interne ci allontanano da noi stessi, il silenzio favorisce il nostro raccoglimento e ci invita a interrogarci sulla nostra stessa vita. L'attivismo o la loquacità durante l'orazione non ci avvicinano a Dio, né ci permettono un'attività profonda. Se siamo agitati, non ci rimane tempo per raccoglierci, per riflettere in profondità, mentre il silenzio – interiore ed esteriore – ci conduce all'incontro con il Signore, a meravigliarci davanti a Lui. Infatti, l'orazione richiede un silenzio non semplicemente negativo, vuoto, ma che sia *pieno di Dio* e ci porti a scoprire la sua presenza. Come notava la beata Guadalupe: «Andare in fondo a questo silenzio fino ad arrivare dove c'è solo Dio; dove neppure gli angeli, senza il nostro permesso, possono entrare». E lì «adorare Dio,

lodarlo e dirgli cose tenere»[7]. Questo è il silenzio che permette di ascoltare Dio.

Si tratta, in definitiva, di far convergere la nostra attenzione – intelligenza, volontà, affetti – in Dio, per lasciarci interpellare da Lui. Perciò possiamo farci le domande che suggeriva papa Francesco: «Ci sono momenti in cui ti poni alla sua presenza in silenzio, rimani con Lui senza fretta, e ti lasci guardare da Lui? Lasci che il suo fuoco infiammi il tuo cuore? Se non permetti che Lui alimenti in esso il calore dell'amore e della tenerezza, non avrai fuoco, e così come potrai infiammare il cuore degli altri con la tua testimonianza e le tue parole?»[8].

Oltre al silenzio è ugualmente necessaria la costanza, perché pregare costa. Occorre tempo e impegno, come accadde a Mosè, che stette sei giorni coperto dalla nube e soltanto al settimo ricevette la parola del Signore. Si richiede, prima di tutto, una costanza interiore per mantenere un orario più o meno fisso per l'orazione e una durata precisa. Questa è stata una raccomandazione continua nella vita di san Josemaría: «Meditazione. Per un tempo fisso e a ora fissa. Altrimenti, finirà per adattarsi ai nostri comodi: questo è mancanza di mortificazione. E l'orazione senza mortificazione è poco efficace»[9]. Questa costanza, se è mossa dall'amore, sarà la porta d'ingresso per un rapporto di amicizia con Dio, che sarà riempito con il dialogo, perché Egli non s'impone: ci parla soltanto se noi lo desideriamo. La costanza, da parte nostra, è un modo di manifestare e coltivare un desiderio ardente di ricevere le sue parole di affetto.

Oltre la costanza esteriore, si richiede una costanza *interiore*, come parte della disciplina dell'ascolto: abbiamo bisogno di concentrare l'intelligenza che tende a disperdere, di muovere la volontà che non cessa di amare e di alimentare gli affetti che alcune volte vengono a mancare. Questo può stancare, soprattutto se bisogna farlo spesso, perché gli stimoli che ci distraggono sono numerosi. Nello stesso tempo, l'ascolto disciplinato non si può confondere con un'eccessiva rigidità o con alcuni esercizi di concentrazione troppo metodici, perché l'orazione fluisce in accordo con molte circostanze. Soprattutto fluisce dove Dio permette - «il vento soffia dove vuole» (Gv 3, 8) -, ma anche scorre in accordo con la nostra situazione particolare. A volte passiamo gran tempo pensando alle persone che amiamo, pregando il Signore per loro, e questo può essere già un dialogo d'amore.

Alcuni consigli concreti che favoriscono un ascolto disciplinato possono essere: rifuggire da una tendenza dispersiva, per potersi dedicare ed essere presente durante il dialogo, senza pensare ad altre cose; privilegiare la disposizione di chi va per imparare, riconoscendo umilmente il nostro nulla e il suo tutto, magari servendoci di giaculatorie o di brevi preghiere; fare al Signore domande aperte, lasciandogli la possibilità di rispondere quando vorrà, o semplicemente dicendogli che siamo disposti a fare quello che ci indicherà; seguire il ritmo e la direzione in cui ci portano le considerazioni del suo amore, evitando le distrazioni con altri pensieri collaterali; imparare a tenere la mente libera per lasciarci sorprendere da Lui e per sognare con i sogni di Dio, senza la pretesa di controllare troppo l'orazione. In questo modo, ci andiamo aprendo al mistero e alla logica del Signore, e questo ci permette di accettare con pace il fatto di ignorare dove ci porterà.

«Mostrami la tua gloria!»

Quando cominciamo a fare orazione, ci aspettiamo ragionevolmente che il Signore ci parli, come di fatto avviene alcune volte. Tuttavia, potrebbe essere frustrante per noi che alla fine di un incontro non avessimo ascoltato nulla, o molto poco. In ogni caso è necessario conservare la certezza che nell'orazione c'è *sempre frutto*. Sul monte Sinai Mosè «gli disse: Mostrami la tua gloria!». Sembra che il Signore voglia appagare questo desiderio: «Farò passare davanti a te tutto il mio splendore e proclamerò il mio nome: Signore, davanti a te. Farò grazia a chi vorrà far grazia e avrò misericordia di chi vorrà aver misericordia». Tuttavia d'improvviso le sue parole assumono una piega che potrebbe sembrare deludente: «Ma tu non potrai vedere il mio volto, perché nessun uomo può vedermi e restare vivo [...]. Quando passerà la mia Gloria, io ti porterò nella cavità della rupe e ti coprirò con la mano finché sarò passato. Poi toglierò la mano e vedrai le mie spalle, ma il mio volto non lo si può vedere» (*Es 33, 18-23*). Se Mosè si fosse sentito frustrato per non essere riuscito a vedere il volto di Dio, come era suo desiderio, avrebbe potuto rinunciare al suo tentativo o abbandonare il desiderio di avere futuri incontri. Invece, si lasciò portare da Dio e così riuscì a essere colui «con il quale il Signore parlava faccia a faccia» (*Dt 34, 10*).

La chiave dell'orazione non consiste nell'ottenere risultati tangibili, e ancor meno nell'essere occupati per un certo tempo. Quello che cerchiamo mediante il dialogo con il Signore non è un risultato immediato, ma essere capaci di arrivare fino a quel punto, a quello stato vitale, per così dire, nel quale l'orazione si identifica sempre più con la propria vita: pensieri, affetti, aspirazioni... Si tratta di *stare* con il Signore, rimanendo poi alla sua presenza l'intera giornata. In definitiva, il frutto principale dell'orazione è *vivere in Dio*. Così l'orazione è concepita come una *comunicazione di vita*: vita ricevuta e vita vissuta, vita accolta e vita donata. Non importa, allora, che non abbiamo sentimenti accesi o luci seducenti. In un modo molto più semplice, il tema della nostra orazione sarà – come ci diceva san Josemaría[10] – il tema della nostra vita, e viceversa, perché l'intera nostra vita si trasformerà in autentica preghiera, procedendo «ora come un fiume ampio, calmo e sicuro»[11].

Jorge Mario Jaramillo

[1] Papa Benedetto XVI suggerisce nella sua catechesi sull'orazione: «Leggendo l'Antico Testamento, una figura risalta tra le altre: quella di Mosè, proprio come uomo di preghiera», *Udienza generale*, 1-VI-2011.

[2] Lo stesso succede nel secondo racconto della creazione dell'uomo: cfr. *Gn 2, 16*. Nel testo biblico originale il corsivo non c'è.

[3] *Amici di Dio*, n. 244.

[4] Lettera, 12-XII-1949, in *Lettere a un santo*, II.

[5] Benedetto XVI, *Discorso*, 20-VIII-2005.

[6] *Cammino*, n. 281.

[7] Mercedes Eguibar Galarza, *Guadalupe Ortiz de Landázuri. Trabajo, amistad y buen humor*, Palabra, Madrid 2001, p. 87.

[8] Papa Francesco, Es. Ap. *Gaudete et exultate*, n. 151.

[9] *Solco*, n. 446.

[10] Cfr. *È Gesù che passa*, n. 174.

[11] *Amici di Dio*, n. 306.

[Back to Contents](#)

Conoscerlo e conoscerti (V): Come Dio ci parla

Territorio della Perea, a est del Giordano, nell'attuale Giordania. In cima a una collina alta millecento metri sul Mar Morto s'innalza, imponente, la fortezza di Macheronte. Erode Antipa vi ha incarcerato Giovanni il Battista (cfr. *Mc* 6, 17)[1]. La prigione, fredda e umida, era stata scavata nella roccia. Tutto è al buio. Regna il silenzio. Un pensiero tormenta Giovanni: il tempo passa e Gesù non si manifesta con la chiarezza che egli sperava. Ha avuto notizia delle sue opere (cfr. *Mt* 11, 2), ma non sembra parlare di sé come il Messia. E quando glielo chiedono direttamente, tace. È possibile che Giovanni si sia sbagliato? Egli però lo ha visto chiaramente! Ha visto lo Spirito scendere dal cielo come una colomba e fermarsi sopra di lui (cfr. *Gv* 1, 32-43). Sicché, inquieto, manda alcuni discepoli che domandano al Maestro: «Sei tu colui che deve venire o dobbiamo attendere un altro?» (*Mt* 11, 3).

Gesù risponde in modo inatteso. Invece di dare una risposta diretta, rivolge l'attenzione verso le sue opere: «I ciechi ricuperano la vista, gli storpi camminano, i lebbrosi sono guariti, i sordi riacquistano l'udito, i morti risuscitano, ai poveri è predicata la Buona Novella». Una risposta piuttosto velata, ma sufficientemente chiara per chi conosca i segni che le antiche profezie della Sacra Scrittura avevano annunciato come proprie del Messia e del suo Regno: «Di nuovo vivranno i tuoi morti, risorgeranno i loro cadaveri» (*Is* 26, 19); oppure «Allora si apriranno gli occhi dei ciechi e si schiuderanno gli orecchi dei sordi» (*Is* 35, 5). Perciò il Signore, invitando Giovanni ad avere fiducia, conclude: «E beato colui che non si scandalizza di me» (*Mt* 11, 6).

In questa scena possiamo riconoscere la situazione dell'uomo che, in modo simile a Giovanni, crede di non ascoltare Dio durante l'orazione. È allora che Gesù invita a cambiare prospettiva, smettendo di cercare certezze umane, ed entrando invece in quel misterioso gioco nel quale il Signore parla attraverso le sue opere e la Sacra Scrittura. Nelle parole finali - «beato colui che non si scandalizza di me» - scopriamo un richiamo a perseverare con fede nell'orazione, anche quando certe volte Dio non dovesse risponderci come noi speravamo.

I gesti che possono rompere il silenzio

Spesso chi comincia a fare orazione deve fare i conti con l'apparente *silenzio* di Dio: «Io gli parlo, gli racconto le mie cose, gli domando che cosa devo fare, ma egli non mi risponde, non mi dice niente». Si tratta dell'antica lamentela di Giobbe: «Io grido a te, ma tu non mi rispondi; insisto, ma non mi dai retta» (*Gb* 30, 20). È facile allora rimanere perplessi: «Ho sempre sentito dire che l'orazione è un dialogo, ma a me Dio non dice nulla. Perché? Se, come dicono, alle altre persone Dio parla..., perché a me no? Che cosa sto facendo di male?». Sono i dubbi dell'uomo che prega, e che in certi momenti possono trasformarsi in una tentazione contro la speranza: «Se Dio non mi risponde, perché pregare?». Oppure, se questo silenzio è interpretato come un'assenza, può trasformarsi in una tentazione contro la fede:

“Se Dio non mi parla, allora non c’è”.

Che cose si può replicare a tutto questo? Prima di tutto, che negare l’esistenza di Dio a causa del suo apparente silenzio, non è cosa logica. Dio potrebbe scegliere di tacere per un motivo qualsiasi, e questo non aggiungerebbe nulla alla sua esistenza o non esistenza, né al suo amore per noi. La fede in Dio e nella sua bontà è al di sopra di tutto. In ogni caso, può essere un’occasione per implorare con il salmista, con grande fede e fiducia: «Dio, non darti riposo, non restare muto e inerte, Dio» (*Sal* 83, 2).

Neppure dobbiamo dubitare della nostra capacità di ascoltare Dio. Nell’intimo dell’uomo esistono delle risorse che, con l’aiuto della grazia, gli permettono di ascoltare il linguaggio di Dio, per quanto questa capacità sia offuscata dal peccato originale e dai peccati personali. Il primo capitolo del Catechismo della Chiesa Cattolica comincia proprio con questa affermazione: “L’uomo è capace di Dio”. San Giovanni Paolo II dava questa spiegazione: “L’uomo, come dice la tradizione del pensiero cristiano, è “*capax Dei*”: capace di conoscere Dio e di accogliere il dono che Egli fa di se stesso. Creato infatti a immagine e somiglianza di Dio, è in grado di vivere un rapporto personale con lui”[2]; un rapporto personale che assume la forma di un dialogo fatto di parole e di atti[3]. E, a volte, soltanto di atti, come succede anche nell’amore umano.

Così, per esempio, come tra due persone un incrocio di sguardi può costituire un dialogo silenzioso – vi sono sguardi che parlano –, la conversazione fiduciosa dell’uomo con Dio può assumere anche questa forma; quella di «guardare Dio e sentirsi guardato da Lui. Come quello sguardo di Gesù a Giovanni, che determinò una volta per tutte l’orientamento della vita del discepolo»[4]. Dice il Catechismo che «la contemplazione è sguardo di fede»[5] e, spesso, uno sguardo può essere più valido e più carico di contenuti, di amore e di luce per la nostra vita, che non una lunga successione di parole. San Josemaría, proprio parlando della gioia che genera una vita contemplativa, affermava che «l’anima erompe ancora una volta in un cantico nuovo, perché si sente e si sa ricambiata dallo sguardo amoroso di Dio, in ogni istante della giornata»[6]. Sentire questo sguardo, che è più che sapersi guardati, è un dono che possiamo implorare con umiltà, come «mendicanti di Dio»[7].

Mai nessun uomo ha parlato così

Santa Teresa di Calcutta diceva che «nell’orazione vocale noi parliamo a Dio; in quella mentale è Lui che parla a noi, *si sparge* su di noi»[8]. È un modo di spiegare l’ineffabile: Dio ci parla *spargendosi* su di noi! È che in realtà l’orazione ha molto del mistero. Questo *incontro misterioso* tra Dio e la persona ora ha luogo in molte maniere, ma alcune di esse non sono evidenti a prima vista, totalmente comprensibili o facilmente constatabili. Proprio il Catechismo della Chiesa ci avverte: «Dobbiamo anche affrontare alcune mentalità di “questo mondo”; se non siamo vigilanti, ci contaminano; per esempio: l’affermazione secondo cui vero sarebbe soltanto ciò che è verificato dalla ragione e dalla scienza (pregare è, invece, un mistero che oltrepassa la nostra coscienza e il nostro inconscio)»[9]. Come Giovanni Battista, assai spesso bramiamo una evidenza che non sempre è possibile sul terreno del soprannaturale.

Il modo in cui Dio parla all'anima va oltre le nostre capacità, non possiamo comprenderlo del tutto: «Stupenda per me la tua saggezza, troppo alta, e io non la comprendo» (*Sal* 139, 6). Infatti, il nostro alfabeto non è l'alfabeto di Dio, il nostro idioma non è il suo idioma, le nostre parole non sono le sue parole. Quando Dio parla non ha bisogno di fare vibrare le corde vocali, e il luogo dove lo si ascolta non è l'orecchio, ma il punto più recondito e misterioso del nostro essere, che certe volte chiamano cuore e altre volte coscienza[10]. Dio parla con la realtà del suo essere e alla realtà del nostro essere, nello stesso modo in cui una stella non entra in relazione con un'altra stella con le parole ma con la forza di gravità. Dio non ha bisogno di parlarci con parole, anche se potrebbe farlo; gli basta farlo mediante le sue opere e la silenziosa azione dello Spirito Santo nelle nostre anime, muovendo il nostro cuore, inclinando la nostra sensibilità o illuminando la nostra mente per attrarci dolcemente a sé. Può darsi che, in un primo momento, non siamo neppure consapevoli di ciò, ma il trascorrere del tempo ci aiuterà a distinguere questi suoi effetti in noi: forse saremo diventati più pazienti, o più comprensivi, o lavoreremo meglio, o daremo più valore all'amicizia...; in definitiva, ameremo Dio sempre più.

Nel parlare dell'orazione, il Catechismo della Chiesa afferma che «la trasformazione del cuore che prega è la prima risposta alla nostra domanda»[11]. Una trasformazione che in genere è lenta e graduale, a volte impercettibile, ma assolutamente certa, che dobbiamo imparare a riconoscere e ad apprezzare. Lo fece san Josemaría il 7 agosto 1931: «Questa diocesi celebra oggi la festa della Trasfigurazione di nostro Signore Gesù Cristo. Nel formulare le intenzioni della santa Messa, mi sono reso conto del cambiamento interiore operato da Dio in me, in questi anni di residenza nella ex-Corte... Un cambiamento avvenuto nonostante me stesso: senza la mia cooperazione, posso dire. Credo di aver rinnovato il proposito di indirizzare tutta la mia vita al compimento della volontà divina»[12]. Questo *cambiamento interiore*, riconosciuto nell'orazione, è un modo in cui Dio parla..., e che modo! Allora si capisce ciò che le guardie del Tempio dissero di Gesù: «Mai un uomo ha parlato come parla quest'uomo» (*Gv* 7, 46). Dio parla come nessun altro può fare: cambiando il cuore.

La parola di Dio è efficace (cfr. *Eb* 4, 12), ci cambia, la sua azione nell'anima va oltre noi stessi. Lo dice lo stesso Yahweh per bocca di Isaia: «Quanto il cielo sovrasta la terra, tanto le mie vie sovrastano le vostre vie, i miei pensieri sovrastano i vostri pensieri. Come infatti la pioggia e la neve scendono dal cielo e non vi ritornano senza avere irrigato la terra, senza averla fecondata e fatta germogliare, perché dia il seme al seminatore e pane da mangiare, così sarà della parola uscita dalla mia bocca: non ritornerà a me senza effetto, senza aver operato ciò che desidero» (*Is* 55, 9-11). Questa efficacia misteriosa ci invita anche all'umiltà, che «è la disposizione necessaria per ricevere gratuitamente il dono della preghiera»[13], perché ci aiuta a confidare e ad aprirci all'azione di Dio.

La tremenda libertà di Dio

Dio parla quando vuole. Non possiamo dare indicazioni allo Spirito Santo. Non è in nostro potere dirigere la sua azione nelle nostre anime. Una volta san Josemaría ha affermato che Gesù, presente nel tabernacolo, «è un Signore che parla quando vuole, quando meno ce lo si aspetta, e dice cose ben precise. Poi tace, perché aspetta la risposta della nostra fede e della nostra lealtà»[14]. Infatti,

si entra in preghiera non per la porta del sentimento – vedere, ascoltare, sentire – ma «per la porta stretta della fede»[15], manifestata nella cura e nella perseveranza che mettiamo nei nostri momenti di preghiera; anche se a volte non ce ne accorgiamo immediatamente, questi danno sempre frutto.

È quello che è accaduto spesso anche al fondatore dell'Opus Dei; per esempio, il 16 dicembre 1931, come egli stesso ci racconta: «Volevo fare orazione, dopo la Messa, nella quiete della mia chiesa. Non ci sono riuscito. Ad Atocha ho comprato un giornale (l'ABC) e ho preso il tram. Fino a questo momento in cui scrivo, non sono riuscito a leggere più di un paragrafo del giornale. Ho sentito affluire l'orazione di affetti, copiosa e ardente. Così in tram e fino a casa»[16]. San Josemaría tenta, apparentemente senza successo, di fare orazione in un luogo raccolto. Tuttavia, pochi minuti dopo, nel frastuono di un tram pieno di gente, mentre stava cominciando a leggere le notizie della giornata, è trascinato dalla grazia di Dio a fare «l'orazione più intensa» mai fatta, come egli stesso dice.

Molti altri santi sono stati testimoni di questa libertà di Dio nel parlare all'anima quando vuole. Santa Teresa di Gesù, per esempio, lo spiegava con l'immagine della legna e del fuoco. Le era successo più di una volta che, pur avendo messo ogni sforzo – la legna –, alla fine l'orazione – il fuoco – non si propagava. Scrive: «Ridevo di me stessa e provavo piacere nel vedere la piccolezza di un'anima quando Dio non opera sempre in essa. [...] Anche se mette legna e fa quel poco che può fare da parte sua, non riesce a far ardere il fuoco del suo amore. [...] Allora un'anima, per quanto s'impegna a soffiare e a mettere legna, tanto più sembra che spenga tutto. Credo che la cosa migliore sia arrendersi del tutto, in quanto da sé sola non può nulla»[17], perché Dio parla quando vuole.

Però, nello stesso tempo, Dio ci ha parlato ripetutamente; o meglio, non smette mai di parlarci. In qualche modo, imparare a pregare consiste nell'imparare a riconoscere la voce di Dio nelle sue opere, come Gesù stesso ha fatto vedere a Giovanni Battista. Lo Spirito Santo non cessa di agire nel nostro intimo, per cui san Paolo poteva ricordare ai Corinzi che «nessuno può dire: "Gesù è Signore" se non sotto l'azione dello Spirito Santo» (1 Cor 12, 3). Questo ci riempie di pace. Chi perde di vista questo, può cadere facilmente nella disperazione: «Coloro che cercano Dio mediante la preghiera si scoraggiano presto allorquando ignorano che la preghiera viene anche dallo Spirito Santo e non solo da loro»[18]. Per non scoraggiarci mai nell'orazione è necessario avere una grande fiducia nello Spirito Santo e nella sua multiforme e misteriosa azione nelle nostre anime: «Il regno di Dio è come un uomo che getta il seme nella terra; dorma o vegli, di notte o di giorno, il seme germoglia e cresce; come, egli stesso non lo sa» (Mc 4, 26).

José Brage

[1] Cfr. Flavio Giuseppe, *Antichità giudaiche*, 18, 5, 2.

[2] San Giovanni Paolo II, *Udienza Generale*, 26-VIII-1998.

[3] Cfr. *Catechismo della Chiesa Cattolica*, n. 2567.

[4] San Josemaría, Appunti presi durante una meditazione il 9-I-1959; in *Mentre conversava con noi lungo il cammino*.

[5] *Catechismo della Chiesa Cattolica*, n. 2715.

[6] San Josemaría, Omelia “Verso la santità”, *Amici di Dio*, n. 307.

[7] Cfr. Sant’Agostino, *Sermo LVI*, 6, 9.

[8] Santa Teresa di Calcutta, *El amor mas grande*, Urano, Barcelona 2012, p. 23.

[9] *Catechismo della Chiesa Cattolica*, n. 2727.

[10] «La coscienza è il nucleo più segreto e il sacrario dell’uomo, dove egli si trova solo con Dio, la cui voce risuona nell’intimità propria (GS 16)», *Catechismo della Chiesa Cattolica*, n. 1776.

[11] *Catechismo della Chiesa Cattolica*, n. 2739.

[12] San Josemaría, *Appunti intimi*, n. 217, in Andrés Vázquez de Prada, *Il Fondatore dell’Opus Dei*, Leonardo International, Milano 1999, tomo I, p. 402.

[13] *Catechismo della Chiesa Cattolica*, n. 2559.

[14] San Josemaría, Appunti presi durante una riunione di famiglia il 18-VI-1972 (*Crónica*, 2000, p. 243).

[15] *Catechismo della Chiesa Cattolica*, , n. 2656.

[16] San Josemaría, *Appunti intimi*, n. 334, in Andrés Vázquez de Prada, *Il Fondatore dell’Opus Dei*, I, p. 409.

[17] Santa Teresa di Gesù, *Libro della Vita*, Cap. XXVII.

[18] *Catechismo della Chiesa Cattolica*, n. 2726.

[Back to Contents](#)

Conoscerlo e conoscerti (VI): Dio ci parla con parole e con opere

Dio ci parla. Continuamente. Parla con parole e anche con opere. Il suo linguaggio è molto più ricco del nostro. È capace di sollecitare risorse segrete nel nostro intimo servendosi, per esempio, delle persone o di ciò che succede attorno a noi. Dio ci parla nella Scrittura, nella liturgia, attraverso il magistero della Chiesa... Dato che ci guarda sempre con amore, cerca il dialogo con noi in ogni vicenda della vita, chiamandoci sempre a essere santi. Per poter ascoltare questo misterioso linguaggio divino, facciamo in modo di cominciare sempre la nostra orazione con un atto di fede.

Da dentro...

Dio parla agendo sulle nostre potenze personali, che può muovere dall'interno: allo nostra intelligenza, attraverso le ispirazioni; ai nostri sentimenti, attraverso gli affetti; alla nostra volontà, attraverso i propositi. Perciò, come ci ha insegnato san Josemaría, alla fine della nostra orazione possiamo dire: «Ti ringrazio, Dio mio, dei buoni propositi, affetti e ispirazioni che mi hai comunicato in questa orazione».

Ma nel considerare questa realtà, può sorgere un dubbio: «Come posso sapere se è lui che mi parla? Come posso sapere che questi propositi, affetti e ispirazioni non sono semplici idee, desideri e sentimenti miei?». La risposta non è facile. Pregare è un'arte che s'impara con il tempo e con l'aiuto della direzione spirituale. Però possiamo sicuramente dire che viene da Dio tutto ciò che ci porta ad amare lui e gli altri, a compiere la sua volontà, anche quando comporta sacrificio e generosità. Sono molte le persone abituate a pregare che possono dire: «Nella mia preghiera penso le stesse cose che penso durante la giornata ma con una differenza: alla fine termino sempre dicendo, nel mio cuore: "però non si faccia la mia volontà ma la tua", e questo non mi succede negli altri momenti».

Molte volte Dio parla direttamente al cuore, il cui linguaggio conosce meglio di tutti. Lo fa attraverso i profondi desideri che egli stesso semina. Ecco perché spesso ascoltare Dio consiste nell'indagare nel nostro cuore e nell'avere il coraggio di sottoporli i nostri aneliti con l'intenzione di distinguere che cosa ci aiuta a compiere la sua volontà da tutto quello che non ci aiuta. Che cosa desidero realmente? Perché? A che cosa sono dovuti questi slanci? Dove mi conducono? Mi sto ingannando, fingendo che non esistano e ignorandoli? Tenendo presenti tali domande, normali in chi vuole vivere una vita di orazione, papa Francesco ci raccomanda: «Per non sbagliarsi occorre [...] chiedersi: io conosco me stesso, al di là delle apparenze e delle mie sensazioni? So che cosa dà gioia al mio cuore e che cosa lo intristisce?»[1].

Oltre che parlare al nostro cuore e alla nostra intelligenza, Dio lo fa anche

attraverso i nostri *sensi interni*: parla alla nostra immaginazione, suscitando una scena o una immagine; e parla alla nostra memoria, riproponendo un ricordo o alcune parole che possono essere una risposta alla nostra orazione o una indicazione dei suoi desideri. Ecco, per esempio, che cosa accadde a san Josemaría l'8 settembre 1931. Stava pregando nella chiesa del Patronato degli infermi, senza averne molta voglia – lo scrive egli stesso –, con l'immaginazione a briglia sciolta, «quando mi resi conto che, senza volerlo, ripetevo delle parole latine cui non avevo mai fatto caso e che non avevo motivo di serbare nella memoria. Persino ora, per ricordarle, dovrò leggerle sulla scheda che porto sempre in tasca per segnarmi ciò che Dio vuole. [...] (mosso istintivamente dall'abitudine annotai, lì nel presbiterio, quella frase, senza darle importanza): così dicono le parole della Scrittura che mi trovai sulle labbra: “*Et fui tecum in omnibus ubicumque ambulasti, firmans regnum tuum in aeternum*”. Applicai l'intelligenza al senso della frase, ripetendola adagio. E ieri pomeriggio, e oggi stesso, quando ho riletto queste parole (poiché, ripeto, quasi che Dio si fosse impegnato a confermarmi che erano sue, non le ricordo da una volta all'altra) ho compreso bene che Gesù Cristo voleva dirmi, per nostra consolazione, che “l'Opera di Dio starà con Lui in ogni luogo, consolidando il regno di Gesù Cristo per sempre”»[2].

Per parlarci, Dio può servirsi anche degli appunti che prendiamo in un corso di ritiro o in un incontro di formazione, specialmente quando li rileggiamo durante l'orazione cercando di coglierne il senso. Lì forse potremo scoprire un filo conduttore o ripetizioni che ci forniscano una pista di ciò che il Signore vuole dirci.

Un sussurro incessante

È vero che alcune volte il Signore ci parla chiaramente e in maniera soprannaturale, ma di solito questo non accade. Di solito Dio parla a bassa voce e perciò a volte non ci rendiamo conto dei piccoli doni – propositi, affetti, ispirazioni – che ci dà durante una normale orazione. Ci può succedere come al generale siriano Naaman che, quando il profeta Eliseo lo invitò a immergersi sette volte nel fiume per guarire dalla lebbra, si lamentò e disse: «Ecco, io pensavo: certo, verrà fuori, si fermerà, invocherà il nome del Signore suo Dio, toccando con la mano la parte malata e sparirà la lebbra» (2 Re 5, 11). Naaman si era rivolto al Dio d'Israele, ma si aspettava qualcosa di appariscente, magari clamoroso. Per fortuna i suoi servi lo fecero riflettere: «Se il profeta ti avesse ingiunto una cosa gravosa, non l'avresti forse eseguita? Tanto più ora che ti ha detto: “Bagnati e sarai guarito”» (2 Re 5, 13). Il generale ritornò sui suoi passi per compiere il consiglio, apparentemente troppo semplice, e in tal modo entrò in contatto con il potere salvifico di Dio. Sarà bene che nell'orazione diamo il giusto valore a queste piccole luci su *ciò che già si sapeva*, alle mozioni dello Spirito Santo sulle *cose di sempre*, agli affetti di scarsa intensità, ai propositi *facili*, senza disprezzarli in quanto prosaici, perché tutto ciò potrebbe essere di Dio.

A una domanda sull'orazione il cardinale Ratzinger rispose così: «Generalmente Dio non parla troppo forte, ma ci parla spesso. Ascoltarlo dipende, com'è naturale, dal fatto che il ricettore – diciamo così – e l'emittente siano in sintonia. Ora, nei nostri tempi, con il nostro attuale stile di vita e con il nostro modo di pensare, ci sono troppe interferenze tra i due e sintonizzarsi riesce particolarmente difficile... È ovvio che Dio non parla troppo forte; ma nel corso di un'intera vita ci parla

sicuramente attraverso segni o servendosi di incontri con altre persone. Basta semplicemente fare un po' di attenzione e non consentire che le cose esterne ci assorbano completamente»[3]. Questa capacità di fare attenzione è strettamente legata al raccoglimento interiore – a volte anche a quello esteriore – ed è una cosa alla quale ci dobbiamo allenare. Per percepire Dio è indispensabile fare in modo di avere dei momenti nei quali mettiamo da parte il daffare quotidiano e affrontiamo la forza della solitudine di stare con lui. Abbiamo bisogno di silenzio.

La cosa certa è che Dio ci parla in mille modi. Può succedere che siamo così abituati ai suoi doni che non ce ne rendiamo più conto, che non lo riconosciamo, come accadeva ai compaesani di Gesù: «Non è egli forse il figlio del carpentiere? Sua madre non si chiama Maria e i suoi fratelli Giacomo, Giuseppe, Simone e Giuda? E le sue sorelle non sono tutte fra noi?» (Mt 13, 55-56). Dobbiamo chiedere allo Spirito Santo che ci dilati le pupille, ci apra gli orecchi, ci purifichi il cuore e ci illumini la coscienza per saper riconoscere il suo sussurro incessante, il suo mormorio perenne nel nostro intimo.

Dio ci ha già parlato

Quando Gesù risponde ai discepoli di Giovanni il Battista enumerando i suoi segni - «i ciechi ricuperano la vista, gli storpi camminano, i lebbrosi sono guariti, i sordi riacquistano l'udito, i morti risuscitano, ai poveri è predicata la buona novella» (Mt 11, 5) – sta annunciando il compimento delle antiche profezie della Sacra Scrittura sul Messia. Dio ha parlato e parla a ciascuno di noi soprattutto attraverso la Sacra Scrittura: «Nei Libri Sacri il Padre che è nei cieli viene con molta amorevolezza incontro ai suoi figli ed entra in conversazione con loro»[4]. Proprio per questo «la lettura della Sacra Scrittura dev'essere accompagnata dalla preghiera, affinché possa svolgersi il colloquio tra Dio e l'uomo; infatti “gli parliamo quando preghiamo e lo ascoltiamo quando leggiamo gli oracoli divini” (Sant'Agostino, *De officiis* I, 88)»[5]. Le parole della Bibbia non sono soltanto ispirate *da* Dio, ma sono anche ispiratrici *di* Dio.

In maniera particolare ascoltiamo Dio nei Vangeli, che contengono le parole e i fatti di nostro Signore Gesù Cristo. Lo sottolinea l'autore della Lettera agli Ebrei: «Dio, che aveva già parlato nei tempi antichi molte volte e in diversi modi ai padri per mezzo dei profeti, ultimamente, in questi giorni, ha parlato a noi per mezzo del Figlio» (Eb 1, 1-2). Sant'Agostino riteneva che il Vangelo fosse «la bocca di Cristo: è seduto in Cielo, ma non ha smesso di parlare sulla terra»[6]. Per questo la nostra orazione si avvale della meditazione del Vangelo; leggendo, meditando, rileggendo, imprimendolo nella memoria, riflettendo continuamente sulle sue parole: Dio parla così al nostro cuore.

San Josemaría, seguendo la tradizione della Chiesa, raccomandava continuamente di ascoltare Dio attraverso la meditazione dei vangeli: «Ti consiglio, nella tua orazione, di intervenire negli episodi del Vangelo come un personaggio fra gli altri. Cerca anzitutto di raffigurarti la scena o il mistero che ti deve servire per raccoglierti e meditare. Poi applica ad essa la mente, prendendo in considerazione uno o l'altro dei lineamenti della vita del Maestro: la tenerezza del suo Cuore, la sua umiltà, la sua purezza, il suo modo di compiere la Volontà del Padre. Quindi raccontagli tutto quello che in queste cose ti suole capitare, quello che senti, i fatti della tua vita. E presta attenzione, perché forse Egli vorrà indicarti qualche cosa: è

il momento delle mozioni interiori, di renderti conto, di lasciarti convincere»[7]. Il nostro impegno si esprime nelle azioni concrete: *raffigurare* la scena, *intervenire* negli episodi, *prendere in considerazione* un lineamento del Maestro, *raccontargli* quello che ci succede... A questa farà seguito una eventuale risposta di Dio: *indicarci* questa o quella cosa, *suscitare* nella nostra anima alcune mozioni interiori, farci *rendere conto* di qualcosa. Così si costruisce il dialogo con Lui.

Un'altra volta san Josemaría ci invitava anche a contemplare e imitare Cristo con queste parole: «Sii tu un personaggio in quell'intreccio divino e reagisci. Contempla i miracoli di Cristo, ascolta il flusso e riflusso della moltitudine attorno a Lui, scambia parole di amicizia con i primi Dodici... Guarda il Signore negli occhi e innamorati di Lui, per essere tu un altro Cristo»[8]. Contemplare, ascoltare, scambiare parole di amicizia, guardare... sono azioni che ci obbligano a stare svegli e a rendere operative le nostre facoltà e i nostri sensi, la nostra immaginazione e la nostra intelligenza. Perché ognuno di noi sta lì, in ogni pagina del Vangelo. Ogni scena, ogni atto di Gesù sta dando un senso e illumina la mia vita. Le sue parole si rivolgono a me e sostengono la mia esistenza.

José Brage

[1] Papa Francesco, Es. ap. *Christus vivit*, 25-III-2019, n. 285.

[2] San Josemaría, *Appunti intimi*, n. 273, in A. Vázquez de Prada, *Il Fondatore dell'Opus Dei*, vol. I, p. 406.

[3] Joseph Ratzinger, *Il sale della terra*, Ed. San Paolo.

[4] Concilio Vaticano II, Cost. dogm. *Dei Verbum*, n. 21. Cfr. Catechismo della Chiesa Cattolica, n. 2700.

[5] Concilio Vaticano II, Cost. dogm. *Dei Verbum*, n. 25. Cfr. Catechismo della Chiesa Cattolica, n. 2653.

[6] Sant'Agostino, *Sermo* 85, 1.

[7] San Josemaría, *Amici di Dio*, n. 253.

[8] San Josemaría, Appunti presi durante una meditazione, 12-X-1947, in *Mientras nos hablaba en el camino*, p. 36.

Conoscerlo e conoscerti (VII): Alla ricerca della connessione

Nel secolo scorso si è molto parlato della esistenza di un telefono rosso che metteva in comunicazione i capi di due grandi potenze mondiali, benché si trovassero a migliaia di chilometri di distanza. L'idea che persone tanto lontane potessero parlare direttamente causò molta sorpresa. Tuttavia allora non erano immaginabili i dispositivi mobili che oggi conosciamo. Riferendosi a quel dispositivo, nel 1972 san Josemaría disse che noi abbiamo «un filo diretto con Dio nostro Signore, molto più diretto [...]. È tanto buono, che è sempre disponibile, che non ci fa fare anticamera»[1].

Sappiamo per fede che il Signore è sempre all'altro capo della linea. Eppure, quante volte abbiamo avuto difficoltà nell'ascoltarlo o nell'essere puntuali ai tempi che avevamo previsto per l'orazione! Alcune persone affermano: «non riesco a collegarmi con Dio». È un'esperienza dolorosa che può indurre ad abbandonare l'orazione. Probabilmente sarà capitato anche a noi. A volte, pur impegnandoci molto, anche avendola fatta per anni, persiste la sensazione di non saper parlare con Dio: pur essendo sicuri di avere un filo diretto con lui, non riusciamo a superare il monologo interiore, non raggiungiamo quell'intimità alla quale tanto aneliamo.

Papa Francesco ci invita a «mantenere la “connessione” con Gesù, essere “in linea” con Lui [...]. Così come ti preoccupi di non perdere la connessione a Internet, assicurati che sia attiva la tua connessione con il Signore, e questo significa non interrompere il dialogo, ascoltarlo, raccontargli le tue cose»[2]. Come rimanere svegli all'altro capo della linea? Che cosa possiamo fare perché la nostra orazione sia un dialogo a due? Qual è la via per continuare, con il passare degli anni, ad aumentare l'intimità con il Signore?

Testo scritto da san Josemaría, dove si legge: “Preghiera preparatoria. Signore mio e Dio mio, credo fermamente che sei qui, che mi vedi, che mi ascolti. Ti adoro con profonda riverenza. Ti chiedo perdono dei miei peccati e grazia per fare con frutto questa orazione. Madre mia immacolata, san Giuseppe padre e signore mio, Angelo mio custode, intercedete per me”

Li guarda dalla riva

Dopo la Risurrezione i discepoli si trasferiscono in Galilea, secondo l'indicazione data dal Signore alle sante donne: «Là mi vedranno» (Mt 28, 10). È quasi l'alba. Pietro e Giovanni, insieme ad altri cinque, remano verso terra dopo una notte di pesca infruttuosa. Gesù li guarda dalla riva (cfr. Gv 21, 4). In modo simile a ciò che accade in questo racconto, quando cominciamo a pregare ci mettiamo alla presenza di Gesù, sapendo che egli ci sta guardando; ci osserva dalla riva in atteggiamento di attesa e di ascolto. Immaginare che lo sguardo del Signore si posi su di noi ci aiuterà durante tutta l'orazione. Anche noi vogliamo guardarlo: «Che io ti veda; qui sta il nucleo della preghiera»[3]. In effetti, all'origine del dialogo con

Dio c'è un incrocio di sguardi fra due persone che si amano: «Guardare Dio e lasciarsi guardare da Dio: questo è pregare»[4].

Ma abbiamo anche voglia di ascoltare le sue parole, di accorgerci di quanto ci ama e di sapere ciò che desidera. I discepoli non avevano pescato nulla; però Gesù rivolge loro la parola, dà loro alcune istruzioni perché non rimangano a mani vuote: «Gettate le reti dalla parte destra della barca e troverete» (Gv 21, 6). Le buone conversazioni dipendono molte volte dalla sintonia che si stabilisce con le prime parole. Nello stesso modo, i primi minuti di orazione sono importanti perché costituiscono un modello per i rimanenti. Impegnarsi nel cominciare la conversazione ci aiuterà a mantenere vivo con maggiore facilità il dialogo successivo.

Fino a quel momento quelli che si trovavano nella barca dubitavano. Quando videro le reti piene di pesci, quando si resero conto di essere entrati in quel dialogo con Gesù che era stato più efficace di tante ore di sforzi solitari, Giovanni dice a Pietro: «È il Signore!» (Gv 21, 7). Questa certezza è già un inizio di preghiera: il Signore è qui, accanto a noi, sia che stiamo davanti al tabernacolo che in qualsiasi altro luogo.

Come lo Spirito Santo ci permette

Trascinando la barca, appesantita dalle reti piene, i discepoli raggiungono la riva. Vi trovano una inattesa colazione a base di pane e pesce alla brace. Sedutisi attorno al fuoco, mangiano in silenzio. Nessuno «osava domandargli: “Chi sei?”, poiché sapevano bene che era il Signore» (Gv 21, 12). Il peso della conversazione ricade su Gesù. Sicuramente, la chiave nell'orazione è lasciar fare a Dio, a parte l'impegno del proprio cuore. Quando fu chiesto a san Giovanni Paolo II com'era la sua orazione, rispose: «Bisognerebbe chiederlo allo Spirito Santo! Il Papa prega come lo Spirito Santo gli permette di pregare»[5]. L'elemento più importante è il *tu*, perché è Dio che prende l'iniziativa.

Dopo esserci messi alla presenza di Dio, è necessario *smorzare ogni rumore* e cercare un silenzio interiore che comporta un certo impegno. Così sarà più facile ascoltare la voce di Gesù che ci domanda: «Figlioli, non avete nulla da mangiare?» (Gv 21, 5); e che ci dà questa indicazione: «Portate un po' di pesce» (Gv 21, 10); o che ci chiede amabilmente: «Seguimi» (Gv 21, 19). Il Catechismo della Chiesa suggerisce che è necessario un combattimento per poterci *scollegare* (dagli eventi) e *collegare* (con il Signore) e così parlare con Dio nella solitudine del nostro cuore[6]. I santi hanno ripetuto spesso questo consiglio: «Lascia per un momento le tue occupazioni abituali; entra per un istante in te stesso, lontano dal tumulto dei tuoi pensieri. Mandala via le preoccupazioni opprimenti; allontana da te tutto ciò che ti turba [...]. Entra nell'ospitalità della tua anima; escludi tutto, eccetto Dio e ciò che ti possa aiutare a cercarlo; così, chiuse tutte le porte, vai dietro a Lui. E dunque, anima mia, di' a Dio: “Il tuo volto, Signore, io cerco; voglio vedere il tuo volto” (Sal 27, 8)»[7].

Non sarà sempre semplice, perché il lavoro e le preoccupazioni attraggono fortemente la nostra memoria e la nostra immaginazione, e possono riempire la nostra interiorità. Non c'è dubbio che non esiste una bacchetta magica, perché di solito le distrazioni sono inevitabili ed è difficile mantenere un'attenzione

continua. San Josemaría consigliava di trasformarle in tema di conversazione con Gesù, approfittandone «per pregare per l'oggetto della distrazione, per quelle persone, lasciando poi agire il Signore, che trae sempre ciò che vuole da ogni fiore»[8]. È anche un aiuto efficace trovare buoni momenti e luoghi propizi; anche se si può pregare dappertutto, non tutte le circostanze favoriscono il dialogo né esprimono il desiderio sincero di pregare.

La preghiera introduttiva: la connessione

Con l'obiettivo di facilitare la *connessione*, san Josemaría raccomandava una preghiera introduttiva che egli era solito utilizzare[9]. Con queste parole ci insegna a cominciare con un atto di fede e con una disposizione umile: «Credo che sei qui», «ti adoro con profonda riverenza». È semplicemente una maniera di dire a Gesù: «Sono venuto a stare con te, voglio parlarti e vorrei che anche tu mi parlassi; ti dedico questi minuti con la speranza che questo incontro mi aiuti a unirmi di più alla tua volontà».

Quando diciamo «credo fermamente», stiamo dicendo una cosa vera, ma anche un desiderio; chiediamo al Signore di aumentarci la fede, perché sappiamo che «è la fede a dare le ali alla preghiera»[10]. Questo atto di fede ci porta immediatamente all'adorazione con la quale riconosciamo, da una parte, la sua grandezza e, nello stesso tempo, gli comunichiamo la decisione di abbandonarci nelle sue mani. Subito dopo riconosciamo le nostre debolezze chiedendo perdono e grazia, perché «l'umiltà è il fondamento della preghiera»[11]. Sappiamo di essere piccoli a confronto della sua grandezza, e privi di risorse personali. La preghiera è un dono gratuito che l'uomo deve chiedere come un mendicante. Perciò san Josemaría concludeva che «la preghiera è l'umiltà dell'uomo che riconosce la sua profonda miseria»[12].

Credere, adorare, domandare perdono e chiedere aiuto: quattro movimenti del cuore che ci permettono una buona *connessione*. Ci può essere di aiuto la ripetizione serena di questa preghiera introduttiva, se la gustiamo parola per parola. Forse converrà ripeterla diverse volte, fino a quando la nostra attenzione non resta concentrata sul Signore. Può esserci utile anche costruire una preghiera introduttiva più personale e impiegarla quando saremo più aridi o svagati. In generale, se siamo distratti o abbiamo la mente vuota, ripetere con calma una preghiera vocale (il Padrenostro o quella che ci viene in mente al momento) è vantaggioso per fissare l'attenzione e rasserenare l'anima: una, due, tre volte, staccando le parole o cambiandone alcune.

Un fuoco acceso: il dialogo

Questa connessione iniziale precede il nucleo dell'orazione, quel «dialogo con Dio, cuore a cuore, in cui interviene tutta l'anima: l'intelligenza e l'immaginazione, la memoria e la volontà»[13]. Se ritorniamo all'alba di quel giorno nel quale i discepoli erano ancora esterrefatti per la pesca miracolosa, Gesù accende un fuoco per cuocere ciò che ha preparato. Possiamo immaginare come lo avrà fatto, evitando i rischi che comporta accendere un fuoco. Nello stesso modo, se equipariamo l'orazione a un piccolo fuoco che vogliamo veder aumentare, prima di tutto dobbiamo trovare il combustibile adatto.

Il combustibile che alimenta il fuoco è di solito l'insieme di attività che abbiamo tra le mani e la nostra situazione personale: l'*argomento* del dialogo è la nostra vita. Le nostre gioie, le nostre tristezze e le nostre preoccupazioni sono il miglior riassunto di ciò che abbiamo nel cuore. Con parole semplici la nostra conversazione deve essere adattata al terreno della vicenda quotidiana, come possiamo immaginare sia accaduto durante la colazione pasquale. Inoltre, non poche volte, comincerà con un: «Signore, non so...»[14]. Nello stesso tempo, l'orazione cristiana non si limita ad aprire a Dio la propria intimità, in quanto alimentiamo in un modo particolare la fiamma con la vita stessa di Cristo. Parliamo con Dio anche di lui, del suo passaggio sulla terra, della sua voglia di redenzione. Insieme a tutto questo, dato che ci sentiamo responsabili dei nostri fratelli, «il cristiano non lascia il mondo fuori dalla porta della sua camera, ma porta nel cuore le persone e le situazioni, i problemi, tante cose»[15].

A questo punto, ognuno cercherà i modi di pregare che lo aiutano di più. Non esistono regole fisse. Non c'è dubbio che seguire un certo metodo ci permette di sapere che cosa fare finché sperimentiamo l'iniziativa di Dio. Per esempio, alcune persone hanno bisogno di un programma flessibile di orazione durante la settimana. Alle volte scrivere quello che diciamo offre molti vantaggi per non distrarci. L'orazione sarà in un certo modo nei periodi di lavoro intenso e in un altro modo nei periodi più tranquilli; inoltre sarà adattata al tempo liturgico nel quale si trova la Chiesa. Sono molte le strade che ci si aprono: tuffarci nella contemplazione del Vangelo cercando l'Umanità Santissima del Signore o meditare un argomento aiutati da un buon libro, consapevoli che la lettura favorisce l'esame; ci saranno giorni di maggiori richieste, lodi o adorazione; recitare con calma alcune giaculatorie è un buon metodo per i momenti di agitazione interiore; altre volte staremo in silenzio, sapendo di essere guardati da Cristo o da Maria. Alla fine, qualunque sia la via per la quale lo Spirito Santo ci ha portati, tutto ci conduce a «conoscerlo e conoscerti»[16].

Il vento e il fogliame

A parte il buon *combustibile*, ci conviene tener conto degli ostacoli che possiamo incontrare per mantenere viva la fiamma: il *vento* dell'immaginazione che tenta di spegnere la debole fiamma iniziale e il *fogliame umido* delle piccole miserie che faremo in modo di bruciare.

L'immaginazione ha sicuramente un ruolo importante nel dialogo e dovremo contare su di essa specialmente quando contempliamo la vita del Signore; però, nello stesso tempo, è la *pazza di casa*, quella che suole essere la protagonista del nostro mondo fantastico. Avere una fantasia troppo sciolta e senza controllo è fonte di dispersione. Ed ecco, dunque, la necessità di respingere gli attacchi del vento che vuole spegnere il fuoco e, contemporaneamente, stimolare ciò che aiuta a tenerlo vivo. C'è un particolare significativo nell'incontro del Risorto con i suoi discepoli sulla riva del lago di Tiberiade. Soltanto uno di loro è stato sul Calvario, san Giovanni, ed è proprio lui che si accorge del Signore. Il contatto con la croce ha purificato il suo sguardo: è diventato più fine e capace di indovinare. Il dolore spiana il cammino dell'orazione; la mortificazione interiore porta l'immaginazione a ravvivare la fiamma, evitando che si trasformi in un vento senza controllo che la soffochi.

Infine, dobbiamo tener conto dell'*umidità del fogliame*. Nel nostro intimo c'è un sottobosco di cattivi ricordi, di piccoli rancori, di suscettibilità, di invidie, di confronti, di sensualità e di brama di successo che ci fanno centrare su noi stessi. L'orazione ci porta proprio nella direzione contraria: a dimenticarci dell'io con l'obiettivo di centrarci in Lui. Abbiamo bisogno che questo fondo affettivo prenda aria nella nostra orazione, portando questa umidità alla luce, esponendola al sole che è Dio, dicendo: «Guarda questo, e questo, le tante cose cattive che lascio davanti a te, Signore: purifica tutto». Allora gli chiederemo aiuto per perdonare, dimenticare, rallegrarci del bene altrui; per vedere il lato positivo delle cose, rifiutare le tentazioni o apprezzare le umiliazioni. In tal modo evaporerà quell'umidità che potrebbe rendere difficile la nostra conversazione con Dio.

Un desiderio che continua

Connessione, dialogo e bilancio. Il tratto finale dell'orazione è il momento per *tirare le somme*, per sapere che cosa portiamo via. Questo induceva san Josemaría a pensare ai «propositi, affetti e ispirazioni»^[17]. Dopo il dialogo con Dio si fa strada spontaneamente il desiderio di migliorare, di compiere la sua volontà. Questo desiderio, diceva sant'Agostino, è già una buona preghiera: finché continuerai a desiderare, continuerai a pregare^[18]. Alcune volte queste intenzioni si tradurranno in propositi, che spesso saranno concreti e pratici. In ogni caso l'orazione serve da slancio per vivere alla presenza di Dio le ore successive. Gli affetti potranno essere stati presenti con maggiore o minore vivacità; non sempre sono importanti, benché, se non ci fossero gli affetti, dovremmo domandarci dove mettiamo abitualmente il cuore. Naturalmente, non si tratta necessariamente di emozioni sensibili, perché gli affetti possono anche essere suscitati dai sereni desideri della volontà, come quando uno *vuole amare*.

Le ispirazioni sono luci di Dio che sarà bene apprezzare, perché ci aiuteranno molto nelle orazioni future. Dopo qualche tempo, possono essere un buon combustibile che tenga desta l'anima nei momenti di maggiore aridità, nei quali siamo poco lucidi o apatici. Anche se quando intravediamo queste ispirazioni siamo convinti che non le dimenticheremo mai, in realtà il tempo logora la memoria. Per questo conviene prenderne nota a caldo, quando siamo in grado di scriverle con una vivezza straordinaria: «Quelle parole, che ti hanno colpito durante l'orazione, incidile nella memoria e recitale lentamente, più volte, durante la giornata»^[19].

Non dimentichiamo mai l'aiuto che ci offrono gli alleati del cielo. Quando ci sentiamo deboli ricorriamo a coloro che sono più vicini a Dio. Lo potremo fare o all'inizio o alla fine, e anche tutte le volte che noteremo la difficoltà di tenere viva la fiamma. Particolarmente presente sarà la Madonna, il suo sposo Giuseppe e l'angelo custode che ci «porterà sante ispirazioni»^[20].

José Manuel Antuña

[1] San Josemaría, Appunti di una riunione familiare, 8-XI-1972.

[2] Papa Francesco, Es. ap. *Christus vivit*, n. 158.

[3] Benedetto XVI, Udienza, 4-V-2011.

[4] Papa Francesco, Udienza, 13-II-2019.

[5] San Giovanni Paolo II, *Varcare la soglia della speranza*, Arnoldo Mondadori Editore, Milano 1995.

[6] Cfr. Catechismo della Chiesa Cattolica, n. 2725.

[7] Sant'Anselmo, *Proslogion*, cap. 1.

[8] San Josemaría, Appunti di una riunione familiare, 21-II-1971.

[9] La preghiera è la seguente: «Signore mio e Dio mio, credo fermamente che sei qui, che mi vedi, che mi ascolti. Ti adoro con profonda riverenza. Ti chiedo perdono dei miei peccati e grazia per fare con frutto questa orazione. Madre mia immacolata, san Giuseppe, padre e signore mio, Angelo mio custode, intercedete per me».

[10] San Giovanni Climaco, *La scala del Paradiso*, gradino 28.

[11] Catechismo della Chiesa Cattolica, n. 2559.

[12] San Josemaría, *Solco*, n. 259.

[13] San Josemaría, *È Gesù che passa*, n. 119.

[14] San Josemaría, *Amici di Dio*, n. 244.

[15] Papa Francesco, Udienza, 13-II-2019.

[16] San Josemaría, *Cammino*, n. 91.

[17] La preghiera finale completa che san Josemaría raccomandava è: «Ti ringrazio, mio Dio, dei buoni propositi, affetti e ispirazioni che mi hai comunicato in questa orazione. Ti chiedo aiuto per metterli in pratica. Madre mia immacolata, san Giuseppe padre e signore mio, Angelo mio custode, intercedete per me».

[18] Cfr. sant'Agostino, *Enarrat. in Ps. 37*, 14.

[19] San Josemaría, *Cammino*, n. 103.

[20] San Josemaría, *Cammino*, n. 567.

[Back to Contents](#)

Conoscerlo e conoscerti (VIII): Al momento giusto

Altri articoli della serie "Conoscerlo e conoscerti"

Quando vide entrare nella sua casa, Elisabetta si rese conto che Maria non era più una bambina. Probabilmente l'aveva vista nascere e crescere, speciale com'era già sin da molto piccola. Poi erano vissute lontano l'una dall'altra. Nel riconoscerla ora che metteva piede nella sua casa, si riempì di gioia. L'evangelista ci dice che la ricevette «a gran voce»: «A che debbo che la madre del mio Signore venga a me?» (Lc 1, 43). Si trattava di una gioia profonda, che sorgeva da una vita di continua preghiera. Sia lei che Zaccaria erano considerati santi – giusti – secondo la Scrittura e la gente li osservava con una certa ammirazione (cfr. Lc 1, 6).

Tuttavia, soltanto loro due sapevano tutto quello che c'era dietro a tanti anni vissuti accanto a Dio: si trattava di esperienze per lo più difficili da comunicare, come ci succede a tutti. Il piacere di Elisabetta era dovuto a un passato pieno di dolore e di speranza, di dispiaceri e di momenti migliori, nei quali era diventata sempre più profondo il suo rapporto con Dio. Soltanto lei conosceva il turbamento creato dal fatto di non poter essere madre, quando questa benedizione era la cosa più attesa per una donna di Israele. Comunque il Signore aveva voluto per lei tutto questo perché voleva elevarla a una intimità maggiore con Lui.

Una preghiera ascoltata

Il nostro rapporto con Dio, la nostra preghiera, ha sempre anche qualcosa di unico, di incomunicabile, come quella di Elisabetta; ha qualcosa dell'uccello solitario (cfr. Sal 102, 8) che, come diceva san Josemaría, Dio può far salire come le aquile, fino a fissare il sole. Soltanto lui conosce i tempi e i momenti più adatti per ciascuno. Dio desidera questa *intimità divinizzante* con noi molto più di quel che possiamo immaginare. Ma il fatto che soltanto lui conosca i tempi – così come conosceva il momento opportuno per la nascita di Giovanni il Battista – non impedisce che ognuno di noi possa anelare, in ogni istante, a una maggiore intimità con il Signore. Neppure impedisce che la chiediamo continuamente, cercando le cose più elevate, allungando il collo tra la folla per vedere Gesù che passa o salendo su un albero se è necessario, come fece Zaccheo. Possiamo immaginare che Elisabetta abbia mosso spesso il suo cuore verso Dio e che abbia spinto il marito a fare lo stesso, finché questi poté udire la voce dell'angelo: «La tua preghiera è stata esaudita e tua moglie Elisabetta ti darà un figlio, che chiamerai Giovanni» (Lc 1, 13).

Per Elisabetta, la preghiera fiduciosa che fece al Signore, dovette passare attraverso la fornace purificatrice del tempo e delle contrarietà. Era al crepuscolo

della sua vita e Dio continuava a nascondersi in un aspetto cruciale: perché dava l'impressione che egli non avesse ascoltato le sue preghiere di tanti anni? Perché non le aveva dato un figlio? Neppure il sacerdozio del marito era sufficiente? Nella sua richiesta non esaudita, nella debolezza in preghiera e nell'apparente silenzio di Dio, la sua fede, la sua speranza e la sua carità si erano purificate. Infatti, non soltanto perseverò, ma si lasciò trasformare giorno dopo giorno, accettando, sempre e in tutto, la volontà del Signore. Forse proprio l'identificazione con la Croce – che Elisabetta in qualche modo anticipava – è il modo migliore di verificare l'autenticità della nostra preghiera: «Non sia fatta la mia, ma la tua volontà» (Lc 22, 42). Se i giusti dell'antica alleanza vissero in questa accettazione, e in seguito Gesù fece di questa disposizione verso il Padre il motivo della sua vita intera, anche noi cristiani siamo invitati a unirci a Dio in questo modo; è sempre il tempo opportuno per pregare così: «Mio cibo è fare la volontà di colui che mi ha mandato e compiere la sua opera» (Gv 4, 34).

Un momento da ricordare

Forse Elisabetta stessa aveva tenuto accesa la fiamma della preghiera del vecchio Zaccaria, fin quando l'angelo non apparve finalmente a suo marito: a lei, che tutti dicevano sterile, il Signore avrebbe dato un figlio perché nulla è impossibile a Dio (cfr. Lc 1, 36). Così, lasciandosi portare *per aspera ad astra* – dopo un indispensabile lavoro di purificazione che Egli compie in chi gli si abbandona – Elisabetta prorompe in una preghiera che, dopo tanti anni, noi continuiamo a ripetere ogni giorno: «Benedetta tu fra le donne, e benedetto il frutto del tuo grembo!» (Lc 1, 42).

Sapere che il nostro cammino verso Dio comporta una profonda identificazione con la Croce è essenziale per renderci conto che ciò che talvolta sembra una stasi, in realtà è un passo avanti. Così, invece di vivere aspettando tempi migliori, o una preghiera più conforme ai nostri gusti, accetteremo con gratitudine l'alimento che Dio ci vuol dare: «Se ci guardiamo attorno, ci accorgiamo che ci sono *tante offerte di cibo* che non vengono dal Signore e che apparentemente soddisfano di più. Alcuni si nutrono con il denaro, altri con il successo e la vanità, altri con il potere e l'orgoglio. Ma il cibo che ci nutre veramente e che ci sazia è soltanto quello che ci dà il Signore! Il cibo che ci offre il Signore è diverso dagli altri, e forse non ci sembra così gustoso come certe vivande che ci offre il mondo. Allora sogniamo altri pasti, come gli ebrei nel deserto, i quali rimpiangevano la carne e le cipolle che mangiavano in Egitto, ma dimenticavano che quei pasti li mangiavano alla tavola della schiavitù. Essi, in quei momenti di tentazione, avevano memoria, ma una memoria malata, una memoria selettiva. Una memoria schiava, non libera»[1]. Per questo conviene domandarci: da dove *voglio mangiare*? Qual è la mia memoria? Quella del Signore che mi salva o quella della carne, dell'aglio e delle cipolle della schiavitù? Con quale memoria sazio la mia anima? Voglio mangiare un cibo solido o voglio continuare a nutrirmi di latte? (cfr. 1 Cor 3, 2).

Nella vita può venire la tentazione di guardare indietro e di desiderare, come succedeva agli israeliti, l'aglio e le cipolle d'Egitto. La manna, un cibo che al momento fu considerato una benedizione e un segno di protezione (cfr. Nm 21, 5), alla fine li stancò. Lo stesso può succedere a noi, soprattutto se ci raffreddiamo, se trascuriamo la pratica elementare dell'orazione: cercare il raccoglimento, curare i momenti di pietà, scegliere il tempo migliore, essere affettuosi... E allora, a

maggior ragione, il momento di ricordare, di fare memoria, di cercare nell'orazione e nelle letture spirituali quell'alimento solido di cui parla san Paolo, un alimento che apre orizzonti di vita.

Attratti dalla forza di una calamita

Far memoria nell'orazione è assai più che un semplice ricordo: ha a che fare con il concetto di «memoriale» caratteristico della religione di Israele; in altre parole, si tratta di un evento salvifico che porta fino al momento presente l'opera della redenzione. *L'orazione di memoria* è un conversare nuovo intorno a ciò che è già conosciuto, un ricordo del passato che si percepisce di nuovo in maniera attuale. Gli episodi centrali della nostra relazione con Dio li intendiamo e li viviamo in maniera ogni volta differente. Così forse è successo a Elisabetta quando, grazie alla sua maternità recentemente acquisita, percepì in un modo nuovo a che cosa Dio la destinava.

Con il trascorrere degli anni, secondo il ritmo della nostra donazione e delle nostre resistenze, il Signore ci va mostrando le diverse profondità del suo mistero. Egli vuole portarci molto in alto, come in una spirale che sale lentamente, riavvolgendosi. È vero che possiamo non salire e continuare a descrivere circoli orizzontali, o che possiamo anche scendere fragorosamente o addirittura partire per la tangente e interrompere ogni rapporto con il nostro creatore..., ma egli non desiste dal suo impegno di portarlo a conclusione: il suo è un disegno di chiamata e di giustificazione, di santificazione e di glorificazione (cfr. *Rm* 8, 28-30).

Come tanti autori, san Josemaría descrive questo processo con una bellezza e un realismo straordinari. L'anima «si volge a Dio come il ferro attirato dalla forza della calamita. Si comincia ad amare Gesù in un modo più efficace, con un dolce palpito»^[2]. Quando meditiamo i misteri della filiazione divina, la identificazione con Cristo, l'amore verso la Volontà del Padre, il desiderio di corredimere... e intuiamo che tutto questo è un dono dello Spirito Santo, valutiamo meglio il nostro debito verso di lui. A quel punto la nostra gratitudine crescerà impetuosamente. Ci accorgeremo delle sue mozioni, che sono molto più frequenti di quel che pensiamo: «Sono, possono benissimo essere fenomeni ordinari della nostra anima: come una pazzia di amore che, senza spettacolo, senza stravaganze, ci insegna a soffrire e a vivere»^[3].

Così, con stupore, si va svelando a noi l'immensità dell'amore che abbiamo ricevuto da Dio durante l'intera nostra vita: giorno dopo giorno, anno dopo anno..., fin dal seno materno! «In questo sta l'amore: non siamo stati noi ad amare Dio, ma è Lui che ha amato noi e ha mandato il suo Figlio come vittima di espiazione per i nostri peccati» (*1 Gv* 4, 10). Meravigliati, scopriamo di essere immersi in un amore seducente, premuroso, disarmante. Così succede a Elisabetta: «Si è degnato di togliere la mia vergogna tra gli uomini» (*Lc* 1, 25). Dopo anni di oscurità, prende coscienza di essere amata in maniera infinita da Colui che è la fonte di ogni amore; e questo in un modo che né si merita, né è capace di apprezzare del tutto, né riesce a corrispondere: «A che debbo che la madre del mio Signore venga a me?» (*Lc* 1, 43); com'è possibile che Dio mi ami tanto? E anche, con un certo stupore e dolore: Come mai non me ne sono resa conto prima? A che stavo pensando?

Ogni buona orazione prepara il cuore a sapere che cosa domandare (cfr. *Rm* 8, 26) e a ricevere ciò che domandiamo. Mettere un poco di amore di Dio in ogni dettaglio di pietà, grande o piccolo, facilita il cammino. Dialogare con Gesù con il suo nome, affettuosamente, esprimendogli il nostro affetto senza pudore, avvicina il momento. Dobbiamo insistere e rispondere prontamente ai piccoli rintocchi dell'amore. «Fare memoria delle cose belle, grandi, che il Signore ha fatto nella vita di ognuno di noi», perché una orazione *di memoria* «fa molto bene al cuore cristiano»[4]. Per questo san Josemaría era solito raccomandare nella sua predicazione: «Ciascuno di noi mediti su ciò che Dio ha fatto per lui»[5].

Dio è tutto e questo basta

Elisabetta sarà ritornata spesso su ciò che il Signore aveva fatto per lei. Come si era trasformata la sua vita! E come diventò audace! Da quel momento tutti i suoi comportamenti acquistano una ricchezza singolare. Per mesi si nasconde per pudore, come avevano fatto i profeti, per manifestare l'azione divina (cfr. *Lc* 1, 24); acquista anche una maggiore chiarezza nel seguire i suoi disegni: «No, si chiamerà Giovanni» (*Lc* 1, 60). È anche capace di intravedere l'opera di Dio nella cugina: «Beata colei che ha creduto nell'adempimento delle parole del Signore» (*Lc* 1, 45). Elisabetta si comporta come chi ama Dio con tutto il suo cuore.

Nella nostra orazione, in egual modo, dev'esserci amore e lotta, lode e riparazione, adorazione e domanda, tenerezza e intelligenza. È necessario osare con tutte le lettere dell'alfabeto, con tutte le note della scala musicale, con tutta la tavolozza dei colori, perché ormai si è capito che non si tratta di ubbidire ma di amare con tutto il cuore. Gli esercizi di devozione, le persone, le attività quotidiane... sono gli stessi di prima, ma non si vivono più nello stesso modo. Aumenta così la libertà di spirito, «la capacità e la disposizione abituale di agire per amore, soprattutto nell'impegno di attenersi a ciò che, in ogni circostanza, Dio chiede a ciascuno»[6]. Ciò che prima si presentava come un obbligo gravoso diventa ora una occasione di incontro con l'Amore. Dominarsi costa ancora, ma ora questi sforzi si compiono con gioia.

Vista l'immensità dell'amore scoperto e la povera risposta umana, il cuore si prodiga in una profonda orazione di soddisfazione e riparazione; si fa avanti un dolore dovuto ai propri peccati che spinge a una contrizione personale. Cresce la convinzione che «Dio è tutto, io non sono niente. E per oggi basta»[7]. Così possiamo allontanare da noi le tante corazze che rendono difficile il contatto con Lui. Nasce anche una gratitudine sincera, profonda ed esplicita verso il Signore, che diventa adorazione: «riconoscerlo come Dio, come il Creatore e il Salvatore, il Signore e il Padrone di tutto ciò che esiste, l'Amore infinito e misericordioso»[8]. Perciò conviene impiegare tutti i tasti del cuore, in modo che l'orazione sia varia, arricchisca, non scorra per i consueti canali, tanto se è accompagnata dal sentimento come se non lo è. Infatti, ciò che gustiamo di Dio non è ancora Dio: Egli è infinitamente più grande.

Rubén Herce

- [1] Papa Francesco, Omelia nella solennità del Corpus Domini, 19-VI-2014.
- [2] San Josemaría, *Amici di Dio*, n. 296.
- [3] *Ibid.*, n. 307.
- [4] Papa Francesco, Omelia a Santa Marta, 21-IV-2016.
- [5] San Josemaría, *Amici di Dio*, n. 312.
- [6] Del Padre, *Lettera*, 9-I-2018, n. 5.
- [7] San Giovanni XXIII, *Il giornale dell'anima*, Edizioni di Storia e Letteratura, Roma 1964, p. 110.
- [8] *Catechismo della Chiesa Cattolica*, 2096.

[Back to Contents](#)

Conoscerlo e conoscerti (IX): Non temere, perché io sono con te

Più o meno sei secoli prima della nascita di Gesù il popolo israelita era dominato da Babilonia. Molti erano stati portati prigionieri in terra straniera. Le promesse antiche sembravano svanire. La tentazione di pensare che tutto era stato un inganno era più che mai vicina. In questo contesto nascono alcuni testi profetici sulla liberazione del popolo e specialmente alcuni oracoli di una spiritualità molto profonda, nei quali Dio ci mostra la sua vicinanza in ogni momento. «Non temere», ripete continuamente: «Se dovrai attraversare le acque, sarò con te, i fiumi non ti sommergeranno; se dovrai passare in mezzo al fuoco, non ti scotterai, la fiamma non ti potrà bruciare» (*Is 43, 1-2*). E più avanti continua: «Non temere, perché io sono con te [...]. Fa' tornare i miei figli da lontano e le mie figlie dall'estremità della terra» (*Is 43, 5-6*).

Un ritornello continuo

Nel Nuovo Testamento, naturalmente, non scompare questa chiamata a confidare in Dio, non cessa questa consolazione fra le tante preoccupazioni della vita. Qualche volta il Signore si serve dei suoi angeli, come quando si rivolge a Zaccaria, marito di santa Elisabetta, il giorno in cui entrò a offrire incenso nel tempio; erano ormai una coppia anziana e fino a quel momento non avevano potuto avere figli. «Non temere, Zaccaria, la tua preghiera è stata esaudita» (*Lc 1, 13*), gli dice l'angelo. I messaggeri di Dio avevano portato un annuncio simile sia a san Giuseppe quando non sapeva se ricevere o no Maria nella sua casa (cfr. *Mt 1, 20*), sia ai pastori quando si riempirono di grande timore al sapere che Dio voleva che fossero i primi ad adorare il bambino Gesù appena nato (cfr. *Lc 2, 10*). Questo e molti altri episodi sono una dimostrazione che il Signore vuole essere sempre con noi nel momento delle decisioni importanti della nostra esistenza.

Ma non solo i profeti e gli angeli sono i portatori di questo «non temere». Quando Dio stesso si fece uomo, fu lui che continuò personalmente con questo ritornello in mezzo alle vicende della vita di coloro che gli stavano attorno. Con quelle stesse parole, per esempio, Gesù invita i suoi ascoltatori a non lasciarsi invadere dall'incertezza del cibo o del vestito, ma a preoccuparsi soprattutto della loro anima (cfr. *Mt 10, 31*); inoltre Cristo vuole portare pace al capo della sinagoga che aveva perduto la figlia ma non aveva perduto la fede (cfr. *Mt 5, 36*), rasserenare i suoi apostoli quando, dopo una notte di tempesta, lo vedono avvicinarsi camminando sulle acque (cfr. *Gv 6, 19*) o tranquillizzare i tre – Pietro, Giovanni e Giacomo – che hanno visto la sua gloria sul Tabor (cfr. *Mt 17, 7*). Dio cerca sempre di superare questo timore, in modo naturale, nei casi di una manifestazione ordinaria o straordinaria delle sue azioni.

Anche san Josemaría notava questa reazione divina nel ricordare un avvenimento speciale nella sua vita interiore. Precisamente quando un giorno d'estate del 1931,

mentre celebrava la santa Messa, comprese in un modo straordinariamente chiaro che sono gli uomini e le donne normali quelli che innalzeranno la croce di Cristo su tutte le attività umane. «Ordinariamente, davanti al soprannaturale, sono preso dal timore. Poi viene il *non temere, sono Io!*»[1]. Questo timore non appare solamente nei casi di azioni particolari della grazia come questo; si presenta anche, in maniere diverse, nella vita cristiana ordinaria: per esempio, quando Dio ci fa intravedere la grandezza del suo amore e della sua misericordia, quando comprendiamo un po' meglio la profondità della sua donazione sulla croce e nell'Eucaristia, o quando percepiamo l'invito a seguirlo più da presso... e ci preoccupa che conseguenze possano avere queste grazie nella nostra vita.

Più forte di qualunque dubbio

La preghiera, finché siamo sulla terra, è un combattimento[2]. Appare drammatico che i desideri più nobili del cuore umano – come può essere vivere in comunicazione con il nostro stesso creatore – siano stati parzialmente deformati e deviati dal peccato. I nostri aneliti di amicizia, amore, bellezza, verità, felicità o pace stanno uniti, nella nostra situazione attuale, allo sforzo per superare errori, alla difficoltà nel vincere alcune resistenze. E questa condizione generale della vita umana esiste anche nella relazione con il Signore.

Agli inizi della vita di pietà, molti si preoccupano al pensiero che non sanno fare orazione, o entrano in crisi davanti agli insuccessi, all'incostanza e al disordine che possono presentarsi all'inizio di qualunque attività. Si intuisce, allora, che avvicinarsi al Signore significa *imbattersi nella Croce*; non deve sorprendere che compaiano il dolore, la solitudine, le contrarietà[3]. Si teme anche, col passare degli anni, che il Signore permetta prove e oscurità che richiedono più di quel che noi possiamo offrire; oppure si guarda con nervosismo la possibilità che ci invada la routine, e alla fine dobbiamo accontentarci di una mediocre relazione con Dio.

Queste parole - «non temere» - che hanno ascoltato Zaccaria, Giuseppe, i pastori, Pietro, Giovanni, Giacomo e tanti altri sono dirette anche a ciascun o di noi nel corso di tutta la nostra vita. Ci ricordano che, nella vita della grazia, non è decisivo quello che facciamo noi ma quello che opera il Signore. «L'orazione è un'attività congiunta di Gesù Cristo e di ognuno di noi»[4] nella quale il protagonista principale non è la creatura, che cerca di stare attenta all'azione di Dio, ma il Signore e la sua azione nell'anima. Questo lo comprendiamo con facilità quando Dio ci apre nuovi orizzonti, quando risveglia sentimenti di gratitudine o ci invita ad avviarcì in sentieri di santità... Però questa stessa fiducia dovrebbe continuare ad essere presente quando appaiono le difficoltà, quando ci accorgiamo della nostra piccolezza e sembra che si faccia buio attorno a noi.

«Sono io, non temete». Gesù, come si rendeva conto delle difficoltà, delle confusioni, delle paure e dei dubbi di quelli che volevano seguirlo, continua a fare lo stesso con ciascuno di noi. Il nostro impegno per vivere al suo fianco è sempre minore del suo nel tenerci vicino a sé. È lui che s'impegna a farci felici ed è sufficientemente forte perché si compia questo suo disegno, anche tenendo conto delle nostre fragilità.

Le disposizioni che aiutano a pregare

Da parte nostra, dobbiamo fare il possibile per entrare in un autentico cammino di orazione. Benché la conversazione con gli altri sembri spontanea o naturale, in realtà impariamo a parlare – e scopriamo le disposizioni elementari al dialogo – con l'aiuto degli altri, molto lentamente. Lo stesso accade nella relazione con Dio, perché «l'orazione deve attecchire nell'anima a poco a poco, come il piccolo seme che col tempo diverrà albero frondoso»[5]. Perciò è comprensibile che i discepoli abbiano chiesto a Gesù di insegnare loro a pregare (cfr. *Lc* 11, 1).

Fra queste disposizioni fondamentali per entrare in una vita di orazione ci sono la fede e la familiarità, l'umiltà e la sincerità. Quando preghiamo con una disposizione sbagliata – per esempio, quando non vogliamo rivedere che cosa ci allontana da Dio o quando non siamo disposti a rinunciare alla nostra autosufficienza – corriamo il rischio di rendere sterile l'orazione. È vero che spesso questi atteggiamenti erronei sono inconsapevoli. Inoltre, se adottiamo per la nostra orazione un modello erroneo di efficacia, così frequente nella nostra cultura, è facile che cadiamo nella trappola di misurare la nostra relazione con il Signore soltanto in base ai risultati che si percepiscono e che, alla lunga, ci costi trovare tempo per pregare.

Fra queste intime disposizioni per pregare sono particolarmente essenziali quelle che si riferiscono alla familiarità con il Signore. Malgrado la buona volontà, certe *lacune* nella formazione inducono non poche persone a vivere con una nozione sbagliata di Dio e di se stesse. Alcune volte possono immaginare che Dio sia un giudice rigido, che esige una condotta perfetta; altre volte possono pensare che dobbiamo ricevere quello che chiediamo esattamente come lo vogliamo noi; o che i peccati sono una barriera insormontabile per ottenere un rapporto sincero con il Signore. Anche se può sembrare ovvio, abbiamo bisogno di costruire la nostra vita di orazione sulla base sicura di alcune verità fondamentali della fede. Per esempio, che Dio è un Padre amorevole che gode nel coltivare un rapporto con noi; che la preghiera è sempre efficace perché egli tiene conto delle nostre suppliche anche se le sue vie non sono le nostre; o che le nostre offese sono proprio l'occasione per avvicinarci di nuovo al nostro salvatore.

Donare a Dio le nostre difficoltà

«Non sai pregare? – Mettiti alla presenza di Dio, e non appena comincerai a dire: «Signore, non so fare orazione!...», sii certo che avrai cominciato a farla»[6]. Come ha fatto con gli apostoli, il Signore ci va insegnando poco per volta a crescere in queste disposizioni intime, se non ci nascondiamo nel monologo interiore o in una preghiera anonima, lontana dai nostri desideri e dalle preoccupazioni reali[7].

Come accadeva a loro, la nostra relazione con il Signore va avanti in mezzo alle debolezze personali. La mancanza di tempo, le distrazioni, la stanchezza e la routine sono abituali nell'orazione, in modo simile a come si presentano anche nelle relazioni umane. A volte questo richiede che si curi l'ordine, si vinca la pigrizia, si collochi ciò che è importante al di sopra di ciò che è urgente. Altre volte richiede realismo per adeguare con delicatezza i momenti dedicati al Signore, come deve fare una madre di famiglia che non può disinteressarsi dei suoi figli piccoli in nessun momento. Sappiamo che certe volte nell'orazione «ci vuole un'attenzione difficile da disciplinare»[8]. Ci distraggono le preoccupazioni, le attività in corso, gli stimoli della TV. La cosa negativa di tutto questo è che può

confondere il nostro mondo interiore: nascono le ferite dell'amor proprio, i paragoni, i sogni e le fantasie, i risentimenti e i ricordi di ogni genere. Possiamo accorgerci che, pur sapendo di essere alla presenza di Dio, «gli affari mi frullano nella mente nei momenti più inopportuni»[9].

Ci disturba anche, naturalmente, la stanchezza fisica: «Il lavoro ti fiacca il corpo, e non riesci a fare orazione»[10]. Ci può essere di consolazione ricordare che la fatica fa addormentare anche gli apostoli nella gloria del Tabor (Lc 9, 32) o nell'angoscia del Getsemani (Lc 22, 45). Oltre la stanchezza fisica, nella nostra cultura è frequente un genere di stanchezza interiore che nasce dall'ansia per le attività, dalla pressione dovuta alla professione e alle relazioni sociali o alla incertezza riguardo al futuro... e che questo stato interiore può aumentare la difficoltà di meditare serenamente.

Il Signore comprende perfettamente – in realtà, molto meglio di noi – queste difficoltà. Perciò, per quanto ci facciano soffrire perché preferiremmo un rapporto più delicato con lui, spesso «non importa se [...] non riesci a concentrarti e a raccoglierti»[11]. Possiamo cercare di parlare con Gesù propria di tali questioni, notizie, persone o ricordi che si sono impossessati della nostra immaginazione. A Dio interessa tutto ciò che ci riguarda, per quanto banale e insignificante possa sembrare. E spesso ci aiuterà a valutare tali questioni, persone o reazioni in modo diverso, con senso soprannaturale, sul piano della carità. Come fanno i bambini in braccio alle loro madri, così potremo riposare in lui, passandogli la nostra avventatezza, rifugiandoci nel suo cuore per ottenere la pace.

Un impegno più grande del nostro

Probabilmente le difficoltà più gravi sono «le astuzie del Tentatore che fa di tutto per distogliere l'uomo dalla preghiera, dall'unione con il suo Dio»[12]. Nostro Signore fu tentato dal demonio alla fine dei quaranta giorni di ritiro nel deserto, quando sentiva la fame e la debolezza (Mt 4, 3). Di solito il maligno utilizza le nostre distrazioni e i nostri peccati per introdurre nell'anima la sfiducia, lo scoraggiamento e la rinuncia all'amore. Viceversa, come appare continuamente nel Vangelo, la nostra debolezza è in realtà un motivo per avvicinarci ancor più al Signore. E «quanto più si va avanti nella vita interiore, tanto più chiaramente ci si accorge dei difetti personali»[13].

Con un'apparenza di umiltà il demonio può farci credere che siamo indegni di avere un rapporto con Dio, che il nostro desiderio di donarci è apparente e può nascondere una certa quantità di ipocrisia e di mancanza di determinazione. «Pensi forse che i tuoi peccati sono molti, che il Signore non potrà sentirti?»[14]. La consapevolezza della nostra indegnità – di grande valore in se stessa – può provocare allora una sofferenza reale, ma sbagliata, che poco ha da vedere con il dolore autentico e che può farci chiudere in un atteggiamento lamentoso, che arriva anche a rendere impossibile l'orazione. Naturalmente la tiepidezza e i peccati possono essere di ostacolo all'orazione, ma non in questo senso. Il Signore non smette di amarci per grandi che siano le nostre debolezze. Non lo preoccupano, non lo sorprendono, e non rinuncia al desiderio che noi raggiungiamo la santità. Anche se dovessimo arrivare deliberatamente a scendere a patti con la routine, con il conformismo o con la tiepidezza, Dio continuerebbe

ad aspettare il nostro ritorno.

Comunque il nemico può tentare «perfino quando l'anima arde infiammata dell'amore di Dio. Il demonio sa che in quel caso la caduta è più difficile, ma che potrà scatenare su quella coscienza – se ottiene che la creatura offenda il Signore, seppure nel poco – la grave tentazione dello scoraggiamento»[15]. Allora possono comparire l'amarezza e la delusione. Per mantenere viva la speranza in ogni momento è necessario essere realisti, ammettere la nostra pochezza, renderci conto che questa ipotesi ideale di santità che avevamo in mente – una pienezza irraggiungibile – è sbagliata. Dobbiamo essere convinti che la sola cosa importante è far piacere a Dio e soprattutto che quello che è realmente decisivo è ciò che fa il Signore con il suo amore potente, avvalendosi della nostra lotta e della nostra debolezza.

La speranza cristiana non è una speranza semplicemente umana, basata sulle nostre forze o sulla intuizione naturale della bontà del creatore. La speranza è un dono superiore, che lo Spirito Santo infonde e rinnova in noi continuamente. Nei casi di scoraggiamento «è il momento di gridare: rammentati delle promesse che mi hai fatto, con le quali mi hai dato speranza; è questo il conforto nel mio nulla, che riempie la mia vita di forza (Sal 118, 49-50)»[16]. È Dio che ci ha chiamato. È Dio che è impegnato, più di noi, a portarci all'unione con lui e che ha il potere di ottenerlo.

Quando l'oscurità è luce

Durante la vita, come in tutte le relazioni che durano, il Signore ci va insegnando a comprenderlo sempre meglio e a comprendere noi stessi in maniera diversa. È differente il rapporto di Pietro con Gesù all'inizio, nel suo primo incontro in prossimità del Giordano, e dopo la sua morte e risurrezione, sulla riva del lago di Genesaret. Succede così anche a noi. Non dovremmo meravigliarci che il Signore ci porti per cammini divini che non sono quelli da noi immaginati. A volte si nasconde, anche quando andiamo a cercarlo con sincera pietà, come quando non lo trovarono le donne che erano andate al sepolcro (Lc 24, 3). Altre volte, invece, si fa presente quando siamo chiusi in noi stessi, come quando si presentò agli apostoli nel cenacolo (Lc 24, 36). Se manteniamo la familiarità, quando sarà passato del tempo, scopriremo che quella oscurità era luminosa, che Cristo stesso ci abbracciava con sollecitudine - «non temere», ci ripeteva – in quei momenti nei quali stavamo forgiando il nostro cuore a sua misura.

Jon Borobia

[1] Beato Álvaro del Portillo, *Una vida para Dios. Reflexiones en torno a la figura de Josemaría Escrivá de Balaguer*, Rialp, Madrid 1992, pp. 163-164.

[2] Cfr. *Catechismo della Chiesa Cattolica*, n. 2573.

[3] Cfr. San Josemaría, *Amici di Dio*, n. 301.

[4] Eugene Boylan, *Difficoltà nell'orazione mentale*, Ares, Milano 1990.

- [5] San Josemaría, *Amici di Dio*, n. 295.
- [6] San Josemaría, *Cammino*, n. 90.
- [7] Cfr. San Josemaría, *Solco*, n. 65.
- [8] *Catechismo della Chiesa Cattolica*, n. 2705.
- [9] San Josemaría, *Solco*, n. 670.
- [10] San Josemaría, *Cammino*, n. 895.
- [11] San Josemaría, *Solco*, n. 449.
- [12] *Catechismo della Chiesa Cattolica*, n. 2725.
- [13] San Josemaría, *Amici di Dio*, n. 20.
- [14] *Ibid.*, n. 253.
- [15] *Ibid.*, n. 303.
- [16] *Ibid.*, n. 305.

[Back to Contents](#)

Conoscerlo e conoscerti (X): Gesù ci sta molto vicino

«Vedo ogni giorno con maggiore chiarezza *quanto Gesù è vicino a me in ogni momento*; le racconterei alcuni particolari piccoli ma continui, che neppure mi meravigliano più, ma che gradisco e li aspetto continuamente»[1]. La lettera della beata Guadalupe alla quale appartiene la citazione, nella sua semplicità, probabilmente causò una grande gioia al suo destinatario, san Josemaría. Anche se Guadalupe era nell'Opus Dei da appena sei anni, quelle righe sono una testimonianza di come la vita di pietà che aveva intrapreso mirava proprio a facilitare una continua presenza di Dio, per «fare della nostra vita normale una continua preghiera»[2].

È una dottrina evangelica. Gesù ha parlato ripetutamente ai suoi discepoli «sulla necessità di pregare sempre, senza stancarsi mai» (Lc 18, 1). Lo vediamo rivolgersi a suo Padre ripetutamente durante la giornata, come davanti la tomba di Lazzaro (cfr. Gv 11, 41-42), oppure quando gli apostoli ritornarono dalla loro prima missione pieni di gioia (cfr. Mt 11, 25-26). Una volta risuscitato, il Signore si avvicina ai suoi discepoli in circostanze assai diverse: quando si allontanano pieni di tristezza, sulla via di Emmaus; quando sono pieni di paura, nel Cenacolo; quando ritornano al lavoro, sul mare di Galilea... Gesù li ha rassicurati anche negli istanti che precedono il ritorno alla casa del Padre: «Io sono con voi tutti i giorni, fino alla fine del mondo» (Mt 28, 20).

I primi cristiani erano molto consapevoli di questa vicinanza. Avevano imparato a fare ogni cosa per la gloria di Dio; lo scriveva san Paolo ai Romani: «Se noi viviamo, viviamo per il Signore; se noi moriamo, moriamo per il Signore. Sia che viviamo, sia che moriamo, siamo del Signore» (Rm 14, 8-10; cfr. 1 Cor 10, 31). E noi? In un mondo accelerato come il nostro, tanto pieno di cose da fare, di ricorrenze, di traffico e di rumori, riusciamo a mantenere continuamente la nostra «conversazione nei cieli»[3]?

Per il motivo adeguato

Vi sono conversazioni silenziose, come quella degli amici che camminano uno accanto all'altro, o quella degli innamorati che si guardano negli occhi. Non hanno bisogno di parole per condividere ciò che portano nel cuore. Comunque, non esiste una conversazione che non tenga conto della persona che abbiamo di fronte. I telefoni cellulari hanno introdotto nella nostra vita lo strano fenomeno di parlare con qualcuno e, malgrado questo, di pensare che forse è più interessato ad *altre conversazioni...*

Il dialogo con Dio al quale siamo chiamati ha da vedere proprio con questa attenzione. Un'attenzione che non è restrittiva, in quanto possiamo scoprire Dio in molte circostanze e in molte attività che, apparentemente, hanno poco a vedere con Lui. Qualcosa di simile facevano gli scalpellini che pensavano, mentre lavoravano le pietre, a cose assai diverse: qualcuno considerava la schiavitù del

lavoro manuale, un altro pensava al sostentamento della propria famiglia; un altro allo splendore della cattedrale che stava collaborando a costruire. Ecco perché san Josemaría parlava della necessità di «esercitare le virtù teologali e cardinali nel mondo e arrivare in questo modo a essere anime contemplative»[4]. Non si tratta solamente di agire in modo corretto, ma anche di agire per il motivo adeguato, che in questo caso è cercare, amare e servire Dio. Proprio questo rende possibile la presenza dello Spirito Santo nelle nostre anime, vivificandole con le virtù teologali. Così, nelle mille e una scelte della giornata possiamo rimanere attenti a Dio e mantenere viva la nostra conversazione con Lui.

Nell'andare a lavorare la mattina o nello svegliarci per andare a lezione; nel portare i figli a scuola o nel badare a un cliente, possiamo domandarci: Che cosa sto facendo? Che cosa mi spinge a farlo bene? La risposta che verrà fuori immediatamente sarà più o meno profonda, ma in ogni caso può essere una buona occasione per aggiungere: *Grazie, Signore, per aver contato su di me. Vorrei servirti con questa attività e fare presente in questo mondo la tua luce e la tua gioia.* Allora, veramente, il nostro lavoro nascerà dall'amore, manifesterà l'amore e sarà ordinato all'amore[5].

Guardare con gli occhi di Dio

«Ci sono tanti problemi che si possono elencare, che devono essere risolti, ma che – tutti - non vengono risolti se Dio non viene messo al centro, se Dio non diventa nuovamente visibile nel mondo, se non diventa determinante nella nostra vita e se non entra anche attraverso di noi in modo determinante nel mondo»[6]. Essere contemplativi in mezzo al mondo significa che Dio deve occupare il centro della nostra esistenza, e che intorno a Lui deve girare tutto il resto. In altre parole, che sia Egli il tesoro nel quale stia sempre fisso il nostro cuore, perché tutto il resto ci interessa solamente se ci unisce a Lui (cfr. *Mt 6, 21*).

In questo modo il nostro lavoro sarà preghiera, perché sapremo vedervi l'attività che Dio ci ha affidato per curare e abbellire la sua creazione e per servire gli altri. La nostra vita di famiglia sarà preghiera, perché vedremo nel coniuge e nei figli (o nei nostri genitori) un dono che Dio stesso ci ha fatto perché ci doniamo a loro, ricordando sempre il loro valore infinito e aiutandoli a crescere. In fin dei conti, è proprio ciò che Gesù avrà fatto a Nazareth. Con quali occhi avrà visto il suo lavoro quotidiano nella bottega di Giuseppe? Quale significato avrà avuto per lui quel lavoro di ogni giorno? E le mille piccole occupazioni della vita domestica? E tutto ciò che faceva assieme ai suoi vicini?

Guardare le cose con gli occhi della fede, scoprire l'amore di Dio nella nostra vita, non vuol dire che le contrarietà smettano di colpirci: la stanchezza, i contrattempi, un mal di testa, i brutti scherzi che possono provocarmi altre persone... Tutto questo non è destinato a scomparire. Se viviamo mettendo Dio al centro, sapremo unire tutte queste realtà alla croce di Cristo, dove acquistano il loro significato al servizio della redenzione. Una umiliazione può essere orazione se ci serve per unirci a Gesù e diventa così una occasione di purificazione. Lo stesso si può dire di una malattia o di una sconfitta professionale. In ogni cosa possiamo trovare Dio, che è Signore della storia e possiamo avere la certezza che Dio apre sempre possibilità di futuro, perché «tutto concorre al bene, per quelli che amano Dio» (*Rm 8, 28*). Anche un piccolo contrattempo, come un ingorgo del

traffico nel tornare a casa, può essere preghiera se lo trasformiamo in occasione per mettere nelle mani di Dio il nostro tempo... e per intercedere davanti a lui per coloro che condividono la nostra *fortuna*.

Per arrivare alla contemplazione nella vita normale, non dobbiamo aspettare cose straordinarie. «Molte volte abbiamo la tentazione di pensare che la santità sia riservata a coloro che hanno la possibilità di mantenere le distanze dalle occupazioni ordinarie, per dedicare molto tempo alla preghiera. Non è così. Tutti siamo chiamati a essere santi vivendo con amore e offrendo ciascuno la propria testimonianza nelle occupazioni di ogni giorno, lì dove uno si trova»[7]. Lo sguardo della fede rende possibile e, grazie alla carità, trasforma l'intera nostra vita in una ininterrotta conversazione con Dio. Uno sguardo che ci permette di vivere con un profondo realismo, perché ci fa scoprire la *quarta dimensione*, quella del *quid divinum* – il *qualcosa* di divino – che esiste in tutto ciò che è reale.

La caldaia e il collegamento

«Quando l'uomo è occupato interamente col suo mondo, con le cose materiali, con ciò che può fare, con tutto ciò che è fattibile e che gli porta successo, [...] allora la sua capacità di percezione nei confronti di Dio s'indebolisce, l'organo volto a Dio deperisce, diventa incapace di percepire e insensibile. Egli non percepisce più il Divino, perché il corrispondente organo in lui si è inaridito, non si è più sviluppato»[8]. È vero anche il contrario: la capacità di guardare la realtà con gli occhi della fede si può coltivare. Lo facciamo, in primo luogo, quando chiediamo questa luce, come gli apostoli: «Accresci in noi la fede!» (*Lc 17, 5*). E lo facciamo anche quando, durante la giornata, ci fermiamo per mettere la nostra vita davanti al Signore. Così dunque, anche se deve occupare la giornata intera, «la vita di orazione deve inoltre trovare appoggio su alcuni momenti quotidiani dedicati esclusivamente al rapporto con Dio»[9]. In definitiva, per tenere la nostra attenzione abitualmente centrata su Dio, abbiamo bisogno di dedicare alcuni momenti da dedicare *esclusivamente* a lui.

Una volta san Josemaría diede una spiegazione di questa necessità con l'esempio del riscaldamento di una casa: «Se abbiamo un radiatore, vuol dire che in quella casa ci sarà il riscaldamento. Ma l'ambiente si riscalderà solo se la caldaia sarà accesa... Dunque abbiamo sempre bisogno del radiatore, e anche della caldaia ben accesa. D'accordo? I momenti di orazione, ben fatti, sono la caldaia. E il radiatore è la presenza di Dio in ogni istante, in ogni stanza, in ogni luogo, in ogni attività»[10]. Sono altrettanto importanti sia la caldaia che i radiatori. Perché il calore di Dio riempia interamente la nostra giornata, dobbiamo dedicare un certo tempo ad accendere e alimentare il fuoco del suo amore nel nostro cuore.

Un'altra immagine che può servirci è quella del collegamento a internet. Conosciamo gli sforzi che molti fanno per coprirsi quando fanno una gita o quando stanno trascorrendo un fine settimana in campagna. Ugualmente, ci preoccupiamo che il *Wi-Fi* sia attivato nel telefono cellulare, con la speranza che si colleghi immediatamente, quando entra in una rete. Orbene, che il cellulare sia predisposto a ricevere il segnale non vuol dire che automaticamente il segnale arrivi o che riceva messaggi di ogni tipo. Il segnale arriva nel corso della giornata, quando ci avviciniamo alla rete, e i messaggi entrano quando qualcuno li invia. Noi facciamo quello che dobbiamo fare, attivando il nostro telefono, e rimaniamo

in attesa che arrivino i messaggi.

In modo analogo, nei momenti di orazione *attiviamo il Wi-Fi* della nostra anima, diciamo a Dio: «Parla, Signore, perché il tuo servo ti ascolta» (1 Sam 3, 9). Alcune volte ci parlerà in questi momenti, altre volte riconosceremo la sua voce in mille dettagli della nostra giornata. In ogni caso, questi tempi di preghiera sono una buona occasione per mettere nelle sue mani tutto ciò che abbiamo fatto o ciò che faremo, anche se qualche volta nell'istante stesso di metterlo in pratica non abbiamo levato gli occhi a Dio. Inoltre, l'aver dedicato un tempo esclusivamente a Dio è la migliore dimostrazione che abbiamo effettivamente il desiderio di ascoltarlo.

Ebbene, a differenza di ciò che succede con il telefono, aprire il cuore non è qualcosa che si può dare per scontato, che si fa una volta e rimane per sempre: è necessario disporsi ogni giorno ad ascoltare Dio, perché «è nel presente che lo incontriamo: né ieri né domani, ma oggi: “Ascoltate *oggi* la sua voce: ‘Non indurite il cuore’ (Sal 95, 8)”»[11]. Se manteniamo questo impegno quotidiano, Dio può concederci una meravigliosa facilità nel vivere la nostra quotidianità alla sua presenza. Altre volte ci sarà più difficile. Ma, in ogni caso, da quei momenti trarremo forza e speranza abbondanti per proseguire con gioia la nostra lotta quotidiana, il nostro sforzo di ogni giorno per accendere il fuoco, per ripristinare il collegamento.

In tutto ciò che ci succede

Sono note le parole di san Josemaría in una famosa omelia: «Figli miei, [...] lì dove sono le vostre aspirazioni, il vostro lavoro, lì dove si riversa il vostro amore, quello è il posto del vostro quotidiano incontro con Cristo. È in mezzo alle cose più materiali della terra che ci dobbiamo santificare, servendo Dio e tutti gli uomini»[12]. E subito dopo aggiungeva: «In un laboratorio, nella sala operatoria di un ospedale, in caserma, dalla cattedra di un'università, in fabbrica, in officina, sui campi, nel focolare domestico e in tutto lo sconfinato panorama del lavoro, Dio ci aspetta ogni giorno»[13]. Nelle mille attività che riempiono la nostra giornata Dio ci aspetta per continuare con noi una conversazione incantevole e per proseguire la sua missione nel mondo. Ma come si può comprendere tutto questo? Come lo si vive?

Dio ci aspetta ogni giorno per conversare tranquillamente su ciò che riempie la nostra vita, come un padre o una madre che ascolta i lunghi sproloqui del figlio di pochi anni. Un bambino piccolo racconta quello che gli è successo a scuola praticamente in tempo reale. Sembra che voglia esprimere al massimo la meravigliosa capacità di ricordare ed esprimere quello che ha vissuto, raccontandolo nei minimi particolari. E i genitori lo stanno a sentire, e gli domandano come è successa questa cosa o quell'altra?, che cosa ha detto l'altro bambino...?

In modo analogo, a Dio interessa tutto ciò che ci succede, con la peculiarità che, a differenza dei genitori della terra, egli non si stanca mai di ascoltarci, non si abitua mai al fatto che gli parliamo. Piuttosto siamo noi che a volte ci stanchiamo di rivolgerci a lui, di cercare la sua presenza. Tuttavia, se manteniamo vivo questo desiderio, «tutto – persone, cose, attività – ci offre l'occasione e il tema per una

continua conversazione con il Signore»[14]. Ogni cosa può diventare un tema di conversazione per parlare con Dio. Possiamo condividere con lui tutto, assolutamente tutto.

D'altra parte Dio ci aspetta nel nostro lavoro per continuare a compiere nel mondo l'opera della redenzione, per attirare il mondo verso di lui. Non dobbiamo aggiungere qualche pia attività al nostro lavoro quotidiano, ma fare in modo da condurre a Dio tutti gli ambiti del nostro mondo: la famiglia, la politica, la cultura, lo sport... tutto. Per farlo, dobbiamo, prima di ogni cosa, scoprire la sua presenza in tutti questi ambiti. In sostanza, dobbiamo considerare il nostro lavoro come un dono di Dio, come il modo concreto in cui mettere in atto il suo mandato di prenderci cura, di coltivare il mondo e di annunciare la buona novella che Dio ci ama e ci offre il suo amore. In seguito a questa scoperta faremo in modo che tutte le nostre azioni diventino un servizio agli altri, un amore come quello che Gesù ci mostra e ci dona ogni giorno nella Santa Messa. Se viviamo in questo modo, unendo tutte le nostre azioni al sacrificio di Cristo, compiamo pienamente la missione che il Signore ha voluto comunicarci prima di ritornare accanto al Padre (cfr. Gv 20, 21).

In una intervista, poco prima della beatificazione di Guadalupe Ortiz de Landázuri, fu chiesto al prelado dell'Opus Dei qual'era la *formula della santità* di quella donna. La risposta fu molto breve: «La santità non consiste nell'arrivare alla fine della vita perfetti, come angeli, ma nel raggiungere la pienezza dell'amore. Come diceva san Josemaría, si tratta della lotta per trasformare il lavoro, la vita ordinaria, in un incontro con Cristo e in un servizio agli altri»[15]. La formula della santità si condensa, dunque, nel fare in modo che tutto risponda a una medesima motivazione, che tutto abbia una medesima meta: vivere con Cristo in mezzo al mondo portando, con lui, il mondo al Padre. Questo è possibile perché Gesù è molto vicino.

Lucas Buch

[1] Guadalupe Ortiz de Landázuri, Lettera a san Josemaría, 1-IV-1946.

[2] San Josemaría, *Lettera 24-III-1930*.

[3] San Josemaría, *Amici di Dio*, n. 300.

[4] San Josemaría, *Lettera 8-XII-1949*, n. 26.

[5] Cfr. San Josemaría, *È Gesù che passa*, n. 48.

[6] Benedetto XVI, *Omelia*, 7-XI-2006.

[7] Papa Francesco, Es. Ap. *Gaudete et Exsultate*, n. 14.

[8] Benedetto XVI, *Omelia*, 7-XI-2006. Nel testo il Papa riprende un brano di san Gregorio Magno.

[9] San Josemaría, *È Gesù che passa*, n. 119.

[10] San Josemaría, *Appunti di una predicazione*, 28-IX-1973.

[11] *Catechismo della Chiesa Cattolica*, n. 2659.

[12] San Josemaría, *Colloqui*, n. 113.

[13] *Ibid.*, n. 114.

[14] San Josemaría, *Lettera 11-III-1940*, n. 15.

[15] Mons. Fernando Ocariz, *Intervista*, 13-V-2019.

[Back to Contents](#)

Conoscerlo e conoscerti (XI): Siete una lettera di Cristo

Alla fine dell'anno 57 san Paolo scrive una lettera ai cristiani che stanno a Corinto. L'apostolo sa bene che in quella comunità alcuni non lo conoscono, altri si erano lasciati convincere da pettegolezzi che lo screditavano, sicché per buona parte del testo espone le caratteristiche che deve avere chi è portatore del Vangelo di Gesù. Sappiamo anche che, per la stessa ragione, aveva promesso di tornare presto a visitarli, ma fino a quel momento non aveva potuto farlo. In tale contesto, troviamo una delle frasi più belle dei suoi scritti. Paolo si domanda, in maniera retorica, se occorre inviare una lettera di raccomandazione affinché la comunità lo conosca meglio, per guadagnarsi nuovamente la loro stima. E risponde, pieno di fede nell'azione di Dio sulle persone, che la sua autentica lettera di raccomandazione è il cuore di ognuno dei cristiani di Corinto; afferma che è lo Spirito Santo a scriverla nelle loro anime, avvalendosi di ciò che san Paolo aveva loro trasmesso: «È noto che voi siete una lettera di Cristo» (2 Cor 3, 3).

Come possiamo trasformarci in questa «lettera di Cristo»? Come fa Dio a trasformarci un po' per volta? «Noi tutti, a viso scoperto, riflettendo come in uno specchio la gloria del Signore, veniamo trasformati in quella medesima immagine, di gloria in gloria, secondo l'azione dello Spirito del Signore» (2 Cor 3, 18). Queste parole di san Paolo svelano il *metodo* della Spirito Santo in noi. Diventiamo *gloriosamente simili* a Cristo in modo progressivo, affidandoci al tempo: è questa la dinamica propria della vita spirituale.

Volere le stesse cose di Gesù

Si capisce molto bene perché una delle maggiori preoccupazioni di Gesù fosse che la preghiera, essendo un mezzo privilegiato per coltivare il nostro rapporto con Dio, non rimanesse come un elemento isolato in mezzo alle altre attività, con poca forza per trasformare una vita. Ecco perché Cristo, volendo insistere sulla necessità di unire l'orazione con la trasformazione della propria vita, nel sermone della montagna ha detto: «Non chiunque mi dice: "Signore, Signore", entrerà nel Regno dei Cieli, ma colui che fa la volontà del Padre mio che è nei cieli. In quel giorno molti mi diranno. "Signore, Signore, non abbiamo forse profetato nel tuo nome? E nel tuo nome non abbiamo forse scacciato demoni? E nel tuo nome non abbiamo forse compiuto molti prodigi?". Ma allora io dichiarerò loro: "Non vi ho mai conosciuti"» (Mt 7, 21-23). Sono parole forti. Non basta averlo seguito, neppure aver fatto cose grandi in nome di Gesù. È qualcosa di molto più profondo: sapersi uniformare alla volontà di Dio.

Non ci appare difficile intendere queste parole di nostro Signore. Se l'orazione è cammino ed espressione di una relazione di amicizia, allora deve ricalcare le caratteristiche proprie di un amore di questo tipo. Tra gli amici si arriva, come ricordano i classici, al *idem velle, idem nolle*, a volere le stesse cose, a rifiutare le stesse cose. La preghiera cambia la nostra vita perché ci fa sintonizzare con i desideri del cuore di Cristo, ci fa vibrare con il suo zelo di anime, ci fa cercare con

entusiasmo il modo di piacere al nostro Padre celeste. Se così non fosse, se l'orazione non ci portasse a questa gloriosa somiglianza della quale parlava san Paolo, senza che ce ne rendessimo conto la nostra orazione si potrebbe trasformare quasi in una terapia di auto-aiuto, al fine di tenere in pace il nostro spirito o di garantirci uno spazio di solitudine. In questo caso, pur trattandosi di obiettivi che potrebbero essere positivi, l'orazione non compirebbe la sua funzione principale: dare la possibilità di un autentico rapporto di amicizia con Cristo, una chiamata a trasformare la vita.

Questo importante insegnamento di Gesù ci dà una pista per rivedere la *situazione* della nostra preghiera. Il criterio non sarà più il sentimento o il piacere spirituale che provo nei momenti della mia orazione; neppure il numero di propositi che sono capace di propormi; neppure il grado di concentrazione che ho raggiunto. L'orazione, invece, potrà essere rivista alla luce del grado di trasformazione che porta nella nostra vita, alla luce del progressivo superamento delle incoerenze che si stabiliscono tra ciò che crediamo e ciò che, alla fine, riusciamo a vivere.

Una identificazione che avviene nel tempo

Anche san Paolo, che aveva ricevuto la grazia di incontrarsi con Gesù risorto sulla via di Damasco, mette in evidenza in altri testi come i primi cristiani fossero ben consapevoli che l'obiettivo dell'orazione fosse l'identificazione con Cristo. Così esortava i cristiani di Filippi ad avere «gli stessi sentimenti di Cristo Gesù» (*Fil 2, 5*) e affermava con semplicità a quelli di Corinto che «noi abbiamo il pensiero di Cristo» (*1 Cor 2, 16*). Ebbene, avere gli stessi *sentimenti* e lo stesso *pensiero* del Figlio di Dio è qualcosa che non si può ottenere solamente come frutto dell'impegno personale o dell'applicazione di certe tecniche di apprendimento. È sicuramente una conseguenza della lotta personale per fare il bene nel modo in cui lo farebbe Gesù, ma all'interno di una esperienza di comunione, quella propria dell'amore di amicizia; così, mediante la grazia, ci disponiamo a una assimilazione di ciò che è proprio di Cristo.

Nella misura in cui è l'effetto proprio di una relazione di amicizia, l'identificazione con Cristo, frutto della preghiera, è progressiva, richiede tempo. Per questo san Josemaría ricordava che Dio conduce le anime su di un piano inclinato, lavorando poco alla volta nel loro intimo e dando loro desideri e forze per corrispondere sempre meglio al suo amore: «In questa *giostra* d'amore, le cadute non devono avviltirci, ancorché fossero gravi, purché ci rivolgiamo a Dio nel sacramento della Penitenza con dolore sincero e proposito retto. Il cristiano non è un collezionista fanatico di certificati di servizio senza macchia. Gesù nostro Signore, che tanto si commuove dinanzi all'innocenza e alla fedeltà di Giovanni, si intenerisce allo stesso modo, dopo la caduta di Pietro, per il suo pentimento. Gesù, che comprende la nostra fragilità, ci attrae a sé guidandoci come per un piano inclinato ove si sale a poco a poco, giorno per giorno, perché desidera che il nostro sforzo sia perseverante»[1]. Sapere che le proprie miserie, anche quelle che più ci umiliano, non sono un ostacolo insuperabile nell'amore a Dio e nel nostro cammino di completa identificazione a lui, ci riempie di speranza. E ci riempie anche di stupore: com'è possibile che sia vero quel grido – ancora una volta di san Paolo – che assicura che nulla «potrà mai separarci dall'amore di Dio, che è in Cristo, nostro Signore» (*Rm 8, 39*)?

La risposta, che soltanto l'orazione ci permette di percepire in modo completo, si trova nel primato dell'iniziativa divina: è Dio che ci cerca e ci attrae. L'apostolo Giovanni, ormai negli ultimi anni della sua vita, lo ricordava con emozione: «In questo sta l'amore: non siamo stati noi ad amare Dio, ma è lui che ha amato noi e ha mandato il suo Figlio come vittima di espiazione per i nostri peccati» (1 Gv 4, 10). Fare orazione è, dunque, rendersi consapevoli di essere in buone mani e che il nostro amore – sempre imperfetto – è soltanto risposta all'amore di Dio che ci precede, ci accompagna e ci segue. La contemplazione di questo amore è il più grande stimolo per percorrere il piano inclinato della profonda identificazione con Cristo.

Per crescere sempre nell'amore

Di solito, nella vita cristiana, il passare del tempo va unito alla crescita personale. Perciò la corrispondenza all'amore di Dio che desideriamo nell'orazione, di norma si manifesta in un desiderio di miglioramento, in un fermo anelito di allontanare da noi tutto ciò che ci allontana da Cristo. Ecco perché, forse con una certa frequenza, ci è stato insegnato a fare un'*orazione d'esame*, chiedendo luci per individuare ciò che non è conforme alla nostra condizione di figli di Dio; abbiamo imparato a formulare propositi concreti – contando sempre sull'aiuto della grazia – per aspirare a piacere al Signore, superando quegli aspetti della nostra vita che ci allontanano da lui, sia pure di poco.

Sappiamo molto bene che questo *esame* e questi *propositi* non sono dovuti al fatto che vogliamo conquistare le cose per nostro tornaconto, ma perché è la maniera veramente umana di amare: chi vuol fare piacere in tutto alla persona amata si sforza di raggiungere la migliore versione di se stesso. Sapendo che Dio ci ama così come siamo, noi desideriamo amarlo come egli merita. Perciò cerchiamo, con una tensione salutare, di lottare un poco ogni giorno. Non vogliamo cadere nella tentazione – tanto facile! – di giustificare le nostre debolezze, dimenticando che con la sua morte e risurrezione Cristo ci ha ottenuto la grazia sufficiente per prevalere sui nostri peccati[2].

Quando san Josemaría era un giovane sacerdote, molti vescovi gli chiedevano di predicare per alcuni giorni un ritiro spirituale o esercizi spirituali. Allora alcuni lo accusarono di predicare «esercizi di vita e non di morte»[3]. Erano abituati a che in quei giorni di ritiro, si riflettesse soprattutto sul destino eterno di ciascuno e si sorprendevo che san Josemaría parlasse anche molto su come vivere coerentemente la propria vocazione. Questo mette in evidenza una importante caratteristica della missione dell'Opus Dei: insegnare a *materializzare la vita spirituale*, evitando che l'orazione assuma una dimensione indipendente e isolata nella vita delle persone; o, come dice san Josemaría, «allontanarli in questo modo dalla tentazione – così frequente allora, e anche oggi – di condurre una specie di doppia vita: da una parte, la vita interiore, la vita di relazione con Dio; dall'altra, come una cosa diversa e separata, la vita familiare, professionale e sociale, fatta tutta di piccole realtà terrene»[4].

Anche se nei nostri momenti di preghiera non sempre sperimentiamo sensibilmente l'amore di Dio – alcune volte invece ci riusciremo – in realtà Egli è sempre lì, presente e operante. Se a questo amore sommiamo la lotta sui punti che il Signore ci indica, la nostra vita – i nostri pensieri, i nostri desideri, le nostre

intenzioni, le nostre opere – si trasformerà progressivamente. Arriveremo a essere, per gli altri, *Cristo che passa, ipse Christus*.

Amarlo *nel* prossimo

Una volta uno scriba domandò a Gesù: «Maestro, nella Legge, qual è il grande comandamento?». Ricordiamo molto bene la sua risposta: «Amerai il Signore tuo Dio con tutto il tuo cuore, con tutta la tua anima e con tutta la tua mente. Questo è il grande e primo comandamento. Il secondo poi è simile a quello: amerai il tuo prossimo come te stesso. Da questi due comandamenti dipendono tutta la Legge e i Profeti» (Mt 22, 36-40). In questa maniera, con poche parole, Gesù spiegò una volta per sempre l'unione dell'amore di Dio con l'amore del prossimo. Si tratta di un insegnamento sul quale il Signore ha voluto continuare a insistere fino agli ultimi istanti prima di salire definitivamente in cielo. Anche quando, ormai risuscitato, s'incontra con Pietro sulla riva del mare di Galilea, Gesù risponde alle promesse di amore di colui che sarà il primo Papa con un invariabile: «Pasci le mie pecore» (cfr. Gv 21, 15-17). Il motivo ultimo dell'unione dei due comandamenti e, dunque, della necessità di imparare ad amare Cristo negli altri, lo troviamo spiegato da Gesù stesso con grande forza nella descrizione che fa del giudizio finale. Mette in evidenza che la ragione si trova nella profonda unione che egli ha stabilito con ogni uomo: «Ho avuto fame e mi avete dato da mangiare, ho avuto sete e mi avete dato da bere» (Mt 25, 35). Infatti, come insegna il Concilio Vaticano II, «con l'incarnazione il Figlio di Dio si è unito in certo modo a ogni uomo»[5]. È impossibile amarlo senza amare anche il prossimo, senza imparare ad amarlo anche *nel* prossimo.

L'orazione, quando è autentica, ci induce a preoccuparci degli altri; di coloro che sono più vicini a noi e di coloro che più soffrono. Ci porta a saper convivere con tutti e ad accogliere nel nostro cuore anche quelli che non pensano come noi, cercando sempre il loro bene, con frequenti cortesie di servizio. In essa troviamo la forza per perdonare e le luci per amare sempre meglio e in modo più concreto tutti, venendo fuori dai nostri egoismi e dalle nostre comodità, senza tema di complicarci santamente la vita. Papa Francesco ci ricorda che «il modo migliore per discernere se il nostro cammino di preghiera è autentico sarà osservare in che misura la nostra vita si va trasformando alla luce della misericordia»[6]. Acquisire un cuore compassionevole e misericordioso, come quello di Gesù – immagine perfetta del cuore del Padre – è il frutto ultimo della nostra vita di preghiera, segnale certo della nostra identificazione con Cristo.

Nicolás Álvarez de las Asturias

[1] San Josemaría, *È Gesù che passa*, n. 75.

[2] Cfr. san Giovanni Paolo II, Enc. *Veritatis splendor*, nn. 102-103.

[3] Cfr. Andrés Vázquez de Prada, *Il Fondatore dell'Opus Dei*, vol. II, pp. 705-710.

[4] San Josemaría, *Colloqui*, n. 114.

[5] Concilio Vaticano II, Cost. past. *Gaudium et spes*, n. 22.

[6] Papa Francesco, Es. Ap. *Gaudete et exsultate*, n. 105.

[Back to Contents](#)

Conoscerlo e conoscerti (XII): Anime di preghiera liturgica

Nell'aprile del 1936 in Spagna c'è molta tensione sociale. Tuttavia, nell'Accademia DYA si cerca di mantenere il clima abituale di studio e di collaborazione. In quelle giornate particolari un residente racconta per lettera ai suoi genitori che il giorno prima hanno provato alcuni canti liturgici, aiutati da un professore, in un ambiente, racconta, di grande allegria [1]. Visto il particolare contesto, a parte i bei momenti che trascorrevano tra loro, per quale motivo, la sera di una domenica, trenta studenti universitari stavano ricevendo una lezione di canto?

La risposta la possiamo trovare un paio di mesi prima, quando san Josemaría nel programma di formazione dell'Accademia mise proprio alcune lezioni di canto gregoriano. Anche se sappiamo che, quando era reggente ausiliare della parrocchia di Perdiguera, san Josemaría era solito celebrare la Messa cantata, quell'inserimento curricolare non rispondeva a una inclinazione personale. Non era dovuto neppure a un interesse erudito, conseguenza della conoscenza e dello sviluppo del movimento liturgico in Spagna. Quella decisione, in realtà, era frutto di una esperienza pastorale, dovuta semplicemente al desiderio di aiutare quei giovani a diventare *anime di orazione*.

È interessante osservare una circostanza particolare a proposito di tre pubblicazioni a cui in quegli anni trenta san Josemaría stava lavorando; erano tutte volte a facilitare il dialogo con Dio: ognuna di esse rispondeva a una delle tre grandi forme di espressione dell'orazione cristiana. La prima avrebbe aiutato la meditazione personale, l'altra avrebbe stimolato la pietà popolare e l'ultima avrebbe invitato il lettore a immergersi nella preghiera liturgica. Il frutto della prima iniziativa fu *Consideraciones espirituales*, punto di partenza della sua opera più nota *Cammino*; il frutto della seconda fu il breve libretto *Santo Rosario*; per la terza iniziativa progettò un'opera che avrebbe dovuto essere intitolata *Devociones litúrgicas*. Anche se la pubblicazione di quest'ultima opera fu annunciata per il 1939, per diversi motivi non vide mai la luce. Tuttavia, si conserva ancora la prefazione preparata da mons. Félix Bilbao, vescovo di Tortosa, che ha per titolo «Pregate e pregate bene!». In questo testo, inedito, i lettori sono invitati ad addentrarsi, aiutati dall'autore del libro, nella liturgia della Chiesa, per arrivare a una «orazione efficace, sostanziosa, solida, che li unisca intimamente con Dio»[2].

Dare voce alla preghiera della Chiesa

Per san Josemaría la liturgia non era un insieme di precetti volti esclusivamente a dare solennità a talune cerimonie. Soffriva quando vedeva che il modo di celebrare i sacramenti e le altre azioni liturgiche non sembravano essere al servizio dell'incontro delle persone con Dio e con gli altri membri della Chiesa. Una volta, dopo aver assistito a una celebrazione liturgica, scrisse: «Molto clero: l'arcivescovo, il capitolo dei canonici, i beneficiati, i cantori, gli accoliti e i chierichetti... Magnifici ornamenti: sete, oro, argento, pietre preziose, merletti e velluti... Musica, voci, arte... E... niente popolo! Culto splendido, senza popolo»[3].

Questo interesse per il *popolo* nella liturgia è profondamente teologico. Nelle azioni liturgiche, la Trinità interagisce con la Chiesa intera e non soltanto con una delle sue componenti. Non è un caso che la maggior parte delle riflessioni che san Josemaría dedicò alla liturgia in *Cammino* si trovino nel capitolo intitolato *La Chiesa*. Per il fondatore dell'Opus Dei, la liturgia era un luogo privilegiato dove trovare la dimensione ecclesiale della preghiera cristiana; ci si rende conto che tutti insieme ci rivolgiamo a Dio. La preghiera liturgica, pur essendo sempre personale, si apre verso prospettive che vanno oltre le circostanze individuali. Se nella meditazione personale siamo noi il soggetto che parla, nella liturgia il soggetto è la Chiesa intera. Se nel dialogo solitario con Dio siamo noi che parliamo come membri della Chiesa, nella preghiera liturgica è la Chiesa che parla attraverso noi.

In tal modo, imparare a dire il *noi* delle preghiere liturgiche è una grande scuola per integrare le diverse dimensioni della nostra relazione con Dio. Lì ognuno di noi scopre di essere uno dei figli della grande famiglia che è la Chiesa. Non sorprende allora la chiara esortazione di san Josemaría: «La tua preghiera deve essere liturgica. Magari ti affezionassi a recitare i salmi e le preghiere del messale, invece delle preghiere private o particolari!»[4].

Imparare a pregare liturgicamente richiede l'umiltà di ricevere da altri le parole che diremo. Richiede anche il raccoglimento del cuore per identificare e apprezzare quanto ci unisce a tutti i cristiani. In tal senso ci può essere utile considerare che stiamo pregando uniti a coloro che stanno accanto a noi in questo momento e anche con gli assenti, con i cristiani del proprio paese, dei paesi vicini, del mondo intero... Preghiamo anche con quelli che ci hanno preceduto e si stanno purificando o godono ormai della gloria del cielo. Infatti l'orazione liturgica non è una formula anonima, ma è piena «di volti e di nomi»[5]; ci uniamo a tutte le persone fisiche che fanno parte della nostra vita e che, come noi, vivono «nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo», partecipando alla vita della Trinità.

Dare corpo alla preghiera della Chiesa

Sappiamo che, per san Josemaría, la santificazione del lavoro non consisteva principalmente nell'intercalare preghiere *durante* il lavoro, ma soprattutto nel trasformare in preghiera l'azione stessa che si sta compiendo, mediante l'intenzione di farla per la gloria di Dio, impegnandosi nella perfezione umana, sapendo di essere guardato amorevolmente dal cielo dal Signore. Analogamente, la preghiera liturgica non consiste principalmente nel dire preghiere *durante* le azioni liturgiche, ma nel compiere queste azioni rituali *digne, attente ac devote*, con la dignità, l'attenzione e la devozione che meritano, comprendendo ciò che si fa. Non sono soltanto occasioni per compiere atti individuali di fede, speranza e carità, ma azioni attraverso le quali la Chiesa intera esprime la sua fede, la sua speranza e la sua carità.

San Josemaría dava molta importanza a questo *saper comprendere* i diversi atti di culto, a questa *educazione della pietà*. La dignità che richiede la preghiera liturgica è strettamente legata alla gestione del proprio corpo perché, in certo qual modo, è lì che in un primo momento si manifesta ciò che vogliamo fare. La celebrazione della santa Messa, accostarsi alla Confessione, le benedizioni con il Santissimo...,

comportano diversi movimenti della persona, in quanto sono preghiera in atto. La preghiera liturgica, pertanto, richiede che si preghi anche con il corpo. Inoltre richiede che impariamo a dare corpo, in quel momento, alla preghiera della Chiesa. Naturalmente, anche se spesso è il sacerdote che ha il compito di dare voce e mani a Cristo Capo, è l'assemblea a dar voce e visibilità a tutto il Corpo Mistico di Cristo. Sapere che attraverso di noi si vede e si ascolta la preghiera dei santi e delle anime del purgatorio è un ottimo stimolo per curare l'*urbanità della pietà*.

Oltre alla dignità, la preghiera liturgica richiede di essere compiuta con attenzione. In questo senso si potrebbe dire che, oltre a concentrarci sulle parole che diciamo, è importante essere consapevoli, nel modo più profondo possibile, del momento che stiamo vivendo: aver chiaro con chi stiamo, perché e a che scopo. Per prenderne coscienza occorre una formazione previa, sempre migliorabile. Su questo aspetto san Josemaría aveva le idee chiare: «Adagio. Pensa che cosa dici, chi lo dice e a chi. Perché quel parlare in fretta, senza dar tempo alla riflessione, è rumore, fragore di latta. E ti dirò, con santa Teresa, che non lo chiamo preghiera, anche se muovi molto le labbra»[6].

L'incontro con ogni Persona della Trinità

Malgrado le inevitabili distrazioni dovute alla nostra fragilità, nella preghiera liturgica partecipiamo al misterioso ma reale incontro di tutta la Chiesa con le tre persone della Trinità. Perciò ci arricchiamo se impariamo a distinguere se ci rivolgiamo al Padre, al Figlio o allo Spirito Santo. Generalmente la liturgia ci suole situare di fronte a Dio Padre, con i caratteri che gli sono propri, anche se spesso è invocato con un semplice «Dio» o «Signore». Egli è la fonte e l'origine di tutte le benedizioni che la Trinità sparge su questo mondo e a lui sono rivolte, attraverso il Figlio, tutte le lodi che le creature sono capaci di esprimere.

Infatti, ciò che diciamo al Padre lo diciamo *attraverso* Gesù, che non è *davanti a noi*, ma piuttosto è *con noi*. Il Verbo si è incarnato per portarci al Padre, e con ciò rivelare la sua presenza accanto a noi, come fratello che sa e non si vergogna della nostra fragilità, ci riempie di consolazioni e di audacia. Del resto la preghiera liturgica, in quanto preghiera pubblica della Chiesa, nasce dalla preghiera di Gesù. Non è soltanto continuazione della sua preghiera di quando stava su questa terra, ma è espressione, oggi e adesso, della sua intercessione per noi in cielo (cfr. *Eb 7, 25*). Alcune volte troviamo anche preghiere che si rivolgono direttamente a Gesù, e volgiamo il nostro sguardo verso il Figlio in quanto salvatore. Per questi motivi la preghiera liturgica è una grande via per sintonizzarsi con il cuore sacerdotale di Cristo.

E la preghiera che si rivolge al Padre attraverso il Figlio si realizza nello Spirito Santo. Avere la consapevolezza della presenza della terza Persona della Trinità nella preghiera liturgica è un grande dono di Dio. Il grande Sconosciuto, come lo chiamava san Josemaría, finisce per essere esternamente inavvertito, come la luce o come l'aria che respiriamo. Però sappiamo che senza luce non vediamo nulla e senza aria finiremmo soffocati. Lo Spirito Santo si comporta in una maniera simile nel dialogo liturgico. Anche se di solito non ci rivolgiamo a lui, sappiamo che abita in noi e che, con gemiti inenarrabili, ci spinge a rivolgerci al Padre con le parole che ci ha insegnato Gesù. La sua azione, pertanto, si manifesta

indirettamente. Più che nelle parole che diciamo, o a chi le diciamo, lo Spirito si manifesta nel come le diciamo: è presente nei gemiti che diventano canto e nei silenzi che lasciano lavorare Dio all'interno di noi.

Così come la presenza del vento si percepisce attraverso gli oggetti che si mettono in movimento, possiamo intravedere la presenza dello Spirito Santo quando sperimentiamo gli effetti della sua azione. Per esempio, un primo effetto del suo modo di agire è quando siamo consapevoli di pregare come figlie e figli di Dio nella Chiesa. Ce ne accorgiamo anche quando fa in modo che la Parola di Dio risuoni in noi non come parola umana, ma come Parola del Padre, diretta a ciascuno di noi. Soprattutto lo Spirito Santo si manifesta nella tenerezza e nella generosità con le quali il Padre e il Figlio si impegnano quando nella celebrazione liturgica ci perdonano, ci illuminano, ci fortificano o ci fanno un dono particolare.

Infine, l'azione dello Spirito Santo è così intima e necessaria da rendere possibile che l'atto liturgico sia vera *contemplazione* della Trinità, ci permette di vedere la Chiesa intera e lo stesso Gesù, quando i sensi ci dicono ben altro. È lo Spirito Santo che ci fa scoprire che la cosa più importante della preghiera liturgica non è il compimento formale di una serie di parole o di movimenti esteriori, ma l'amore con il quale sinceramente vogliamo servire e ci lasciamo servire. Lo Spirito Santo ci fa partecipare al suo mistero personale quando impariamo a godere di un Dio che si abbassa per servirci, in modo da potere poi servire gli altri.

Ho vissuto il Vangelo

Non è strano che uno dei termini più usati nella Scrittura e nella Tradizione nel riferirsi alle azioni liturgiche sia quello di *servizio*. Scoprire questa dimensione di servizio nella preghiera liturgica ha molte conseguenze per la vita interiore. Non soltanto perché chi serve per amore non mette se stesso al centro, ma anche perché considerare la liturgia un servizio è la chiave per poterla trasformare in vita. Per quanto possa sembrare paradossale, in numerose preghiere dei testi liturgici, troviamo l'esortazione a *imitare* nella vita ordinaria quello che abbiamo celebrato. Questo invito non significa che dobbiamo estendere il linguaggio liturgico alle nostre relazioni familiari e professionali. Significa invece trasformare in un *programma di vita* ciò che il rito ci ha permesso di contemplare e vivere[7]. Ecco perché san Josemaría, più di una volta, nel contemplare l'azione di Dio nella sua giornata esclamava: «Oggi ho veramente vissuto il Vangelo del giorno»[8].

Per *vivere* la liturgia del giorno e così trasformare la nostra giornata in servizio, in una *Messa di ventiquattro ore*, è necessario contemplare le nostre circostanze personali alla luce di ciò che abbiamo celebrato. In questo compito, la meditazione personale è insostituibile. San Josemaría era solito prendere nota delle parole o delle frasi che lo colpivano durante la celebrazione della Messa o quando recitava la Liturgia delle Ore, fino al punto che un giorno scrisse: «Non prenderò più nota di nessun salmo, perché dovrei prendere nota di tutti, giacché in ognuno di essi non ci sono altro che meraviglie, che l'anima vede quando Dio è servito»[9]. È vero che la preghiera liturgica è sorgente di orazione personale, ma è ugualmente certo che senza la meditazione è molto difficile *far propria personalmente* la ricchezza della preghiera liturgica.

È nel silenzio del tu per tu con Dio che di solito le formule della preghiera liturgica acquistano una forza intima e personale. In questo senso, l'esempio di Maria è illuminante: ella ci insegna che per rendere operativo il *fiat – avvenga* – della liturgia, per trasformarlo in servizio, è necessario dedicare del tempo a custodire personalmente «tutte queste cose nel cuore» (Lc 2, 19).

Juan Rego

[1] Cfr. «Un estudiante en la Residencia DYA. Lettere di Emiliano Amann alla sua famiglia (1935-1936)», in *Studia et Documenta*, vol. 2, 2008, p. 343.

[2] Archivio Generale della Prelatura, 77-5-3.

[3] Appunti intimi, n. 1590, 26-X-1938. Citato in *Camino. Edición crítico-histórica*, Rialp, Madrid 2004, p. 677.

[4] San Josemaría, *Cammino*, n. 86.

[5] Papa Francesco, es. ap. *Evangelii gaudium*, n. 274.

[6] San Josemaría, *Cammino*, n. 85.

[7] Cfr. san Josemaría, *È Gesù che passa*, n. 88.

[8] Quaderno IV, n. 416, 26-XI-1931. Citato in *Camino. Edición crítico-histórica*, p. 298.

[9] Quaderno V, n. 681, 3-IV-1932. Citato in *Camino. Edición crítico-histórica*, p. 297.

[Back to Contents](#)

Conoscerlo e conoscerti (XIII): Non si ragiona, si guarda!

Cerchiamo di pensare quale sia oggi la terza città più importante del mondo, dal punto di vista politico ed economico; ebbene, proprio questo era Antiochia nei primi secoli, quando era la capitale di una provincia romana. Sappiamo che vi fu coniato il termine «cristiani» (cfr. At 11, 26) per i seguaci di Gesù. Il suo terzo vescovo fu sant'Ignazio, il quale, condannato a morte durante il regno di Traiano, fu portato via terra fino alla costa di Seleucia – l'attuale zona sud della Turchia – e, poi, trasferito via mare fino a Roma.

Durante il viaggio la nave fece scalo in vari porti. In ogni luogo egli riceveva i cristiani della zona e ne approfittava per inviare lettere alle comunità dei seguaci di Gesù: «Scrivo a tutte le chiese e faccio sapere a tutti che per mio libero arbitrio muoio per Dio»[1]. Il vescovo sant'Ignazio sapeva perfettamente che le belve dell'Anfiteatro Flavio – il Colosseo – avrebbero determinato la sua fine qui sulla terra, per cui chiedeva incessantemente preghiere per avere il coraggio necessario. Però in diversi passaggi delle sue lettere avvertiamo traccia della profondità della sua anima, del suo desiderio di unirsi definitivamente a Dio: «Non c'è in me alcun fuoco di aneliti materiali, ma soltanto acqua viva che parla in me dicendomi: Vieni al Padre»[2].

Una pianta con le radici in cielo

Quel sussurro interiore di sant'Ignazio di Antiochia – Vieni al Padre! –, che probabilmente ispirava la sua vita di pietà e la sua vita sacramentale, è in realtà una maturazione soprannaturale del desiderio naturale che tutti noi abbiamo di unirci a Dio. Già i filosofi greci dell'antichità avevano identificato nel più intimo del nostro essere una nostalgia per tutto ciò che è divino, una nostalgia della nostra vera patria, «come se fossimo una pianta non terrestre, ma celeste»[3].

Anche Benedetto XVI, nella prima udienza della sua catechesi sull'orazione, ha voluto rivolgere uno sguardo indietro, all'Antico Egitto, alla Mesopotamia, ai filosofi e ai drammaturghi greci e agli scrittori romani; tutte le culture del passato sono una testimonianza del desiderio di Dio: «L'uomo “digitale” come quello delle caverne, cerca nell'esperienza religiosa le vie per superare la sua finitezza e per assicurare la sua precaria avventura terrena [...]. 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»[4].

Si suol dire che uno dei problemi più comuni di questa *precara avventura terrena* della nostra epoca sia la frammentazione interiore, anche a volte prodotta inconsciamente: constatiamo un contrasto tra ciò che vogliamo e ciò che facciamo, vediamo in noi degli aspetti che non si armonizzano tra di loro, non costruiamo la vicenda della nostra vita come un filo continuo con il nostro passato e il nostro futuro, non vediamo come possano andare d'accordo molte idee che abbiamo man mano acquisito o i sentimenti che proviamo... Qua e là forse moltiplichiamo

le versioni di noi stessi.

Certe volte non riusciamo neppure a concentrare la nostra attenzione esclusivamente in una sola attività. In tutti questi ambiti vorremmo riscontrare una unità, che però a quanto pare non possiamo fabbricare come tante altre cose. «Non è forse un segno dei tempi che si registri oggi, nel mondo, nonostante gli ampi processi di secolarizzazione, una diffusa esigenza di spiritualità, che in gran parte si esprime proprio in un rinnovato bisogno di preghiera?»[5], si domandava san Giovanni Paolo II all'inizio di questo millennio. In verità notiamo che nascono molte iniziative, presenziali o attraverso Internet, dirette a valorizzare la nostra capacità di silenzio esteriore e interiore, di ascolto, di concentrazione, di armonia tra il nostro corpo e il nostro spirito. Tutto questo, logicamente, può darci una certa tranquillità naturale.

Però l'orazione cristiana ci dà una tranquillità che non è semplicemente un equilibrio transitorio, ma è frutto di una percezione unitaria della vita che nasce dalla relazione intima con Dio; l'orazione cristiana, essendo un dono, fa crescere in noi una nuova visione della realtà che unisce ogni cosa in lui. «È un atteggiamento interiore, prima che una serie di pratiche e formule, un modo di essere di fronte a Dio prima che il compiere atti di culto o il pronunciare parole»[6]. Naturalmente, questa *disposizione interiore*, questo *modo di stare* di fronte al Signore, non nasce dalla sera alla mattina, né arriva senza che prima ci siamo disposti adeguatamente perché Dio ce la possa concedere: è dono, ma è anche compito.

Gli occhi di un'anima che pensa all'eternità

In un determinato momento dell'omelia *Verso la santità*, pronunciata alla fine del 1967, san Josemaría descrive brevemente l'itinerario di una vita di orazione[7]. Si comincia a pregare – ci dice – con preghiere semplici, brevi, magari imparate nell'infanzia; poi si fa strada l'amicizia con Gesù; impariamo a “introdurci” nella sua passione, morte e risurrezione, e vogliamo far nostra la sua dottrina; successivamente il cuore sente il bisogno di distinguere e di entrare in rapporto con le tre persone divine, finché un po' per volta questo non riempie la sua giornata. Ed è a questo punto che il fondatore dell'Opus Dei descrive la tappa che riguarda la vita contemplativa: arriva il momento in cui «ci lasciamo portare da questa corrente generosa e chiara di fresche acque che zampillano nella vita eterna. Le parole vengono meno, la lingua non riesce ad esprimersi; anche l'intelletto si acquieta. Non si ragiona, si guarda!»[8]. Allora, trovandoci in un punto di questo itinerario, possiamo domandarci: che rapporto ha l'orazione con la vita eterna? In che senso l'orazione arriva ad essere uno *sguardo* invece di essere composta di parole?

Con l'orazione noi speriamo di riuscire a vedere le cose, qui e ora, così come le vede Dio; a cogliere quello che succede attorno a noi con una *semplice intuizione* che proviene dall'amore[9]. Questo è il suo frutto più grande e per questo diciamo che ci trasforma. Non ci aiuta solamente a cambiare certi atteggiamenti o a superare certi difetti; l'orazione cristiana è diretta, soprattutto, a unirci con Dio, uniformando così un po' per volta il nostro sguardo allo sguardo divino, cominciando già qui sulla terra; in certo qual modo, cerchiamo di adeguare i nostri occhi alla sua luce. Questa relazione di amore con Dio – che impariamo e

realizziamo in Gesù – non è semplicemente qualcosa che *facciamo*, ma ci cambia in ciò che *siamo*.

Questa trasformazione personale porta una serie di conseguenze nella nostra maniera di interagire con la realtà, che possono essere anche molto pratiche. Perfezionare in noi, con l'aiuto di Dio, questo sguardo soprannaturale ci porta, per esempio, a percepire il bene che c'è in ogni cosa creata, anche là dove noi pensiamo che sia assente, perché nulla sfugge al suo piano d'amore, che è sempre più forte. Ci porta a valutare in una maniera nuova la libertà degli altri, a rinunciare alla tentazione di decidere per loro, come se dalle nostre azioni dipendesse il destino di tutto. Inoltre comprendiamo meglio che l'agire divino ha i suoi processi e i suoi tempi, che non dobbiamo né possiamo controllare.

L'orazione contemplativa ci permette di non essere ossessionati dall'idea di voler risolvere i problemi immediatamente, ma di disporci meglio a scoprire la luce in tutto ciò che ci accade, anche nelle ferite e nelle debolezze del nostro mondo. Fare in modo di vedere con gli occhi di Dio ci libera da uno scontro violento con la realtà e con le persone, perché cerchiamo di entrare in sintonia con il suo amore onnipotente, più che ostacolarlo con i nostri interventi maldestri. San Tommaso d'Aquino afferma che «la contemplazione sarà perfetta nella vita futura, quando vedremo Dio faccia a faccia (1 Cor 13, 12), per cui saremo perfettamente felici»[10]; il potere dell'orazione sta nel fatto che possiamo partecipare alla visione di Dio già qui sulla terra, anche se sarà sempre «come in uno specchio» (1 Cor 13, 12).

Nel 1972, durante una riunione in Portogallo, uno dei presenti domandò a san Josemaría in che modo è possibile affrontare cristianamente i problemi quotidiani. Fra le altre cose, il fondatore dell'Opus Dei fece notare che la vita di orazione aiuta a guardare le cose in una maniera diversa da come lo faremmo senza questa unione intima con Dio: «Adottiamo un criterio diverso; vediamo le cose con gli occhi di un'anima che sta pensando all'eternità e all'amore di Dio, anch'esso eterno»[11]. In altre occasioni aveva detto anche che la maniera di essere felici in cielo è molto legata alla maniera di essere felici sulla terra[12]. Un teologo bizantino del XIV secolo aveva scritto qualcosa di simile: «Non solo ci è concesso di disporci e prepararci alla Vita; ci è permesso di viverla e agire sin da ora in conformità ad essa»[13].

Calma... Pace... Vita intensa

Quando il Catechismo della Chiesa Cattolica comincia a trattare della preghiera, ci sorprende con una domanda che ha la funzione di un esame di coscienza permanente: «Da dove noi partiamo pregando? Dall'altezza del nostro orgoglio e della nostra volontà o “dal profondo” (Sal 130, 1) di un cuore umile e contrito?». Poi, immediatamente, passa a ricordarci il presupposto fondamentale per pregare: «L'umiltà è il fondamento della preghiera»[14]. In realtà, lo sguardo di eternità che genera in noi la preghiera contemplativa, può crescere soltanto sul terreno fertile dell'umiltà, in un clima di apertura verso le soluzioni di Dio, al posto delle ricette unicamente nostre.

Alcune volte una eccessiva fiducia nella nostra intelligenza e nella nostra programmazione può far sì che, in pratica, arriviamo a vivere quasi come se Dio

non esistesse. Abbiamo sempre bisogno di una nuova umiltà di fronte alla realtà, di fronte alle persone, di fronte alla storia, in modo che sia un terreno fecondo per l'azione di Dio. Papa Francesco, durante la sua catechesi sulla preghiera, fissava l'attenzione sull'esperienza del re Davide: «Il mondo che si presenta ai suoi occhi non è una scena muta: il suo sguardo coglie, dietro il dipanarsi delle cose, un mistero più grande. La preghiera nasce proprio da lì: dalla convinzione che la vita non è qualcosa che ci scivola addosso, ma un mistero stupefacente»[15].

Allora, nel partecipare dello sguardo che la contemplazione in mezzo al mondo ci offre, appagheremo, per quanto possibile, i nostri aneliti di unità: con Dio, con gli altri, in noi stessi. Ci sorprenderemo a lavorare indefessamente per il bene degli altri e della Chiesa, vedendo che i nostri talenti fioriscono «come albero piantato lungo corsi d'acqua, che dà frutto a suo tempo» (*Sal* 1, 3). Gusteremo un po' di quell'armonia alla quale siamo destinati. Godremo di quella quiete che non troviamo in nessun altro modo. «Galoppare, galoppare!... Fare, fare!... Febbre, follia di movimento... [...]. È che lavorano puntando solo al momento attuale: “sono” sempre “al presente”. Tu..., tu devi vedere le cose con visione d'eternità, “mettendo al presente” il termine finale e il passato... Calma. – Pace. – Vita intensa dentro di te»[16].

Andrés Cárdenas Matute

[1] Sant'Ignazio di Antiochia, *Lettera ai Romani*, n. 4.

[2] *Ibid.*, n. 7.

[3] Platone, *Timeo*, 90a.

[4] Benedetto XVI, *Udienza*, 11-V-2011.

[5] San Giovanni Paolo II, Lettera apostolica *Novo Millennio Ineunte*, n. 33.

[6] Benedetto XVI, *Udienza*, 11-V-2011.

[7] Cfr. san Josemaría, *Amici di Dio*, n. 306.

[8] *Ibid.*, n. 307.

[9] È il concetto tomista della contemplazione come «*simplex intuitus veritatis ex caritate procedens*».

[10] San Tommaso d'Aquino, *Summa theologiae*, II-II, c. 180, a. 4.

[11] San Josemaría, Appunti di una riunione di famiglia, 4-XI-1972.

[12] Cfr. san Josemaría, *Forgia*, n. 1005.

[13] Nicolás Cabasilas, *La vita in Cristo*, UTET, Torino, 1960, p. 89.

[14] *Catechismo della Chiesa Cattolica*, n. 2559.

[15] Papa Francesco, *Udienza*, 24-VI-2020.

[16] San Josemaría, *Cammino*, n. 837.

[Back to Contents](#)

www.opusdei.org