



DIOCESI DI SAN MARINO-MONTEFELTRO

LA PREGHIERA

tempo del desiderio

Lettera del Vescovo
Andrea Turazzi
per la Pasqua 2018

PRESENTAZIONE

Carissime e carissimi,

che cos'è la preghiera se non ardente desiderio, attesa di un oltre, ricerca di un volto?

L'uomo che si inginocchia, e si inginocchia solo davanti a Dio, è grande. Egli dichiara la sua libertà in faccia al mondo. È la lezione dei martiri e di tutti i testimoni della coscienza e della verità.

È necessaria e urgente la ripresa di questo tema.

Siamo assetati di spiritualità, una sete sempre più acuta in questi giorni difficili. È come se l'anima, nello stordimento dell'avere, del fare e della dissipazione, fosse rimasta indietro. Ora è in affanno e rincorre il corpo (R. Benigni). Tuttavia mi viene dato di assistere allo spettacolo dell'anima che, come un uccello, apre finalmente le ali e innalza in volo la sua gabbia (V. Hugo).

Non è necessario moltiplicare parole per attirare la curiosità e l'interesse di chi non frequenta i riti della Chiesa o professa altre convinzioni. Confido nella loro simpatia.

Più utile forse far opera di convincimento presso i cattolici alle prese con l'attivismo. Sto col cardinale Martini che alla preghiera ed alla spiritualità dedicò i programmi pastorali nella Milano industriale, indaffarata e ferita della fine anni '70.

La lettera è corredata dai particolari di un'insigne opera d'arte, una pala dipinta da Giovanni Santi, conservata nella chiesa di Montefiorentino (PU), che raffigura una "Sacra Conversazione": rapporto, silenzio, ascolto, parola, movimento di cuore, incontro di sguardi e armonia di voci. Rappresentazione della preghiera.

+ Andrea Turazzi

+ Andrea Turazzi

Vescovo di San Marino-Montefeltro

Pennabilli, 2 febbraio 2018

Festa della Presentazione del Signore



È ancora di moda pregare?

1

Due volumi interamente dedicati alla preghiera, oltre mille pagine, ventuno specialisti, solo per dire quanto spazio può prendere l'argomento. Se poi andiamo in *Google* c'è una foresta intera da esplorare, ci si smarrisce. E che dire delle bellissime opere sulla preghiera scritte dai grandi maestri?

Ci sono anche inchieste utili da sfogliare, ricerche sociologiche e persino interviste sulla pratica della preghiera. Riporto qualche stralcio. Secondo una recente ricerca commissionata dalla CEI, la Conferenza Episcopale Italiana, otto italiani su dieci, tra i diciotto e i sessantotto anni, pregano "almeno qualche volta" durante l'anno. Il 58% lo fa una volta alla settimana. E anche chi dice di non credere, in un caso su due, ammette che sì, ogni tanto gli capita di pensare a "qualcuno di più grande" e, se non proprio di parlare con lui, almeno di riflettere, di chiedersi se esista oppure no. Chi, invece, ha già una risposta, si rivolge a Dio dandogli del "tu". Stando ad un'altra inchiesta pubblicata recentemente da un quotidiano nazionale è proprio Dio a ricevere più orazioni: lo prega direttamente il 35,5% dei fedeli, mentre il 14,4% preferisce rivolgersi alla Madonna. Si prega, quindi. E, anche se non ci sono comparazioni, la sensazione netta è che lo si faccia più di qualche anno fa. Un filosofo recentemente ha scritto: «Se parlo e scrivo di fede, è perché la cosa non riguarda solo me. Avverto una rinascita dell'interesse religioso nel clima culturale in cui mi muovo». Vero. Di fede si parla sempre più spesso.

Ma com'è cambiato il modo di rapportarsi a Dio? E, soprattutto, com'è cambiata la preghiera, che di quel rapporto resta l'espressione più diretta e personale? Per la verità, a leggere l'indagine CEI di cui scrivevo sopra, non sono in atto rivoluzioni. I motivi per cui gli italiani pregano sembrano sempre gli stessi: la supplica o la lode. Un fedele su due – spiega la CEI – prega soprattutto per chiedere aiuto (o una grazia, che poi è lo stesso). A guardare meglio, però, qualche differenza col passato si riscontra. «Negli anni '60-70 la preghiera di domanda aveva attraversato una grave crisi», osserva Enzo Bianchi, scrittore e saggista appartenente alla Comunità monastica di Bose, in Piemonte. «La secolarizzazione ha spiazzato la preghiera, ne ha fatto una cosa "fuori luogo". Oggi, invece, riemerge spesso sotto forme non autenticamente evangeliche, che la riducono ad un atteggiamento magico, ad un'ingiunzione rivolta ad un Dio sentito come immediatamente disponibile, una specie di Dio-madre che ha il dovere di soddisfare ogni bisogno». E questa è la prima risposta. Ma non basta, perché, sarà pure un paradosso, ma spesso la molla che spinge a pregare è proprio la scoperta che, anche quando i bisogni sono soddisfatti, un "appagamento materiale" non basta.

Ahimè, in molti dei nostri programmi pastorali la voce "preghiera" è spesso assente! Non così invece nel *Catechismo della Chiesa Cattolica* che dedica alla preghiera tutta la quarta parte.

Lasciate una persona libera da sovrastrutture davanti allo spettacolo di un'alba, di un tramonto o di un albero e vedrete il suo incanto, il suo stupore, il suo silenzio. E che cos'è questo se non l'inizio della preghiera?

La preghiera è un atteggiamento profondo. Il cuore si apre all'infinito per cui è creato, la mente si affaccia al mistero, tutta la persona è rapita come in un'estasi, perché intuisce di realizzarsi nell'andare oltre sé. Talvolta accade senza saperne il perché: ascoltando una musica, assistendo ad uno spettacolo della natura, contemplando un'opera d'arte, palpitando per un amore purissimo. Allora nell'anima si dispiegano tutte le tonalità della preghiera: dalla meraviglia all'inquietudine, dall'invocazione alla lode, dalla consegna del proprio dolore alla richiesta d'aiuto per sé e per le persone amate.

La preghiera presuppone la fede? Ne è certamente l'espressione più normale, ma può accadere di sorprendersi in un atteggiamento di preghiera anche se non si è consapevoli di essere in ricerca di Dio. Ci si ritrova in quel momento – è sempre un momento di verità – come di fronte ad un volto misterioso e amico, ancora sconosciuto, ma che attrae fatalmente. È il volto di una Persona che inquieta ma che promette pace¹.

Hanno provato in molti a dare una definizione della preghiera. Ci sono definizioni che grondano poesia, altre più speculative, altre ancora desunte dall'esperienza. Eccone qualcuna. La preghiera è «atto ed espressione di culto», «elevazione dell'anima a Dio e richiesta a lui di cose possibili», «rapporto e comunione profonda con Dio». Teresa d'Avila, una delle più grandi maestre di preghiera, ha precisato come «la preghiera non consista nel molto pensare o nell'elaborare altissimi concetti, ma nel molto amare»². Teresa di Lisieux, in modo più semplice e immediato, scrive: «La preghiera è uno slancio del cuore, un semplice sguardo gettato verso il cielo, un grido di gratitudine e di amore, nella prova come nella gioia»³.

A chi prega succede talvolta di sentirsi preceduto, cercato e desiderato a sua volta. Come accadde alla donna samaritana andata al pozzo ad attingere acqua, quando si

sentì dire dal Signore: «Dammi da bere»⁴. Era attesa! C'è un legame profondo fra preghiera e desiderio. Il *desiderio* è una esperienza profondamente umana, confluita in una parola suggestiva. Desiderio etimologicamente rimanda ad una tensione verso la propria origine: dal latino *de sidus*, lontananza dalla stella, espressione che denuncia una scissione e che invoca un ricongiungimento: i desideri che si affacciano al cuore reclamano esaudimento. Spesso la tensione rimane aperta perché altri desideri, più grandi, incalzano. Facciamo l'esperienza di una certa insaziabilità: dai mille desideri che muovono le nostre giornate, al nostro essere strutturalmente desiderio, in perenne ricerca verso una totalità ed un infinito. Cedo la penna a sant'Agostino di Ippona, filosofo e santo, grande amico dei cercatori della verità, che a proposito dell'uomo confessa: «Sei tu, o Dio, che susciti in lui questo desiderio, perché tu ci ha fatti per te e il nostro cuore non ha pace finché non riposa in te»⁵. «Il tuo desiderio è la tua preghiera, e il desiderio continuo è una preghiera continua»⁶. «Accade a ciascuno di essere portato là dove ha da portarlo il proprio peso, cioè il proprio amore. [...] Non cercare nessun altro mezzo per risalire in alto: amando fai leva, amando sei trasportato in alto, amando ci arrivi»⁷.

Si può dire, in un certo senso, che ogni creatura lodi il mistero originario della sua esistenza semplicemente vivendo. Il poeta sa vedere il più piccolo insetto scrivere il nome di Dio sulla superficie di uno specchio d'acqua che fiancheggia il campo o sentire la rondine che intona il suo *magnificat* mentre solca l'azzurro del cielo. Tuttavia, sulla terra l'uomo è l'unico essere capace di rivolgersi coscientemente alla propria sorgente, al proprio principio. Ma pregare è prima di tutto ascoltare. Dio parla, ha iniziato per primo il suo discorso prima ancora che tu fossi: l'universo, le piante, gli uomini, tuo padre, tua madre e gli altri. Tu sei già un gesto, una parola di Dio. La tua

esistenza è la prima parola che egli ti rivolge. «Mediante lui – diceva san Paolo agli intellettuali di Atene – noi abbiamo la vita, il movimento e l'essere»⁸. I tuoi genitori non hanno voluto “te”, ma un bambino (un maschietto o una femminuccia). Soltanto Dio ha conosciuto e voluto “te”. Perciò pregare è, anzitutto, notare con riconoscenza e con fede ciò che Dio compie in te e in tutti. Chi ci viene incontro come un formidabile presentimento, nella sua più intima profondità non è qualcosa, ma “Qualcuno”. Ma allora possiamo parlare con Dio? Possiamo rivolgerci a lui come ad una persona? In Cristo stesso Dio si è reso ancora più accessibile al nostro parlare. La cosa più profonda che noi possiamo dire al mistero delle origini è che non è una nebulosa primitiva, non è un fluido impersonale, ma è Uno al quale possiamo dare del “tu”. E tuttavia dobbiamo dire che Dio è più che un “tu” umano, più che “qualcuno”. Quando ci immaginiamo “qualcuno”, questo qualcuno si avvicina a noi, per così dire, “da una parte sola”. È un qualcuno limitato. Invece quel “tu” che è Dio ci è vicino da ogni parte, fino alla radice della nostra esistenza. Per questo può accadere che uno non si rivolga direttamente a lui, ma rimanga in sua presenza, senza parole, senza pensieri, col cuore in attesa.

Per chi crede, la preghiera è un *dovere* e una *necessità*; se ne ricorda nei momenti in cui la sua anima è opaca e pregare diventa faticoso. Geremia, l'antico profeta, rimproverava il popolo che si era dimenticato del suo Creatore: «Il mio popolo ha commesso due iniquità: essi hanno abbandonato me, sorgente di acqua viva, per scavarsi cisterne, cisterne screpolate che non contengono l'acqua»⁹. Pregare è un *dovere di giustizia*, di riconoscimento nei confronti di «Colui che ci ha creato»¹⁰.

È un'*esigenza di gratitudine* per le meraviglie di un amore così grande verso la creatura.

La preghiera è *necessaria*, perché attraverso essa l'anima respira. È necessaria perché è il mezzo col quale si dà espressione ai desideri più grandi, si invoca ciò di cui si ha bisogno, ma soprattutto si esprime e irrobustisce la fede. La preghiera affina mente e cuore.

Sant'Agostino insiste sulla necessità della preghiera: «Dio non comanda l'impossibile, ma comandando ti ammonisce di fare ciò che puoi e di chiedere ciò che non puoi»¹¹. L'ideale cristiano è molto alto, con le sole forze umane non è raggiungibile. Gesù ha detto: «Senza di me non potete far nulla»¹². L'abbassamento del livello morale della società e il calo di tensione alla santità sono certamente riconducibili alla poca stima della preghiera. Ci sono traguardi dell'anima e vette di umanità che non si possono raggiungere senza la forza della preghiera. *Dovere, esigenza, necessità*: tutte espressioni che hanno valore, ma sono ancora in una logica interessata, minimalista. È più vicino alla verità parlare di *bellezza* della preghiera, nella gratuità e nella libertà da ogni forma di tatticismo del tipo “do ut des”. La preghiera è bella perché è esperienza di un rapporto interpersonale che, a volte, ha i tratti della *figliolanza*: «Io sono tranquillo e sereno come un bimbo svezzato in braccio a sua madre, come un bimbo svezzato è l'anima mia»¹³. Altre volte, ha i tratti della *sponsalità*: «Perciò, ecco, la attirerò a me, la condurrò nel deserto, e parlerò al suo cuore [...]. Ti farò mia sposa per sempre, ti fiderò con me nella fedeltà e tu conoscerai il Signore»¹⁴. Altre volte ancora ha i tratti dell'*amicizia*: «Mi sforzo di conquistarlo, perché anch'io sono stato conquistato da Gesù Cristo»¹⁵.

Pregare è anche una decisione da prendere consapevolmente. La preghiera chiede tempo e spazio, anche se può succedere che sia la preghiera “a venire a noi”. Ne sanno qualcosa i mistici, ma anche le persone semplici, soprattutto quelle che con fedeltà lavorano, per così dire, alla

preparazione di “un prato per la preghiera”. Prima o poi su quel prato sbocceranno i frutti e i fiori della contemplazione, doni che Dio fa all’anima. Teresa d’Avila elaborò per le sue sorelle una metafora molto pertinente. La sintetizzo così. La preghiera è come l’acqua. Se vuoi coltivare il tuo giardino interiore devi versarvi con fedeltà e perseveranza l’acqua della preghiera. Ritorna col secchio alla fonte e innaffia; se non fai così, tutto secca inevitabilmente. Vuoi rendere meno faticosa questa operazione? Scava piccoli canaletti e ruscelli, l’acqua che verserai arriverà da sé anche nell’angolo più remoto del tuo giardino. Può accadere – se lo vuole colui che manda le piogge – che l’acqua cada dal cielo e renda sempre più verde e profumato il tuo giardino. L’acqua che versi volta per volta è la preghiera discorsiva che esige costanza, lavoro, tanta buona volontà. L’acqua che arriva per irrigazione è la preghiera del cuore, quella che sboccia nella meditazione. La pioggia che scende dal cielo è la contemplazione. Il Signore non desidera altro che farcene dono.

Tra le figure più emblematiche dei “cercatori di Dio” e degli autentici oranti potremmo incontrare i Magi, misteriosi personaggi che, secondo il Vangelo di Matteo, vengono da lontano, dall’Oriente, per adorare il Messia. Dopo un lungo cammino giungono a Betlemme, nella “casa” dove possono «vedere il bambino con Maria, sua madre»¹⁶. Questi personaggi chiudono il corteo dei tanti che giungono ad adorare il Signore: Giovanni ed Elisabetta, che hanno danzato di gioia davanti alla Madre gravida di Gesù; Simeone ed Anna che hanno preso il bambino in braccio e lo hanno benedetto come «duce dei popoli e gloria d’Israele»¹⁷; i pastori che sono andati a Betlemme per vedere il nato Salvatore. E noi? Non potremmo seriamente metterci in cammino verso il Signore? Ci chiediamo: cos’hanno in comune pellegrini così diversi? Hanno in comune due cose. Sono umili e considerati di

poco conto: un profeta inascoltato, una donna sterile, due poveri vecchi, dei rozzi pecorai, tre astrologi pagani. Gente che l’opinione comune considera antiquata, superstiziosa, stramba. Ma è lo stile di Dio: sceglie e invita a sé i semplici, i poveri, coloro che non hanno importanza. Questi cercatori hanno in comune un’altra cosa, il *cielo*. Elisabetta e Giovanni, Simeone e Anna non riconoscono il Messia perché colti, ma perché sono mossi dallo Spirito. I pastori non giungono a Betlemme perché sono buoni, ma perché obbediscono alla voce degli angeli. I Magi non partono dalla loro terra per spirito d’avventura, ma perché hanno visto la «sua stella» nel cielo. Tutti costoro, dunque, hanno in comune l’attitudine ad alzare lo sguardo e ad ascoltare l’invito del Cielo. «È il punto di partenza – scrive papa Francesco –. Ma perché, potremmo chiederci, solo i Magi hanno visto la stella? Forse perché in pochi avevano alzato lo sguardo al cielo. Spesso, infatti, nella vita ci si accontenta di guardare per terra: bastano la salute, qualche soldo e un po’ di divertimento [...]. Ma potremmo chiederci ancora, perché tra quanti alzavano lo sguardo al cielo, tanti altri non hanno seguito quella stella, la “sua stella”? Forse perché non era una stella appariscente, che splendeva più di tutte le altre. La stella di Gesù non acceca, non stordisce, ma invita gentilmente. Possiamo chiederci quale stella scegliamo nella vita. Ci sono stelle abbaglianti, che suscitano emozioni forti, ma che non orientano il cammino. Così è per il successo, il denaro, la carriera, gli onori, i piaceri ricercati come scopo dell’esistenza. Sono meteore: brillano per un po’, ma si schiantano presto e il loro bagliore svanisce. Sono stelle cadenti, che depistano anziché orientare»¹⁸.

I "VERBI" DELLA PREGHIERA

Come su un pianoforte il bravo pianista non si limita ad accarezzare e percuotere i tasti che stanno davanti al suo naso, ma fa danzare le mani sull'intera tastiera, dai toni gravi ai toni acuti, così chi vuole pregare modula la sua preghiera nelle tonalità più diverse: adorazione, lode, richiesta di perdono, ringraziamento, domanda di grazie, esplosione di gioia...

«*Ti adoro*, Signore, ti riconosco come mio Creatore e mio Dio» (etimologicamente adorare significa "mettere la mano davanti alla bocca", il gesto di colui che manda un bacio: «Sei respiro del mio respiro, anima della mia anima, vita della mia vita»).

«*Ti amo* perché tu, mio Dio, mi hai amato per primo, prima ancora che io esistessi: "Tu mi scruti e mi conosci quando seggo e quando mi alzo... Sei tu che mi hai tessuto nel grembo di mia madre"»¹⁹.

«*Ti chiedo perdono*, per l'ingratitude, per le mie fragilità, per i miei peccati».

«*Ti ringrazio* per tutto quello che sei per me, per tutto quello che hai fatto e continui a fare per me. In particolare per i tuoi doni, questi: ...».

«*Ti chiedo grazie*, Signore, ti domando favori per me e per tutte le persone che desidero mettere nel tuo cuore. In modo particolare, ti prego per chi soffre».



Un giovane domanda al suo maestro: «Insegnami la preghiera». «A pregare si impara pregando – risponde il maestro –; mettiti davanti al Signore. Non devi fare altro che... pregare».

Dopo qualche tempo, il discepolo torna e chiede di nuovo: «Insegnami a pregare». E il maestro: «Figlio mio, a pregare si impara pregando». Il ragazzo se ne va ancora una volta senza replicare.

Alla terza volta è il padre spirituale che chiede al ragazzo: «Com'è la tua preghiera? Come preghi?». Il giovane risponde: «Mi metto davanti al Signore e poi ripeto: «a, b, c, d, e, f... ».

«Ma questo è l'alfabeto! – interrompe il maestro. E quando arrivi alla "z" che fai?».

«Ricomincio: lascio al Signore di comporre le parole».

«Allora, figlio mio – conclude il maestro –, credo che tu abbia capito l'essenza della preghiera. Non hai bisogno di nient'altro».

Uno dei primi insegnamenti di Gesù sulla preghiera suona abbastanza polemico: «Quando pregate non sprecate parole»²⁰. È evidente la precisazione: un conto è recitare preghiere, un conto è pregare. Già lo ricordavano i profeti da parte di Dio: «Questo popolo mi onora con le labbra, mentre il suo cuore è lontano da me»²¹. Non c'è preghiera autentica senza coinvolgimento del cuore, della volontà e della libertà. Né ci son preghiere le cui parole “funzionano” di più, sarebbe superstizione. Tuttavia, non sempre c'è lo stesso trasporto nell'orazione. A volte il cuore tarda a scaldarsi e l'anima sperimenta deserto ed aridità. Ci sono poi le distrazioni, vera croce per le persone che desiderano camminare per la via della preghiera. Alcune distrazioni non dipendono da chi prega: vanno rimosse con pazienza. Assomigliano ai passerotti che vanno e vengono sul davanzale della finestra. Qualcuno affronta le distrazioni e i pensieri importuni come una sorta di “coronazione di spine”. Tante distrazioni, invece, dipendono da noi, perché non sappiamo preparare la preghiera, perché non ci disponiamo con un vero silenzio del cuore, perché abbiamo la testa piena di immagini e di tv, perché abbiamo fretta... Qui occorre essere molto decisi nello spazzar via le distrazioni e nel ricollocarci prontamente nello spirito di preghiera. Vi sono poi le preoccupazioni, a volte fortissime, che non ci danno tregua e ci distraggono. I maestri insegnano a trasformarle in preghiera.

C'è una domanda che in molti si fanno: perché a volte sembra che Dio non esaudisca la preghiera dei suoi figli? Premetto: Dio ascolta sempre la nostra preghiera. La preghiera fa sempre centro nel suo cuore.

Ma occorre precisare. Ancora una volta faccio rispondere ad Agostino²². Nella preghiera – sintetizzo – occorre *chiedere bene*, cioè con fede e adesione alla volontà del Signore. Bisogna, poi, *chiedere cose buone*, che giovano al nostro

vero bene: su questo lasciamo fare al Signore. Infine, la preghiera deve salire *da un cuore buono*.

Qualche catechista, per semplificare, ha sintetizzato l'insegnamento di sant'Agostino con "le tre B": chiedere *bene*, chiedere cose *buone*, chiedere con un cuore *buono*. L'insistenza e la perseveranza sono un esercizio della nostra realtà di figli. Gettare troppo presto la spugna è segno di poca fiducia. Non pregare è come tenere legate le mani dell'Onnipotente, che vorrebbe darci i suoi doni, ma si arresta davanti alla nostra libertà. Chi prega "libera", per così dire, le mani di Dio. Un maestro di preghiera, interpellato da una persona delusa dai pochi "risultati" della sua preghiera, rispondeva: «L'hai detto al Signore? Allora lascia fare a lui!».

È abbastanza comune che chi prega avanzi delle pretese: la pretesa che Dio faccia la nostra volontà. Ma pregare non è convincere Dio e piegarlo ai nostri desideri, ai nostri interessi. C'è poi la pretesa di "sentirlo" quasi sensibilmente, in automatico. Celebre l'incontro del profeta Elia: Dio non era nei segni portentosi, ma in una brezza leggera, quasi impercettibile²³. Infine, la pretesa di "usare" Dio come fosse un idolo o un portafortuna o il genio della lampada di Aladino. Il Signore è presente, vicino a chi lo cerca con cuore puro e sincero.

Ho già accennato alla necessità di preparare la preghiera ed entrare piano piano nella sua dimensione: fare silenzio, mettersi alla presenza di Dio e iniziare senza preoccuparsi troppo di se stessi.

Gesù dice di entrare nella propria stanza e di chiudere la porta²⁴. È un po' come salire le scale per accedere "al piano superiore", dove possiamo riservarci un po' di intimità, o come salire su un monte. Anche Gesù cercava lo spazio per la preghiera e l'intimità col Padre.

«Salire la montagna» racchiude molti significati; la fatica del salire è il distacco dal frastuono e la ricerca di una

certa solitudine. Questa non è la solitudine che pesa o la solitudine dell'individualismo, ma la solitudine che staccando innalza, accumula e custodisce il potenziale racchiuso nel rapporto con Dio, rapporto d'amore.

Ci sono persone sempre insoddisfatte e deluse dalla loro preghiera. Avvertono la preghiera come un'esperienza frustrante. Avviene per loro come per i ragazzi che si lanciano sulla giostra e si protendono per agguantare il trofeo, ma è sempre troppo in alto per loro, o arrivano tardi... Fuori di metafora: si vorrebbe pregare, pregare di più, pregare meglio, ma si rinvia ad altro giorno, ad altra occasione, ad altra Quaresima o ad altro Natale. Si dice: «Cerco un momento adatto. Aspetto quando me la sento».

Non c'è tempo? Secondo l'insegnamento di Gesù c'è anche una radicalità della preghiera: prendersi il tempo o salvare il tempo per la preghiera proteggendolo dall'attivismo. «Marta, Marta, ti preoccupi e ti agiti per molte cose, ma una sola è la cosa di cui c'è bisogno. Maria si è scelta la parte migliore»²⁵. Volere la preghiera: se si pianifica quando pregare, forse capiterà un imprevisto e non si riuscirà a pregare proprio a quell'ora; ma, se non si decide di riservare un momento specifico della giornata, quasi certamente non si pregherà mai.

La preghiera non deve essere una nicchia isolata dalla nostra esistenza. È necessario inserire la preghiera nel ritmo della nostra vita, negli alti e bassi del nostro quotidiano.

Non tutti i periodi sono uguali. Ci sono periodi di progresso, quando tutto procede bene. Ci sono periodi di crisi, quando non siamo apprezzati o siamo delusi o sofferenti. Ci sono poi i momenti delle decisioni e quelli in cui "si tira avanti". Il nostro colloquio con Dio deve sgorgare spontaneo da tutte queste situazioni. Dobbiamo

presentarci a Dio come siamo, con quello che stiamo vivendo. Vietato fare come Adamo che si nasconde davanti a Dio che lo chiama: «Dove sei?»²⁶. Non dobbiamo credere di possedere già questa vigile spontaneità. L'abbiamo imparata tutti troppo poco.

Quando non abbiamo “voglia” di pregare sono proprio le situazioni di vita o le decisioni da prendere o il metterci sinceramente “nei panni” di chi chiede aiuto a ricondurci alla nostra “voglia più profonda”. Quando riflettiamo alla presenza di Dio sulla strada da scegliere o su una decisione da prendere, o quando lottiamo nel dubbio o esultiamo di riconoscenza – tutte cose vere della nostra vita – può darsi che prima abbiamo dovuto superare una certa noncuranza o avversione; all'apparenza sembrava che non ne avessimo voglia. Può darsi perfino che, durante la preghiera, proviamo ripugnanza, impazienza, vuoto interiore, aridità e che tuttavia siamo convinti di dover perseverare.

Tutti coloro che cercano di pregare troveranno, una volta o l'altra, tale difficoltà nella preghiera. Forse, proprio quest'ardua lotta per stabilire un contatto con Dio ci terrà lontani dal pericolo di costruirci un piccolo mondo religioso accanto alla nostra vera vita.

Durante la giornata chi ama Dio può rivolgersi a lui all'improvviso. Così come molti imprecano senza pensarci, altri dicono spesso, coscientemente, col cuore: «Signore, aiutami», oppure: «Signore, fa' che non perda la pazienza, te ne prego», oppure: «Grazie, Signore». Sono espressioni che rispecchiano, in piccolo, i grandi atteggiamenti fondamentali della fede, della speranza e dell'amore. Ci sono persone che proprio nel mezzo del traffico più convulso, in pieno imbottigliamento, oppure nel bel mezzo di una festa sono capaci di captare per un attimo, un po' del silenzio di Dio. Può anche capitare che una persona che per lungo tempo non è arrivata a rivolgersi

veramente a Dio trovi d'un tratto le parole adatte nella quiete di una vacanza.

Un modo molto semplice e usuale per far silenzio in noi è quello di recitare una preghiera già composta. Non disprezziamo questa forma di preghiera! Per chi vive una vita intensa possono essere di conforto e di ispirazione le parole già pronte del *Padre Nostro* o dell'*Ave Maria*. I due segni di croce, prima e dopo, sono come due piccole porte fra le quali siamo liberi, per un momento, di intrattenerci con Dio. La preghiera orale prolungata, quando per esempio ci serviamo di un manuale di preghiera o di uno o più Salmi, può favorire un più intenso raccoglimento interiore. La stessa cosa vale per la preghiera del Rosario. Le sue parole sono così belle e, nello stesso tempo, così monotone da creare lo spazio di un quarto d'ora per intrattenersi con Dio. Del resto nessuno ha mai preteso che si pensasse a tutte le parole del Rosario, una per una. Nel caso del Rosario si può pensare ai misteri, oppure ad un vicino che soffre, ad una giovane coppia di sposi che necessita di sostegno, ecc.

Le prime ore del mattino sono privilegiate per la preghiera. Molti sarebbero disposti ad alzarsi mezz'ora prima per prendere le cose con più calma durante la giornata. «Le ore del mattino hanno l'oro in bocca», dice un antico proverbio. La preghiera è quell'oro!

«Mi alzo volentieri prima del mattino – scrive Erri De Luca – per potermi offrire un'ora di quel libro. Esco di casa col pensiero di aver già fatto qualcosa di buono, ancora prima di cominciare il lavoro. Auguro a chi lavora di trovare un buon motivo per essere lieto di buttarsi fuori dal letto nel buio, col mattino ancora lontano, per tutti i giorni della sua vita»²⁷. In pratica, però, molti non riescono mai. Ma anche per loro è importante cominciare la giornata con Dio. Basta un semplice rivolgersi a Dio con

un breve saluto e unirsi così a coloro che, la mattina, trovano il tempo per restare più a lungo davanti a Dio. C'è chi offre in modo speciale la propria giornata a Dio: è cosa eccellente, purché siamo ben certi che non la formula ma la fedeltà alla vita fa della nostra giornata una giornata di Dio, una preghiera. Il “buon giorno” per qualcuno può essere già un “segno di preghiera”, come eco di una parola ascoltata dal Signore: l'amore reciproco viene da lui ed a lui è rivolto.

Una buona preghiera della sera si inserisce ancora meglio di quella del mattino nel ritmo della vita. Il crepuscolo è il momento della riflessione: ringraziare, meditare, chiedere perdono, leggere un brano della Scrittura o di un altro libro...

Oltre la mattina e la sera, prima dei pasti preghiamo Dio di benedire il cibo e poi lo ringraziamo per avercelo dato. Non permettiamo che questa abitudine scompaia dalle nostre famiglie. Se trascurata o abbandonata, procuriamo di ristabilirla.

Abbiamo indugiato sulla dimensione personale della preghiera, ma, come vedremo, la preghiera ha sempre una dimensione comunitaria. Gesù ha iniziato la sua preghiera con «Padre nostro» e non con «Padre mio».

HAI UN MAESTRO DI PREGHIERA? TROVALO

«Insegnaci a pregare», fu la richiesta dei discepoli a Gesù²⁸. È meglio essere accompagnati nella vita spirituale da una persona esperta (il tuo parroco o il tuo confessore o una suora o un educatore). Al maestro si ricorre per chiedere consigli, per progredire e per consegnare i frutti della preghiera. Ci sono anche testi importanti dai quali si può trarre profitto.

Anche a noi tocca la responsabilità di insegnare la preghiera a chi ce lo chiede. Allora occorre non dispensare dottrine nostre, ma con umiltà offrire, se necessario, la nostra esperienza o semplicemente quello che abbiamo imparato.

Ci prendiamo il tempo della preghiera? Creiamo le condizioni per la preghiera?

Le occasioni di preghiera non mancano, ad esempio:

- ♦ nella nostra casa, cercando qualche momento di solitudine e intimità con il Signore o pregando insieme la sera;
- ♦ in parrocchia, accompagnando i ragazzi nell'iniziazione cristiana, facendo visita al Santissimo Sacramento in chiesa, partecipando ad un gruppo di preghiera;
- ♦ nei gruppi, attraverso esperienze particolari: momenti di spiritualità, ritiri, pellegrinaggi, ecc.
- ♦ in situazioni particolari: momenti di difficoltà, di malattia, di gioia, anniversari.

Sappiamo trasformare in preghiera le mille situazioni che la vita ci offre? Abbiamo difficoltà a testimoniare la nostra fede con la preghiera?

Qual è stata la nostra prima scuola di preghiera? Proviamo a ricostruire l'evoluzione e il percorso della nostra vita di preghiera.

Ci sono luoghi nella nostra terra che rivestono una suggestione particolare per il nostro cammino di fede e di preghiera: sono come pozzi ai quali attingere l'acqua della preghiera.

- ◊ I monasteri e gli eremi: li conosciamo? Li frequentiamo? Qual è il nostro pensiero su queste realtà?
- ◊ I santuari: qualcuno più celebre e frequentato, qualche altro più semplice e poco conosciuto. Con che spirito ci andiamo? Spesso il santuario fa riferimento ad un evento fondatore.
Cerchiamo miracoli o ci mettiamo, anzitutto, davanti al miracolo dell'amore di Dio?

Le nostre famiglie sono piccole "chiese domestiche".
Si prega nella nostra famiglia? In quali occasioni?
Ci sono nelle nostre case immagini che richiamano la presenza di Dio ed esprimono la fede comune? E negli ambienti di lavoro?



Stava per riaccendersi la guerra nella provincia del Nord Kivu (Repubblica Democratica del Congo). Il telegiornale dava la notizia della rottura della tregua e dell'inizio dei combattimenti. Avevo organizzato a livello diocesano una grande preghiera. L'operazione, una vera controffensiva per la pace, la chiamavamo "il timeout per la pace". Consisteva nel fermarsi un minuto per una preghiera, alla stessa ora, in qualsiasi posto ci si trovasse, uniti anche se a distanza. Nonostante questa bella iniziativa, nonostante il fervore e l'adesione di centinaia di ragazzi e di famiglie e, soprattutto, nonostante i forti appelli del Papa e gli sforzi della diplomazia internazionale, gli eventi portarono molta delusione alle nostre attese. Ricordo bene quel pomeriggio. Entrai in chiesa e con amarezza sussurrai tra me: «Figurati se Dio ascolta la mia preghiera. Non ha ascoltato la preghiera di madre Teresa, di Giovanni Paolo II, di tante persone grandi...». Ero in ginocchio, ma cambiai posizione: mi sedetti sulla panca come uno che si arrende. Avevo detto tutto. Preghiera finita. Silenzio. Pian piano però, dal cuore si è fatta avanti, prima incerta, poi sempre più luminosa, una ispirazione: Dio ascolta tutti i suoi figli, non fa differenze, anzi se ha dei riguardi sono per i più piccoli, per i più spaesati. Non fa così anche una madre con ciascuno dei suoi figli? Sentii come non mai che ero parte della famiglia umana e che la mia preghiera non poteva che essere universale.

Dio si rivolge a Caino con queste parole: «Dov'è Abele, tuo fratello?». Caino replica con la più infelice delle risposte: «Non lo so. Sono forse il custode di mio fratello?»²⁹. Gesù raccomanderà ai discepoli di entrare nella preghiera tenendo per mano i fratelli: paternità di Dio e fraternità umana sono inscindibili. «Prima di salire l'altare va' a riconciliarti con tuo fratello, poi torna a portare il tuo dono»³⁰.

Chi prega entra nel cuore di Dio e pian piano acquista un punto di osservazione unico, speciale, sul mondo. Acquista un colpo d'occhio che spazza via ogni forma di intimismo. Forse è capitato anche a qualcuno dei miei lettori di mettere il proprio cuore sul cuore del crocifisso, la propria guancia sulla guancia del Signore e sentire il suo palpito e il suo respiro sul mondo: «Quando sarò elevato da terra attirerò tutti a me»³¹. La preghiera dunque si spalanca con uno sguardo pieno di luce e di profezia che sa abbracciare l'intero, fino a connettersi con la comunità mondiale, sentita come legata al proprio destino. La preghiera diventa universale, sul ritmo del *Padre Nostro*, che allarga mente e cuore. Allora la preghiera è sempre più "sentita", perché educa a mettersi nei panni degli altri: si piange con chi è nel pianto, si gioisce con chi è nella gioia³². Alle nozze di Cana Maria, la madre di Gesù, è partecipe, attenta a quello che sta accadendo, si interessa, previene e prega così: «Non hanno più vino»³³. C'è, dunque, una sorta di scambio: la preghiera accresce gli spazi della carità, l'amore porta all'unione con Dio. «A chi ama Dio si manifesta»³⁴.

Perché il cammino dell'umanità appare così difficile? Perché tanta sofferenza? Sinceramente, non so rispondere. Tuttavia, il dolore portato nella preghiera e condiviso spezza il guscio delle nostre pretese, ci fa sentire piccoli, aperti al mistero.

Il dolore non è solo di chi lo vive direttamente, ma anche di chi “si fa vicino”: davvero il dolore è nostro.

La preghiera si trasforma in silenzio e spinge ad entrare nel ritmo del dono. Perché a tanti la porta del paradiso sembra chiusa? Dio ha messo la chiave nelle nostre mani per aprirla!

Ricevendo un folto gruppo di filippini dopo il terribile tsunami che devastò, nel 2013, gran parte delle loro isole, papa Francesco invitò alla preghiera del “perché”³⁵. La spiegò press’a poco così. Sei come un bambino accanto al suo papà. Quello che accade è troppo grande per te, troppo difficile da capire. Tu chiedi: «Perché?». E lo ripeti infinite volte. «Perché? Perché? Perché?». E la risposta è tutta in quel tenere la tua mano nella sua. Per il bambino la risposta più vera è sentire il papà vicino. Questa è l’essenza della preghiera.

La fede cristiana ha come risposta al dolore dell’umanità la certezza della prossimità di Dio, mentre contempla Gesù che si fa carico del dolore, si fa compagno di chi soffre e patisce per il dolore innocente.

Gesù non scende dalla croce. Il primo ad elevare la preghiera del “perché?” è stato proprio lui e «con un grido forte»³⁶: «Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?»³⁷, citando il Salmo 22. In quel grido c’è buio, ma non disperazione: c’è la consegna fiduciosa nelle mani del Padre. Infatti, mentre negli evangelisti Matteo e Marco Gesù muore con il “perché?” sulle labbra, nell’evangelista Luca, Gesù prega affidandosi al Padre: «Padre, nelle tue mani consegno il mio spirito»³⁸. Gesù adopera le parole del Salmo 31³⁹, ma prendendosi la licenza di aggiungervi in quel momento la più dolce delle parole: «Padre». In quella parola sono racchiusi tutto il suo slancio, la sua fiducia e la sua audacia. È la preghiera di Gesù, modello della preghiera del discepolo.

Ecco una pagina suggestiva di introduzione al *Padre Nostro*. «Gesù era molto preoccupato della preghiera dei suoi discepoli. Voleva che pregassero molto e con insistenza e che la loro preghiera fosse autenticata. Quando un discepolo chiede: “Insegnaci a pregare, come anche Giovanni ha insegnato ai suoi discepoli”, Gesù accondiscende a questo desiderio e compone una preghiera per l’uso dei suoi.

Giovanni Battista aveva discepoli che vivevano del suo spirito. Sembra che avesse insegnato loro a pregare, non solo come gli altri Giudei, ma secondo il proprio spirito: una preghiera da discepoli di Giovanni. L’uomo che rivolge la propria domanda a Gesù, senza dubbio sapeva pregare; ma alla vista di Gesù, nasce in lui il desiderio di una preghiera simile alla sua, una preghiera da discepolo di Gesù. Dunque, quest’ultimo gli insegnerà come fare a pregare come lui: “Quando pregate dite: Padre!”. Quando si rivolge a Dio, gli dà questo nome di fiduciosa familiarità: Abbà»⁴⁰.

UNA PREGHIERA A RESPIRO UNIVERSALE

Da una pagina di diario scritta da padre Silvio Turazzi, missionario paraplegico in Africa.

Grazie, Signore, perché continui ad effondere nella tua Chiesa la forza e la bellezza dell'*ut omnes unum sint*⁴¹, la preghiera che esprime il tuo essere nella Trinità, la tua volontà di aprirci alla tua stessa vita. È bello, Signore, il tuo programma; è bella la tua Casa. Accogliami, Signore. Signore, credo, aumenta la mia fede. Aiutami ad entrare e a convertirmi all'unità.

Cosa farebbe Gesù ora?

È mattina. Gesù pregherebbe il Padre. Pregare era per lui stare con il Padre. Poi, lavoro... rapporti... ascolto con il cuore. Sono suo fratello (fratello di Gesù). Cosa posso fare? Stare in lui (Gesù) davanti al Padre.

Poi, amare lavorando, ascoltando, vivendo con il mio corpo stanco e debole, tenendo la mano dei miei fratelli, delle mie sorelle. Ieri me lo ha insegnato Marco, un operaio elettricista, ora anziano pensionato. Mi ritornano le sue parole: cosa farebbe Gesù ora? Immagino Gesù con la tuta, oppure con la sedia a rotelle, aperto al Padre e ai fratelli. Per amare. Ho preso in mano il giornale. Come lo leggerebbe Gesù? Gesù è con noi! Non è visibile con gli occhi ma è più Presente. E con lui il Padre, nell'amore dello Spirito, con Maria e con i santi. E lui ripete: «Andate, ditelo a tutti!». Tutti e ciascuno sono amati dal Padre mio, tutti e ciascuno possono amare! Andate, insegnate, raccontate quanto vi amo, quanto vi ho detto. Ditelo a tutti! Ditelo con la parola, ma nella corrente della vita, sul lavoro, in piazza, amando. Ditelo con un amore che si fa gioia, perdono, resistenza, servizio... «Andate, ditelo a tutti!».



Anche Tarkovskij, il grande regista russo, vi ha dedicato un film. Si tratta dell'icona di Andrej Rublëv, *La Trinità*, ritenuta una delle icone più belle di tutti i tempi. Andrej Rublëv vive nel XIV sec. al tempo di san Sergio. Attraverso colori, forme e geometrie racconta, dopo una vita di preghiera, la sua contemplazione del mistero della Trinità. Se la teologia ortodossa è più contemplazione che ragionamento, l'icona è uno dei mezzi tipicamente orientali che esprime questo modo di fare teologia. Nella pagina accanto possiamo soffermarci su una sua riproduzione. Ci può aiutare ad entrare nella preghiera di Gesù. «Nelle sacre icone noi contempliamo il tabernacolo celeste – scriveva san Basilio – ed entriamo ed esultiamo di una purissima gioia»⁴².

L'icona esprime l'unità e la Trinità di Dio e il suo intervento d'amore nella storia della salvezza. Ad esprimere l'unità contribuiscono i colori, identici nei manti e nelle ali dei tre angeli, le loro stature, uguali, e il loro aspetto (espressioni, volti e capigliature) così simile, tanto da pensare di avere di fronte non tre angeli ma tre varianti di un unico angelo o, con le parole forti di un commentatore, «un'unica anima con tre forme». Il tutto iscritto nella geometria di un unico cerchio. Ciò che l'icona esprime, però, non è l'uniformità, ma è l'unità di comunione. Infatti, l'inclinazione di un angelo verso l'altro e la loro intesa amorosa indicano un'unità di intenti e sentimenti, un rispecchiarsi vicendevole, un'unica attrazione verso il centro e dell'uno verso l'altro.

Nello stesso tempo le figure rappresentate sono tre. La tradizione è quasi unanime nel dire che l'angelo a destra di chi guarda, per il suo aspetto dolce, il vestito verde (simbolo della vita) e la linea concava del corpo (che designa ricettività), rappresenti lo Spirito Santo. Al centro sta la figura del Figlio, colui in cui la vita nascosta di Dio è stata rivelata a noi (vedi i colori più intensi e il volto più visibile). Il fatto che l'angelo a sinistra non si piega, mentre gli altri due sono inchinati verso di lui, farebbe pensare che questo primo angelo rappresenti il Padre. Si noti, infine, il movimento espresso attraverso l'inclinazione dello scettro che ciascuna delle tre figure ha nella mano e la tensione delle ginocchia e dei piedi. Ma l'icona di Rublëv esprime non solo la Trinità *amore in sé*, ma anche la Trinità *amore salvifico*, pronta a sacrificarsi per gli uomini, amore che porta all'incarnazione del Verbo, che culmina nel mistero pasquale e si prolunga lungo i secoli nel sacramento dell'Eucaristia. Gli sguardi d'intesa, pieni di amore e di dolore, dei tre angeli esprimono un comune consenso a ciò che si dovrà compiere: il sacrificio del Figlio. Tutte le linee convergono, infatti, verso il centro della mensa, dov'è il calice e, sopra di esso, la testa dell'Agnello, simbolo del sacrificio.

Mentre si guarda e si contempla l'icona si entra nella preghiera. Le due figure laterali, che formano una sorta di coppa da cui emergono la figura di centro ed il "quarto posto" alla mensa dei tre (libero per lo spettatore), sono profondamente coinvolgenti.

Siamo chiamati ad entrare nel movimento di quella danza e a collocarci nel quarto posto.

Il contesto nel quale il Nuovo Testamento parla del Dio uno e trino non è quello di un'astratta speculazione sull'essenza di Dio, ma quello del lieto messaggio di Gesù, che si può formulare soltanto in forma trinitaria: Dio Padre ci invita, per mezzo di Gesù suo figlio (sua parola, sua immagine), ad accogliere in noi il suo Spirito d'amore e a vivere come suoi figli. Il cristianesimo non è altro che questo! I rapporti fra le tre divine Persone, e delle tre divine Persone con noi, costituiscono nel Nuovo Testamento una ben distinta Trinità. Il timore del politeismo, tutt'altro che infondato nella cultura antica, ha portato ad accentuare nella pietà cristiana l'unità di Dio, trascurando talvolta la dimensione trinitaria. Nelle preghiere cristiane si deve recuperare il senso della Trinità, parlando distintamente alle tre divine Persone: Padre, origine e principio che invia, Figlio che è mandato e che con il Padre effonde lo Spirito. Per professare l'unità possiamo contemplare il rapporto d'amore che lega le tre divine Persone: Dio è amore⁴³. L'amore, l'amore infinito, le rende uno, *unica natura in tre Persone*, come ripete la teologia cristiana. Queste osservazioni non mirano soltanto a farci ricordare qualche nozione catechistica, ma a sostenere quella che chiamiamo *spiritualità trinitaria*: rapporto di fede, di amore e di preghiera. Ogni azione o effetto esterno a Dio è comune alle tre divine Persone: tutta la Trinità è all'opera nel creare, conservare e salvare il mondo e gli uomini; solo l'incarnazione, come termine dell'azione divina, è opera del Figlio. Tuttavia, la teologia distingue quello che fa il Padre, quello che fa il Figlio, quello che fa lo Spirito Santo. Questo aiuta nella relazione personale con le tre divine Persone. Incoraggia ad avere fiducia in "Dio Padre", a ringraziarlo per la creazione e la provvidenza, a collaborare con lui. La fede cristiana ci induce poi a riconoscere Gesù come messaggero e figlio del Padre, nostro salvatore, amico e fratello, con il quale possiamo pregare il *Padre Nostro* e ci invita ad accogliere lo Spirito Santo

come colui che ci fa parlare e agire con Dio Padre come ha fatto Gesù, in piena libertà e amore.

Con il cuore entriamo allora nella preghiera di Gesù e partecipiamo alla sua intimità d'amore col Padre.

In molti testi paolini si dice del cristiano che è *in Cristo*, espressione che torna almeno 80 volte.

San Giovanni, nel suo Vangelo, usa il verbo *dimorare* per indicare l'unità, la confidenza e la familiarità del discepolo con Gesù; oppure adopera il verbo, ancora più forte, *rimanere*, per sottolineare la reciproca immanenza. Quando si entra nella preghiera è come un "mettersi in" Gesù che prega *in noi*, che prega *per noi* ed è pregato *da noi*.

Osserviamo come Gesù prega nei suoi giorni terreni. Ha imparato la preghiera dai suoi genitori e dall'ambiente circostante. Frequenta, secondo il suo solito⁴⁴, la sinagoga di Nazaret. Nella sinagoga segue le prescrizioni della liturgia rabbinica, ma si prende la libertà di curare gli infermi andati per la preghiera e persino di scovare il maligno che può annidarsi nel luogo della preghiera⁴⁵. L'esorcismo compiuto in sinagoga è il primo miracolo di Gesù secondo l'evangelista Marco. Gesù familiarizza col libro dei Salmi che contengono la preghiera del pio israelita, preghiere ispirate da Dio stesso. Più volte ne cita le espressioni, persino sulla croce quando prega il Salmo 22 e il Salmo 31, come abbiamo ricordato più sopra. Secondo l'autore della Lettera agli Ebrei Gesù prega il Salmo 39 quando "entra nel mondo": «Ecco, Signore, io vengo per fare la tua volontà»⁴⁶. Gesù dirige i suoi passi sulla montagna per pregare. Cerca solitudine e silenzio. Spesso nella notte. Gesù frequenta il tempio, il luogo che Dio ha scelto per far abitare il suo nome⁴⁷. Secondo le prescrizioni della legge, viene accompagnato al tempio, quando è ancora bambino e poi dodicenne, per la professione di fede. La narrazione di queste visite al tempio fatta dall'evangelista Luca va ben al di là della cronaca

familiare. Gesù portato al tempio viene salutato come «gloria di Israele e luce delle genti»⁴⁸: è il Messia che entra nel tempio come Signore, come sospirato Angelo dell'alleanza⁴⁹. Da adulto partecipa alle feste e alle solennità liturgiche, come la Pasqua, come la festa delle capanne, ecc. e ritorna al tempio nei suoi viaggi alla città santa. Dirà del tempio che è «la casa del Padre suo»⁵⁰. Piangerà al pensiero della sua distruzione⁵¹. Il tempio, nel pensiero di Gesù, è figura della sua persona, in cui abita la pienezza della divinità⁵². È sdegnato quando il tempio viene preso per una spelonca di ladri, un mercato⁵³.

La preghiera – rapporto col Padre – lo accompagna in tutti i suoi passi. Il Padre sempre lo ascolta⁵⁴, Gesù alza gli occhi al cielo⁵⁵, sospira prima di compiere miracoli⁵⁶, prorompe in un inno di giubilo quando vede che il Vangelo fa breccia nel cuore dei semplici e dei piccoli⁵⁷. La sua missione e la sua vita non sono altro che un essere «nelle cose del Padre»⁵⁸: è un rapporto che lo nutre⁵⁹, lo motiva nelle scelte e, nel momento supremo, quando nel Getsemani «suda sangue che cade a terra»⁶⁰, prega così: «Padre, se vuoi, allontana da me questo calice. Tuttavia, non sia fatta la mia, ma la tua volontà»⁶¹. In questo senso tutta la vita di Gesù è preghiera, o meglio, Gesù *si fa preghiera*. Persino i vagiti di Gesù neonato, in qualche modo, sono preghiera, esprimendo la sua dipendenza totale da Maria e Giuseppe, ma soprattutto dal Padre. Al termine dell'ultima cena Gesù intrattiene un accorato dialogo col Padre: è la preghiera detta “sacerdotale” o “preghiera dell'unità”, perché tutta intrisa del sogno di Dio, l'unità dei suoi figli. Nell'ora dell'innalzamento da terra Gesù ha coscienza di compiere l'atto supremo della sua preghiera. È il momento dell'attrazione universale⁶² e della sua obbedienza al Padre, esercizio del suo sacerdozio.

Che cosa fa Gesù in croce? Mentre soffre continua ad amare, continua a pregare, ad esempio così: «Padre, perdona, non sanno quello che fanno»⁶³.

Gesù ha insegnato la preghiera pregando, ma è stato anche maestro di preghiera esaudendo i discepoli che reclamavano da lui un insegnamento nuovo, autorevole, espressione della novità che stava portando. È in questo contesto che Gesù consegna il *Padre Nostro*.

Nei Vangeli ci sono tanti altri inviti alla preghiera, tanti suggerimenti e raccomandazioni. Gesù conosce bene i falsi atteggiamenti, i pericoli del formalismo e dell'esibizionismo⁶⁴. Al tema della preghiera dedicherà alcune tra le parabole più belle. Fermiamoci a meditarne almeno due: quella del fariseo e del pubblicano che salgono al tempio per pregare⁶⁵ e quella della vedova importuna, che non demorde dall'insistenza per avere giustizia⁶⁶.

Come ho ricordato nelle pagine precedenti, si può pregare ovunque ci si trovi, in chiesa o a casa, per strada o al lavoro. Importante è l'atteggiamento interiore e il predisporre all'incontro, cioè «*salire al tempio*».

Il pubblicano si è messo in fondo e ha fatto la sua preghiera battendosi il petto e riconoscendosi peccatore. Gesù ci assicura che tornerà dalla preghiera *giustificato*. Non perché migliore del fariseo, ma perché si è spalancato a un Dio più grande del suo peccato, un Dio che *non si merita* ma si accoglie, la cui potenza si manifesta nella *debolezza*. La preghiera del pubblicano è l'appello di chi ha preso coscienza del suo nulla e si svuota fino ad essere, paradossalmente, *capace* del torrente straripante della misericordia di Dio.

Il pubblicano si lascia plasmare come un vaso tornato sabbia. I Salmi ci insegnano come si sta davanti a Dio. Il pio israelita prega così: «Signore non si inorgoglisce il mio cuore e non si leva con superbia il mio sguardo; non vado in cerca di cose grandi, superiori alle mie forze. Io sono tranquillo e sereno come un bimbo svezzato in

braccio a sua madre, come un bimbo svezzato è l'anima mia»⁶⁷. Il fariseo, invece, è pieno di sé. Si noti bene, egli probabilmente è persona buona, pia, praticante, forse povera e ascetica, a differenza del pubblicano, che possiamo immaginare ricco, elegante, coinvolto nelle novità che arrivano dall'ovest, compromesso con Roma, rampante. Povero fariseo: sul petto ha troppe medaglie al valore, non ha posto per il Signore. Il suo sproloquio può qualificarsi come preghiera? Non si può pregare e disprezzare, cantare a Dio ed essere spietati, consegnare la vita al Vangelo e andare a caccia degli errori altrui: «O Dio, ti ringrazio che io non sono come gli altri uomini, ladri, ingiusti, adùlteri; neppure come questo pubblicano». La parabola del fariseo e del pubblicano è inquietante: insinua che ci si può separare da Dio e dagli altri persino nella preghiera. Il fariseo ha cominciato bene (col *Te Deum*): «O Dio, ti ringrazio...». Poi finisce male: «Io sono, io prego, io pago, io digiuno...». Ha disimparato la parola più importante e più semplice del mondo: «Tu». Narciso, personaggio della mitologia greca che impersona l'innamorato di sé, è più lontano da Dio di quanto lo sia Caino, perché ha perso il senso del peccato e della relazione, perché ha perso il senso di Dio. Mi viene, allora, da pregare così: «Signore, fa' di noi dei peccatori consapevoli. Fa' che il centro della nostra preghiera sia occupato solo da te e non dal nostro "io". Ti lodiamo, Padre, Signore del cielo e della terra, perché hai pietà del peccatore che è in noi».

Nella seconda parabola, si parla di un giudice, «che non temeva Dio né aveva riguardo per alcuno»⁶⁸ e di una vedova che insistentemente andava da lui a chiedergli di farle giustizia contro il suo avversario. «Per un po' di tempo egli non volle; ma poi disse tra sé: "Anche se non temo Dio e non ho riguardo per alcuno, dato che questa vedova mi dà tanto fastidio, le farò giustizia perché non

venga continuamente a importunarmi"»⁶⁹. C'è una *povera preghiera* e una *preghiera povera*: non è un gioco linguistico. A volte le nostre preghiere sono veramente *povere*, perché frettolose, più recitate che vissute, relegate nei momenti peggiori della giornata, intellettualistiche, stipate di pensieri e piene di pretese, abitudinarie e senza slanci. Ahimè! Altra cosa è la *preghiera povera*. È la preghiera di chi si mette davanti al mistero di Dio, cuore a cuore, di fronte a Colui dal quale sa di essere amato: col canto dell'anima, con le lacrime del dolore, con lo sdegno per l'ingiustizia. E non guasta il silenzio, al contrario! Pregare è come il voler bene: è un moto del cuore. La fragranza di una preghiera così, non è appannaggio degli iniziati o dei teologi. Mettiamoci con la nostra povertà davanti al Signore, il Creatore: «Tu mi scruti e mi conosci; penetri da lontano i miei pensieri...»⁷⁰. Questa è la preghiera della vedova povera. La sua sembra una causa persa dall'inizio, ma lei, imperterrita, non recede, a costo d'essere importuna. Quella vedova è *povera*, si trova in necessità estrema. Pregha giorno e notte senza stancarsi. Il primo miracolo della preghiera è rinsaldare la fede che Dio è presente nella nostra vita. Non siamo abbandonati.

ESAME DI COSCIENZA: DUE MODI A CONFRONTO

Quale dei due modi di fare l'esame di coscienza ti sembra preghiera?

1.

«Quando è stato tolto dalla vista il lume, e mia moglie, che già conosce le mie consuetudini ha taciuto, io vado scrutando tutta la mia giornata e rimisuro i miei fatti e i miei detti: nulla nascondo a me stesso, nulla tralascio; e di fatti, perché dovrei aver timore di qualcuno dei miei errori quando posso dire: "Guarda di non far codesto mai più; per questa volta ti perdono. In quella disputa hai parlato in modo troppo battagliero, per l'avvenire non azzuffarti più con gente ignorante. Hai ammonito quel tale più rudemente di quanto non dovevi; e così non lo hai corretto ma offeso..."⁷¹».

2.

«Punti per l'esame di coscienza: il primo consiste nel chiedere uno spirito di lode per i doni ricevuti e per i segni della presenza del Signore nella mia vita; il secondo consiste nel chiedere uno spirito di tenerezza, cioè, vedersi come lui ci vede; il terzo consiste nel chiedere uno spirito di discernimento sulla giornata trascorsa: prima sui pensieri, poi sulle parole e infine sulle azioni; il quarto consiste nel domandare uno spirito di pentimento: il dispiacere è di non aver amato lui e i fratelli; il quinto consiste nel chiedere uno spirito di forza per correggersi con la sua grazia⁷²».



Tempo fa un amico mi regalò un'immagine abbastanza singolare. L'ho fatta incorniciare e mi ha accompagnato per molto tempo. Mi rammarico di averla smarrita a causa degli ultimi traslochi. Raffigurava la Madre di Gesù: viso ovale, mani giunte, occhi abbassati e un lungo manto sulle spalle. La figura aveva i tratti delle Madonne del primo Rinascimento. Sulle ginocchia non aveva adagiato il bambino, come raffigurato in mille altri dipinti sulla Natività, ma un libro aperto. Maria appariva assorta nella meditazione di quelle pagine. In verità non sappiamo se la fanciulla di Nazaret sapesse leggere. Ma non è irrealistico pensare che conoscesse le Sacre Scritture. Se stiamo a quanto racconta il Vangelo di Luca era ben informata dell'evolversi della storia della salvezza; condivideva con i contemporanei l'attesa del Messia; faceva parte del movimento spirituale degli *anawim*, i poveri del Signore che tutto si attendono da lui; trasformava i suoi sentimenti in un inno pieno di allusioni ai testi delle Sacre Scritture.

I cristiani sanno di poter attingere per la loro vita e per la loro preghiera alla inesauribile fonte della Parola di Dio. Da essa ricevono la conoscenza e la comunione con il Signore e lì possono trovare risposta alle domande più radicali del loro cuore. Quando diciamo “Parola di Dio”, ancor prima del santo libro della Bibbia indichiamo colui che è il Verbo per mezzo del quale tutte le cose sono state create e sono conservate nell'essere⁷³. Nella pienezza dei tempi il Verbo si è fatto carne ed è venuto ad abitare in mezzo a noi⁷⁴. Dopo aver parlato molte volte e in diversi modi per mezzo dei sapienti e dei profeti, Dio «ha parlato a noi per mezzo del Figlio»⁷⁵. Gesù stesso, nel discorso programmatico nella sinagoga di Nazaret, rivela di essere il centro e il compimento di tutte le Scritture, la chiave unica e definitiva per aprire la Parola divina: «Oggi si è composta questa scrittura che voi avete ascoltato»⁷⁶.

La Parola, quella che leggiamo nella Bibbia, è *segno e presenza*. Si consegna nelle nostre mani, si adagia sulle nostre ginocchia, è un tesoro grande, quasi un soave pentagramma sul quale fiorisce la melodia del nostro dialogo con il Signore. Per molti purtroppo la Bibbia resta un libro sconosciuto e misterioso: diffusione quantitativa non significa conoscenza e comprensione. A questo proposito vale ancora la domanda del diacono Filippo al ministro della regina Candace: «Comprendi quello che leggi?»⁷⁷. Molti si sono fermati alla lettura delle prime pagine; c'è chi pensa di conoscerla, perché ricorda episodi appresi al catechismo o a scuola, o per aver assistito a rappresentazioni. Ci sono esperienze di lettura solo individuale della Parola, limitate a qualche testo parenetico e morale, ma per lo più si è incapaci di cogliere la dimensione storico-salvifica delle Sacre Scritture.

Generalmente, se si eccettuano piccoli gruppi che hanno fatto esperienze di approfondimento, permane l'idea che la Bibbia sia piuttosto un libro *su Dio* e sulle verità della

religione che un libro *di Dio*, attraverso il quale egli parla, oggi come un tempo, a noi come all'antico Israele, a tutti e a ciascuno, nella quotidianità. Molti non hanno ancora sperimentato la sorpresa e la gioia di abbeverarsi direttamente alla sorgente viva delle Sacre Scritture. Allo stesso modo, tante comunità sono anemiche biblicamente, lontane dallo sperimentare un costante, significativo ed esplicito riferimento alla Parola di Dio.

Attraverso la lettura personale e comunitaria ciascuno può sentire la Parola di Dio come rivolta a sé e accoglierla «non quale parola di uomini, ma come è veramente, quale parola di Dio che opera in noi»⁷⁸.

La Parola fiorisce ed espande tutta la sua ricchezza nella preghiera. San Gregorio Magno diceva che la Parola cresce in chi la legge⁷⁹. La meditazione prolungata della Parola di Dio, mediante la quale viene lentamente e progressivamente assimilata, diventa principio ispiratore di pensieri e di scelte.

I monaci hanno sperimentato e tramandato un modo particolare di “pregare la Parola”: si chiama *Lectio divina*. Nella *Lectio divina* la Parola *viene accolta nella fede* come una chiamata sempre nuova; *viene ricevuta attraverso la lettura* attenta e meditativa, seguita dalla spiegazione e dall'attualizzazione; *viene ricordata e conservata nel cuore* come la custodiva Maria; *viene restituita nella testimonianza* personale e comunitaria, come evangelizzazione, missione e carità.

La Bibbia, una volta conosciuta, diventa uno dei “luoghi” più promettenti per il nostro incontro con Dio. È palestra ed è via. Può accompagnarci tra le gioie e le fatiche nel tragitto della nostra vita.

Pochi dicono di pregare con la Parola di Dio. Siamo stati per lungo tempo distanti dalle Sacre Scritture e di questa lontananza portiamo le conseguenze: ignoranza e diffidenza. Perché tornare allora alla Bibbia?

È importante sapere che Dio ha parlato distintamente agli uomini e che questa parola è stata consegnata in un

documento scritto disponibile in tutti i tempi, per tutti. Questa parola non è solo da scorrere con gli occhi e con le labbra, è una parola nella quale occorre radicarsi e prendere stabile dimora. C'è chi ha imparato ad addormentarsi e a risvegliarsi con lei. È pane che soddisfa la nostra fame⁸⁰.

Tutto comincia con l'apertura del Libro. Il Libro è l'humus sul quale germina la Parola. Anche il fruscio delle pagine è preghiera, già questo può far trasalire di gioia e di curiosità. Questo fruscio assomiglia tanto ai passi di Dio nel giardino terrestre, quando va a cercare Eva e Adamo⁸¹.

Gli occhi vanno a cercare quella pagina che ci parla: è un po' come quando nel guardaroba si cerca qualcosa di molto bello, di adatto a noi per quella determinata circostanza. Allora lì, in quella pagina, si mette un segnalibro. Così, a poco a poco, la Bibbia diviene sempre meno straniera. Tornando poi ad imbatterci in quel segno o in quella sottolineatura, rivivremo l'incontro, un'eco della nostra conversazione con Dio.

C'è una mappa per la lettura che ci aiuta e ci orienta, è quella che ci offre la Chiesa con la scansione liturgica. È il primo passo di un cammino; ci ripromettiamo poi di vivere quella parola e, dopo averla vissuta, sarà più facile ricordarla. Anzi, non ricorderemo che le parole delle quali abbiamo fatto esperienza. Così, a poco a poco, diventiamo discepoli, gravidi della Parola del Signore, gravidi di lui.

Il Libro ormai è aperto tra le nostre mani. Vi possiamo cercare i contorni di un volto, i segni di una presenza e l'eco di una chiamata: «Signore, sei tu che mi parli. Ti ascolto». Accade allora un “passaggio interiore” che possiamo chiamare *conversione*. Si diventa credenti e si avanza insieme a una lunga schiera di amici che hanno attinto

alle sorgenti della Parola. Qualche maestro suggerisce di pregare la Scrittura pronunciandola a voce alta, anche se si è da soli; leggendola così è come prestare la propria bocca per rendere viva la Parola: in questo modo essa conserva il suo carattere di annuncio ed è come essere attraversati da lei.

La lettura della Parola nel contesto della preghiera può farci vivere anche momenti di combattimento, come accadde a Giacobbe alle prese con Dio, insaziabile di benedizione, mentre era in fuga dal fratello, o come a Mosè che implorava di poter vedere il volto di Dio, oppure come a Giobbe torturato dalla sofferenza, o come fu per gli apostoli provocati ad una sequela radicale. Così potrebbe essere la nostra preghiera con la Bibbia, una ricerca profonda del volto del Signore.

Dopo la preghiera con la Parola possiamo chiudere il Libro, baciarlo, stringerlo sul cuore, custodirlo gelosamente. Avrà un posto particolare nella nostra casa, meglio se al centro del nostro “angolo di preghiera”. È più facile pregare sui Vangeli e sugli altri scritti del Nuovo Testamento, ma anche i libri dell’Antico Testamento offrono materie di riflessione, di confronto e di preghiera. Così, ad esempio, i brani sui patriarchi. Allora possiamo identificarci con Abramo nei meandri della sua fede, fragile forse, ma autentica; con Giacobbe o con Giuseppe nelle vicende travagliate delle loro rivalità familiari; con Davide, la sua volontà di riuscire, il suo coraggio, i suoi amori, la sua generosità, ma anche le sue fragilità.

Per pregare con la Bibbia, concretamente sono possibili due opzioni: scegliere un testo perché parli alla mia situazione, oppure lasciare il suggerimento alla Chiesa attraverso la liturgia della Messa o la preghiera delle Ore. Lasciandoci guidare possiamo trovare testi sconosciuti, con temi imprevisi ma sempre creativi. Può darsi – come

abbiamo già detto – che ci troviamo più a nostro agio con un brano del Vangelo o degli Atti degli Apostoli, perché la nostra fede vi si trova più direttamente rispecchiata. Preziosissimi sono i Salmi, grande scuola di preghiera: ci insegnano la lode, la supplica, il rendimento di grazie. Sono le preghiere che Dio stesso mette sulle nostre labbra. Anche se la tradizione li attribuisce a Davide, essi sono un frutto dell’esperienza di un popolo che prega. Ebbene, il libro della Bibbia diventerà più nostro se sapremo entrarvi e attraverso di esso la preghiera ne risulterà arricchita.

COME SI PREGA CON LA PAROLA?

Gli appunti che seguono possono sembrare schematici e un po' artificiali. Sono soltanto dei suggerimenti. Ciascuno è invitato a rendere questo incontro con la Parola sempre più affettuoso: dietro le parole sta la Parola, cioè Gesù.

Si comincia con la lettura attenta e meditativa del testo (*lectio*). Nella lettura si evidenziano i passaggi, per esempio le caratteristiche, gli stati d'animo, i luoghi, i tempi, i cambiamenti che vivono i protagonisti. Si possono sottolineare con la matita le frasi più importanti, le ripetizioni, le opposizioni, i verbi, insomma tutto ciò che risveglia l'attenzione.

Un secondo momento è costituito dalla meditazione o interiorizzazione (*meditatio*). Si tratta di accogliere in noi il testo, di lasciarlo risuonare dentro, nella mente e nel cuore. L'autore è stato ispirato ed ha messo nel testo tutta la sua esperienza di Dio, tutta la sua fede. È lo stesso Spirito che illumina anche noi che ora leggiamo. Qual è la parola che il Signore ci suggerisce per l'oggi? Come questa parola illumina la mia vita?

Il terzo momento della preghiera è quello che viene chiamato l'*oratio* vera e propria. Se io continuo la mia ricerca della presenza di Dio, è lo Spirito che continua ad illuminare la mia intelligenza, la mia volontà, la mia affettività. Allora evidenzio la frase che mi parla, la ripeto, la prolungo con parole mie.



Un'antica leggenda sulle origini del cristianesimo in Russia narra che al principe Vladimiro di Kiev, che era alla ricerca della vera religione per il suo popolo, si erano presentati l'uno dopo l'altro i rappresentanti dell'Islam provenienti dalla Bulgaria, i rappresentanti del giudaismo e gli inviati del Papa provenienti dalla Germania, che gli proponevano, ciascuno, la loro fede come quella giusta e la migliore di tutte. Il principe sarebbe però rimasto insoddisfatto di tutte queste proposte. La decisione sarebbe invece maturata quando i suoi inviati ritornarono da una solenne liturgia, alla quale avevano preso parte nella chiesa di Santa Sofia a Costantinopoli. Pieni di entusiasmo essi avrebbero riferito al principe: «E giungemmo presso i Greci e siamo stati condotti laddove essi celebrano la liturgia per il loro Dio [...]. Non sappiamo se siamo stati in cielo o sulla terra... abbiamo sperimentato che là Dio abita fra gli uomini»⁸². Questo racconto è in quanto tale certamente non storico. L'adesione della Russia al cristianesimo e la decisione definitiva di associarsi con Bisanzio hanno attraversato un processo lungo e complesso, che gli storici oggi ritengono di poter tracciare nelle sue linee essenziali. Ma come sempre questa leggenda porta in sé anche un profondo nucleo di verità. Infatti, la forza interiore della liturgia ha avuto senza dubbio un ruolo essenziale nella diffusione del cristianesimo.

La liturgia è la preghiera di un popolo e permette alle sue voci, ai suoi slanci, ai suoi dolori, di fondersi insieme. È la preghiera della Chiesa.

Ad alcuni la preghiera liturgica appare difficile, poco intima, troppo ufficiale. Si ha l'impressione di dover mettere da parte la propria invocazione o il proprio stato d'animo: sono triste e nell'assemblea si esulta; sono felice e il tono che l'assemblea assume è austero; vorrei esprimermi "a tu per tu" e invece devo servirmi di formule impersonali. Eppure, la preghiera liturgica è la forma più sublime che vi sia, se viene collocata nel suo significato più vero e universale. Anzitutto aiuta ad allargare l'orizzonte e a dischiuderlo sull'intera *storia della salvezza*: la storia di Dio con noi. Da sempre Dio ci ha pensati insieme e tutti vuol condurre nella sua vita intima di gioia e di amore. Siamo invitati allora a fare memoria di ciò che ha fatto nella storia, una storia di cui prendiamo sempre più coscienza e di cui tentiamo sempre più di far parte. Ci è chiesto un primo passo: saperci dimenticare di noi stessi per entrare nel grido o nel canto di una comunità. In verità non si tratta di una dimenticanza, ma di una presa di coscienza, di una memoria. Nella liturgia non si è soli, ma insieme a dei fratelli. In questo senso dobbiamo riconoscere che la liturgia non ci appartiene, ma semplicemente vi entriamo con tutta la nostra realtà. Nel cuore della liturgia, poi, non c'è un tema, un argomento, ma colui che è il centro di questa storia, il Cristo, il Cristo Risorto: «Dove due o più sono uniti nel mio nome, io sono in mezzo a loro»⁸³. A lui ci uniamo e facciamo l'esperienza di essere con lui un solo corpo di cui lui è il capo, noi le membra. In lui siamo introdotti nel seno del Padre.

Alcuni scrittori antichi dicevano che il Cristo è il *canticum Patris*, cioè gioia e canto, tutto rivolto verso quel "tu" che è il Padre. Ebbene, con la liturgia, entriamo pure noi in quella partitura: anche noi siamo *canticum Patris*. L'abbiam

detto più volte nel corso di questa lettera: si pensa che pregare consista nel domandare, ma la preghiera è anzitutto un accogliere, accogliere un'iniziativa di Dio stesso, un dire "grazie". Dio attende che l'uomo si incammini verso di lui accompagnato da Gesù. Lo attende a braccia spalancate. Questo suppone che la preghiera fiorisca sull'ascolto della Parola di Dio, che è la registrazione di questa storia della salvezza.

Non c'è azione liturgica senza proclamazione della Parola. La liturgia è una scuola nella quale si impara ad esercitare la fede, la speranza e la carità: *la fede*, perché ogni volta siamo messi di fronte alle grandi cose che il Signore ha fatto e fa per noi; *la speranza*, perché compie i desideri più profondi e ci fa vivere in anticipo nello splendore del suo Regno; *la carità*, perché sperimentiamo quanto siamo amati e quanto possiamo amare. Mi piace la sintesi agostiniana: «Credendo spero, sperando amo»⁸⁴.

La preghiera è un "atto" e questo si manifesta in modo particolare nella liturgia. La liturgia è un'azione che ci porta e ci fa vivere i misteri del Signore. Prendiamo, ad esempio, l'anno liturgico. La Chiesa vorrebbe abbracciare tutto, tutto in una sola volta, tutto insieme, il Signore, suo sposo. Ma questo ora non le è dato. Allora distribuisce la ricchezza infinita del mistero del Signore nel corso dell'anno: l'attesa della sua venuta (Tempo di Avvento), l'incarnazione (Tempo di Natale), la risposta al suo appello alla conversione (Tempo di Quaresima), la sua Pasqua di morte e risurrezione, la sua Ascensione e l'effusione dello Spirito Santo (Tempo pasquale). Il mistero della Pasqua si prolunga anche nel tempo che solitamente viene chiamato "ordinario", nelle solennità e nelle feste della Madonna e dei Santi. Ogni anno la liturgia ci fa ripercorrere queste tappe, questi momenti. Ogni anno con sempre maggiore intensità. La preghiera liturgica ha anche una tessitura giornaliera, si tratta della "Liturgia

delle Ore". La giornata di chi prega la Liturgia delle Ore inizia con queste parole: «Signore, apri le mie labbra»⁸⁵, parole che sono come un fremito, rivolte a Dio dalle prime ore del giorno. La Liturgia delle Ore (breviario) è nata alle origini del cristianesimo per trapuntare con la preghiera tutta la giornata del cristiano: le Lodi nella mattina, il Vespri nella sera, la Compieta a chiusura della giornata. Questa preghiera liturgica è cresciuta e si è sviluppata; si è arricchita di testi, inni, antifone, letture, soprattutto nella vita monastica e nelle cattedrali. Dal Concilio Vaticano II è stato ribadito che è preghiera di tutta la Chiesa e, pertanto, da incoraggiare anche tra i laici. La Liturgia delle Ore è un tesoro comune, contiene le preghiere più belle, soprattutto il libro dei Salmi distribuito nell'arco del tempo. Chi volesse vedere condensate per iscritto tutte le armoniche degli atteggiamenti di preghiera prenda i 150 Salmi. Alcuni si rivolgono a Dio, altri sono meditazioni su di lui. Sono gemiti, invocazioni, imprecazioni, meditazioni, scoppi di gioia e di ringraziamento... Tutto in un linguaggio poetico che, a prima vista, a volte suona paradossale (si tenga conto che i salmi più antichi risalgono a 3000 anni fa). Ma chi li studia più attentamente nota che quasi tutte le parole e le immagini sono invece familiari anche all'uomo di oggi: mani che aiutano, occhi che scrutano, amore che infonde coraggio, luce che rallegra... Il libro dei Salmi – potremmo dire – è la raccolta poetica più letta dall'umanità.

Il fatto che i Salmi siano stati composti prima della venuta di Gesù non li rende meno adatti a noi. Già nel Vecchio Testamento il loro significato originario era stato ampliato e approfondito. Gesù ne ha eseguito il compimento e li ha portati alla loro realtà più profonda e genuina. Ora possiamo recitarli con lui, in lui, a lui. Sono talmente ricchi che, talvolta, non riusciamo ad andare oltre a due o tre righe. Dopo qualche tempo, ognuno troverà un salmo o più che diventano particolarmente

cari, come parole personali da rivolgere a Dio. Molti salmi parlano al plurale. È tutta la Chiesa che li prega e li canta ogni giorno.

La preghiera liturgica si esprime, poi, nella celebrazione dei sacramenti che toccano le tappe e i momenti importanti della vita: grazie ad essi la vita dei cristiani nasce e cresce, riceve la guarigione e il dono della missione. Il Battesimo, la Cresima, l'Eucaristia sono detti *sacramenti dell'iniziazione cristiana*; la Confessione (o sacramento del Perdono) e l'Unzione degli infermi sono detti *sacramenti di guarigione*; l'Ordine e il Matrimonio, infine, sono chiamati *sacramenti della comunione e della missione*. In questo insieme, l'Eucaristia occupa un posto unico in quanto è il "Sacramento dei sacramenti", fonte e culmine di tutta la vita cristiana.

LA MESSA: PREGHIERA SUBLIME

Fermiamo l'attenzione sul sacramento dell'Eucaristia, la grande preghiera di ringraziamento. In questa preghiera i cristiani si uniscono a Cristo e insieme a lui, animati dallo Spirito Santo, innalzano la lode più grande al Padre. Ecco una lettera indirizzata ad un papà impegnato ad accompagnare il suo bambino alla Prima Comunione. Pagine utili per una maggiore comprensione della celebrazione eucaristica, la Messa.

«Carissimo, chissà perché solo a sentir parlare di Messa provi un senso di noia. Capisco i ragazzi; ma un adulto... Devo ammettere che talvolta il modo di celebrare, il tono delle omelie, le ripetizioni, la pressione delle preoccupazioni personali possono condizionare negativamente. Ma al fondo della tua difficoltà forse sta un'idea sbagliata della Messa. Tu pensi alla Messa come ad un pesante contenitore di preghiere, lungo un'ora (quando va bene!). Un obbligo da assolvere in compagnia di persone non sempre conosciute, in un ambiente torrido d'estate e gelido d'inverno. No! La Messa non è un contenitore di preghiere. Se vuoi "entrarci" considerala un avvenimento. Durante la Messa succede qualcosa: prova a seguirmi, vorrei portarti subito al centro dell'avvenimento.

Sorvolo sui "riti d'inizio" (servono alla preparazione dei partecipanti, con l'umile riconoscimento della comune condizione di peccatori). In un'altra occasione potremo trattare della prima parte della Messa, la liturgia della Parola (così sono chiamati la lettura ed il commento ai brani biblici, immancabili in ogni celebrazione).

Andiamo al cuore della Messa. Non sei spettatore. Partecipi. Non preoccuparti delle parole, sono secondarie, spesso inadeguate. Preoccupati piuttosto delle "cose da fare". Incomincia col mettere sull'altare il tuo vissuto, le tue giornate, la cesta colma delle tue fatiche e delle tue gioie: il pane ed il vino che il sacerdote sta per offrire ne sono il concentrato. Perché quest'operazione non sia generica dai un nome preciso a quello che offri.

Dopo il canto dell'*Osanna a Colui che viene* sei coinvolto in un racconto che da duemila anni i cristiani ripetono con assoluta fedeltà. È incredibile come nell'era degli spot e delle telecomunicazioni, il racconto non abbia perso la sua forza. Te ne accorgi (lo senti e lo vedi) guardandoti attorno: un'assemblea s'inginocchia, si raccoglie in un profondo silenzio (non lo guasta neppure lo strillo improvviso di un bimbo!); il sacerdote si china e sussurra: "La notte in cui Gesù fu tradito, prese il pane, lo spezzò, lo diede ai suoi discepoli e disse: prendete e mangiate questo è il mio corpo dato per voi..."⁸⁶. Il racconto prosegue. Il pane ed il vino vengono presentati all'assemblea. Anche un amico non cristiano sospetterebbe che è accaduto qualcosa di grande. Il cristiano ha la fortuna di sapere che Gesù si è fatto presente nel dono di quel pane spezzato.

Un miracolo? Di più. In quel gesto è ripresentata, resa attuale e sintetizzata tutta la vicenda di Gesù, Figlio di Dio incarnato, che condivide la nostra vita e ci fa dono della sua (solo un sacramento può realizzare efficacemente questo mistero e renderci contemporanei ad esso). Il racconto suscita, ogni volta, stupore. Vieni rapito in un movimento ascensionale che ti trasporta nel seno del Padre. Sei collocato nel "sì" che Gesù ha detto al

Padre. Non è il momento di abbassare gli occhi sulle tue infedeltà e sui tuoi peccati. Fissa l'ostia e il calice che il celebrante innalza sull'altare più che può. Considera con quanta forza lo Spirito Santo – "amore effuso nei cuori" (così i primi cristiani chiamavano la terza divina Persona) – ti fonde con Gesù e ti spinge come fa il vento che gonfia una vela. Devi solo dire – anzi, cantare – "amen!". La tua adesione intercetta e si unisce a quella di un popolo intero: "Per Cristo, con Cristo e in Cristo, a te Dio Padre onnipotente, nell'unità dello Spirito Santo, ogni onore e gloria per tutti i secoli dei secoli".

Il fiato che ti esce dai polmoni e si fa canto è risonanza dello Spirito. E sei voce di ogni creatura.

In una chiesa ho visto un pregevole bassorilievo in marmo bianco. Vi è scolpito un pellicano che si squarcia il petto per nutrire di sé i suoi piccoli.

Fin dall'antichità il pellicano è simbolo eucaristico. Un inno medievale (autore Tommaso d'Aquino) canta così: "Pie pellicane, Jesu Domine". Gesù ti nutre di sé, disponibile per saziare la tua fame. Fame di che cosa?

Gesù dice: "lo offro la mia vita". Lo ripete a te, a me, a tutti: mi importano i passeri del cielo, ma tu vali più di molti passeri. Mi importano i gigli del campo, ma tu sei molto di più⁸⁷. Come vorrei ne fossi persuaso.

Dovremmo stimare tanto la Comunione da detestare il peccato e le sue false promesse. Conosco la fatica di sbarazzarsi del peccato. Mi hanno insegnato, tuttavia, che non è il peccato a tenerci lontano da Gesù ma il non volerci riconciliare con lui. Il perdono di Gesù sorprende, turba, disarmo, converte, conquista, abbraccia, fa crescere».



LA SACRA CONVERSAZIONE DI GIOVANNI SANTI

All'interno della chiesa di San Francesco in Montefiorentino, la cappella gentilizia dei conti Oliva, signori di Piagnano, costituisce uno splendido esempio di arte toscana nelle Marche. Voluta da Carlo Oliva nel 1484, fu da lui dedicata alla memoria dei genitori, Gianfrancesco e Marsibilia, dei quali custodisce le tombe, finemente scolpite da Francesco di Simone Ferrucci da Fiesole. Anche l'architettura, che definisce con rigore uno spazio limpido, di derivazione brunelleschiana, è attribuibile a questo artista. Sull'altare spicca una grande pala con la *Sacra conversazione* dipinta da Giovanni Santi (1439-1494), padre del celebre Raffaello, e datata 1489, mentre ai lati sono collocati due inginocchiatoi intarsiati, eseguiti in onore dei due defunti nel 1493.

La *Sacra conversazione* è in assoluto l'opera più bella del Santi, eseguita a pochi anni di distanza dalla morte, nella quale dominano l'interesse per la prospettiva e la precisione tipica della pittura fiamminga, ovvero l'universo della corte urbinata di Federico da Montefeltro, insieme a colori vivaci e un acceso contrasto chiaroscurale tipico della produzione santiana degli anni precedenti.

La pala è incastonata in una fastosa ed elaborata ancona lignea dorata, con motivi fitomorfi e candelabre a bassorilievo.

Nella tavola sono raffigurati i santi Giorgio, Francesco, Antonio abate e Girolamo, insieme a quattro angeli ai lati del trono e il committente, che dal cartiglio sappiamo essere il conte Carlo Oliva, mentre in alto compaiono angeli musicanti e cherubini. La tavola è stata giustamente avvicinata alla *Pala di san Bernardino* di Piero della Francesca e alla *Pala di Pesaro* di Giovanni Bellini. La forma

del trono, con la nicchia addossata all'alta balaustra in marmo, è chiaramente esemplata sui modelli delle famose tavole con le sette arti liberali alternativamente attribuite a Giusto di Gand e a Pedro Berruguete, provenienti dalla biblioteca del duca Federico, di cui rimangono *La musica* e *La retorica* della National Gallery di Londra (cfr. LUCA GIORGINI, *La bellezza e la fede. Itinerari storico-artistici nella diocesi di San Marino-Montefeltro*, Itaca, 2009).

SACRA CONVERSAZIONE

1489 circa

Tempera e olio (?) su tavola, 326 x 283 cm
Frontino, chiesa conventuale di Montefiorentino,
cappella Oliva



NOTE

¹ Cfr. A. MANZONI, *I promessi sposi*, cap. XXIII

² SANTA TERESA D'AVILA, *Fondazioni*, 5,2.

³ SANTA TERESA DI LISIEUX, *Manoscritti autobiografici*, C, 25 R).

⁴ Gv 4,7.

⁵ SANT'AGOSTINO, *Confessioni*, 1,1.

⁶ *Idem*, *Esposizione sul Salmo* 37,14.

⁷ *Idem*, Discorso 65/A, 1; cfr. *Confessioni* 13,9.

⁸ At 17,28.

⁹ Ger 2,13.

¹⁰ Sal 94,6.

¹¹ SANT'AGOSTINO, *De natura et gratia*, 43,50.

¹² Gv 15,5.

¹³ Sal 131,2.

¹⁴ Os 2,16.21-22.

¹⁵ Fil 3,12.

¹⁶ Mt 2,11.

¹⁷ Lc 2,32.

¹⁸ PAPA FRANCESCO, *Omelia*, 6.1.2018.

¹⁹ Cfr. Sal 139,1.13.

²⁰ Mt 6,7.

²¹ Is 29,13; cfr. Mt 15,8-9.

²² SANT'AGOSTINO, *Lettera* 130.

²³ Cfr. 1Re 19,12.

²⁴ Cfr. Mt 6,6.

²⁵ Lc 10,41-42.

²⁶ Gn 3,9.

²⁷ ERRI DE LUCA, *Ora prima*, Ed. Qiqajon, 2002, p. 18.

²⁸ Cfr. Lc 11,1.

²⁹ Cfr. Gn 4,9.

³⁰ Cfr. Mt 5,23-24.

³¹ Gv 12,32.

³² Cfr. Rm 12,15-16.

³³ Gv 2,3.

³⁴ Cfr. Gv 14,21.

³⁵ PAPA FRANCESCO, *Incontro con la comunità filippina*, 21 novembre 2013.

³⁶ Mc 15,34.

³⁷ Mt 27,46; Sal 22,1.

³⁸ Lc 23,46; Sal 31,6.

³⁹ Cfr. Sal 31,6.

⁴⁰ F. X. Durrwell, *Il Padre*, 1995, p. 215.

⁴¹ Gv 17,21.

⁴² D. AUGÉ, *Le trente de feu. L'icone de la Trinité de Rublën*, 1980, p. 23.

⁴³ 1Gv 4,8.

⁴⁴ Cfr. Lc 4,16.

⁴⁵ Cfr. Mc 1,23.
⁴⁶ Sal 39,8 in Eb 10,5-7.
⁴⁷ Cfr. 1Re 8, 27-29.
⁴⁸ Cfr. Lc 2,32.
⁴⁹ Cfr. Mt 3,1.
⁵⁰ Cfr. Gv 2,16.
⁵¹ Cfr. Lc 19,41-42.
⁵² Cfr. Gv 2,20.
⁵³ Cfr. Gv 2,16.
⁵⁴ Cfr. Gv 11,42.
⁵⁵ Cfr. Lc 9,16; Mt 14,19; Gv 17,1.
⁵⁶ Cfr. Mc 7,34.
⁵⁷ Cfr. Lc 10,21.
⁵⁸ Cfr. Lc 2,49.
⁵⁹ Cfr. Gv 4,34.
⁶⁰ Lc 22,44.
⁶¹ Lc 22,42.
⁶² Cfr. Gv 12,32.
⁶³ Lc 23,34.
⁶⁴ Cfr. Mt 6,5-6.
⁶⁵ Cfr. Lc 18,10-14.
⁶⁶ Cfr. Lc 18,1-8.
⁶⁷ Sal 130.
⁶⁸ Lc 18,2.
⁶⁹ Lc 18,4-5.
⁷⁰ Sal 138.
⁷¹ SENECA, *De ira*, III, 34,2-4.
⁷² SANT'IGNAZIO DI LOYOLA, parafrasi dagli *Esercizi Spirituali* n.43.
⁷³ Cfr. Gv 1,13.
⁷⁴ Cfr. Gv 1,14.
⁷⁵ Eb 1,2.
⁷⁶ Lc 4,21.
⁷⁷ At 8,30.
⁷⁸ 1Ts 2,13.
⁷⁹ Cfr. SAN GREGORIO MAGNO, *Omelia su Ezechiele* I,7,8.
⁸⁰ Cfr. Am 8,1.
⁸¹ Cfr. Gen 3,8.
⁸² J. RATZINGER, *Atti Convegno eucaristico nazionale* Bologna 1998, p. 539.
⁸³ Mt 18,20.
⁸⁴ SANT'AGOSTINO, *De catechizandis rudibus*, 4,8: PL 40,316.
⁸⁵ Sal 51,17.
⁸⁶ Mt 26,26.
⁸⁷ Lc 12,27.

INDICE

1. È ancora di moda pregare?	5	
2. «Maestro, insegnaci a pregare»	15	
3. Sul ritmo del <i>Padre Nostro</i>	25	
4. Entrare nella preghiera di Gesù	31	
5. Le Sacre Scritture: ali per la nostra preghiera	41	
6. Alla scuola della liturgia	49	
La <i>Sacra conversazione</i> di Giovanni Santi	58	
Note	60	

Si ringraziano il Comune di Frontino e la Comunità che si riunisce nella chiesa conventuale di Montefiorentino per la gentile concessione della riproduzione della tavola di Giovanni Santi, *Sacra conversazione*.

Redazione e grafica: Paola Galvani

Foto: Attilio Giampaoli
www.immagini-amo.it

Stampa: Stilgraf srl, Cesena (FC)

In copertina: *Sacra conversazione*, Frontino (PU),
chiesa conventuale di Montefiorentino, cappella Oliva