



O.f.S. - Gi.Fra.
Parrocchia S. Antonio
Pescara



La preghiera

Dal Vangelo di Gesù (Matteo 6, 5-6; Matteo 18, 19-20; Marco 11, 24-26 Luca 11, 9-13)

⁵Quando pregate, non siate simili agli ipocriti che amano pregare stando ritti nelle sinagoghe e negli angoli delle piazze, per essere visti dagli uomini. In verità vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. ⁶Tu invece, quando preghi, entra nella tua camera e, chiusa la porta, prega il Padre tuo nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.

¹⁹In verità vi dico ancora: se due di voi sopra la terra si accorderanno per domandare qualunque cosa, il Padre mio che è nei cieli ve la concederà. ²⁰Perché dove sono due o tre riuniti nel mio nome, io sono in mezzo a loro».

Per questo vi dico: tutto quello che domandate nella preghiera, abbiate fede di averlo ottenuto e vi sarà accordato. ²⁵Quando vi mettete a pregare, se avete qualcosa contro qualcuno, perdonate, perché anche il Padre vostro che è nei cieli perdoni a voi i vostri peccati». ²⁶.

⁹Io vi dico: Chiedete e vi sarà dato, cercate e troverete, bussate e vi sarà aperto. ¹⁰Perché chi chiede ottiene, chi cerca trova, e a chi bussa sarà aperto. ¹¹Quale padre tra voi, se il figlio gli chiede un pane, gli darà una pietra? O se gli chiede un pesce, gli darà al posto del pesce una serpe? ¹²O se gli chiede un uovo, gli darà uno scorpione? ¹³Se dunque voi, che siete cattivi, sapete dare cose buone ai vostri figli, quanto più il Padre vostro celeste darà lo Spirito Santo a coloro che glielo chiedono!».

Fonti Francescane - Dalla Vita seconda di Tommaso da Celano (FF 681)

681 Francesco, uomo di Dio, *sentendosi pellegrino nel corpo lontano dal Signore*, cercava di raggiungere con lo spirito il cielo e, fatto ormai concittadino degli Angeli, ne era separato unicamente dalla parete della carne. L'anima era tutta assetata del suo Cristo e a Lui si offriva interamente nel corpo e nello spirito. Delle meraviglie della sua preghiera diremo solo qualche tratto, per quanto abbiamo visto con i nostri occhi ed è possibile esporre ad orecchio umano, perché siano d'esempio ai posteri. Trascorrevva tutto il suo tempo in santo raccoglimento per imprimere nel cuore la sapienza; temeva di tornare indietro se non progrediva sempre. E se a volte urgevano visite di secolari o altre faccende, le troncava più che terminarle, per rifugiarsi di nuovo nella contemplazione. Perché a lui, che si cibava della dolcezza celeste, riusciva insipido il mondo, e le delizie divine lo avevano reso di gusto difficile per i cibi grossolani degli uomini. Cercava sempre un luogo appartato, dove potersi unire non solo con lo spirito, ma con le singole membra, al suo Dio. E se all'improvviso si sentiva *visitato dal Signore*, per non rimanere senza cella, se ne faceva una piccola col mantello. E se a volte era privo di questo, ricopriva il volto con la manica, per non svelare *la manna nascosta*. Sempre frapponeva fra sé e gli astanti qualcosa, perché non si accorgessero del *contatto dello sposo*: così poteva pregare non visto anche se stipato tra mille, come nel cantuccio di una nave. Infine, se non gli era possibile niente di tutto questo, faceva un tempio del suo petto. Assorto in Dio e dimentico di se stesso, non gemeva né tossiva, era senza affanno il suo respiro e scompariva ogni altro segno esteriore.

O.f.S. - Gi.Fra.

Parrocchia S. Antonio
Piazza S. Francesco 27 65123 Pescara

Sito Internet: http://digilander.iol.it/ofs_sa_pe
E-mail: ofs_sa_pe@libero.it

Questo il suo comportamento in casa. Quando invece pregava nelle selve e in luoghi solitari, riempiva i boschi di gemiti, bagnava la terra di lacrime, si batteva con la mano il petto; e lì, quasi approfittando di un luogo più intimo e riservato, dialogava spesso ad alta voce col suo Signore: rendeva conto al Giudice, supplicava il Padre, parlava all'Amico, scherzava amabilmente con lo Sposo. E in realtà, per offrire a Dio in molteplice *olocausto tutte le fibre del cuore*, considerava *sotto diversi aspetti Colui che è sommamente Uno*. Spesso senza muovere le labbra, meditava a lungo dentro di sé e, concentrando all'interno le potenze esteriori, si alzava con lo spirito al cielo. In tale modo dirigeva tutta la mente e l'affetto a *quell'unica cosa che chiedeva a Dio*: non era tanto un uomo che prega, quanto piuttosto egli stesso tutto trasformato in preghiera vivente.

Formazione: PARTE PRIMA

Vogliamo parlare della preghiera o, meglio, lasciarci ammaestrare da Dio sulla preghiera. Ha scritto un padre della Chiesa, san Giovanni Crisostomo, che la preghiera è un *"dialogo con Dio ed è un sommo bene. E' infatti, una comunione intima con Dio. Come gli occhi del corpo vedendo la luce ne sono rischiarati, così anche l'anima che è tesa verso Dio viene illuminata dalla luce ineffabile della preghiera, quando essa non è fatta per abitudine, ma procede dal cuore."*

La preghiera è dunque la **luce dell'anima**. Nella preghiera siamo già quello che saremo nella vita eterna: a faccia a faccia con Dio. La preghiera è "guardare", "parlare" a Dio. E' una risposta alla parola e all'amore di Dio Padre.

Gesù raccomanda di pregare senza interruzione e ci ha anche insegnato come pregare: *"Voi dunque pregate così: Padre nostro che sei nei cieli"*

San Paolo descrive l'atteggiamento della preghiera, che deve sgorgare da un cuore pieno di carità: *"Voglio dunque che gli uomini preghino, dovunque si trovino, alzando al cielo mani pure senza ira e senza contese"*.

Come ci ha insegnato Gesù, **pregare è rivolgersi a Dio come figli**. Se facciamo questo, una cosa deve risaltare nella nostra preghiera: la libertà. La preghiera del cristiano è autentica e cristiana nella misura in cui è libera. *"Voi non avete ricevuto uno spirito da schiavi per ricadere nella paura, ma avete ricevuto uno spirito da figli adottivi"*. Ora, dove c'è questo spirito, c'è libertà.

Ma cosa significa la parola libertà applicata alla preghiera? Dire che la preghiera deve essere libera e spontanea non significa dire che si è liberi di pregare o di non pregare, o di pregare solo quando ci va; nè significa giustificare il disordine, la pigrizia, la superficialità nel pregare. Libertà qui indica **l'interiore apertura dello spirito, la confidenza, la sincerità, l'assenza di complessi nel parlare con Dio**.

La preghiera deve assomigliare a quel tipo di conversazione che facciamo con una persona cara: crediamo nella sua sincerità, ci si guarda negli occhi e ci si capisce al volo, non si ha bisogno di pesare le parole o di dissimulare le intenzioni. La preghiera deve essere un parlare (ed ascoltare) libero e spontaneo.

A questa libertà nella preghiera si oppongono alcune **schiavitù** di cui ci dobbiamo liberare.

- 1) **schiavitù delle formule**, schiavitù ritualistica, per cui non si sa pregare se non con preghiere che si conoscono a memoria. Queste preghiere hanno la loro utilità, e non devono essere abbandonate, perché preghiera corale, della Chiesa, ecc, ma rischiano di non dire più nulla, di diventare gusci vuoti se non sono accompagnati da una preghiera personale che sgorgi dal cuore, non dalla memoria.
- 2) **Schiavitù dei luoghi**, il non saper pregare se non in chiesa o in un santuario. Alla donna samaritana che gli chiedeva *"dove"* bisognasse adorare Dio, Gesù rispose che per adorare il Padre non c'era bisogno di recarsi a Gerusalemme, perché Dio è spirito e dappertutto è possibile adorare in spirito e verità.. San Francesco ha lodato Dio non già **NONOSTANTE** il sole, il vento o la pioggia, bensì **PER** e **NEL** sole, il vento, la pioggia.

Dappertutto, quindi anche per strada, in macchina, a casa mentre le mani fanno le pulizie o mentre scrivono. Dice San Giovanni Crisostono: *"Non bisogna innalzare il nostro animo a Dio solamente quando attendiamo con tutto lo spirito alla preghiera. Occorre che, anche quando siamo occupati in altre faccende, sia nella cura verso i poveri sia in altre attività, abbiamo il desiderio e il ricordo di Dio, perchè insaporito dall'amore divino, come da sale, tutto diventi cibo gustosissimo al Signore dell'universo"*.

Bisogna portarsi dietro il proprio oratorio, e lì ogni tanto rientrare. (vedi Francesco: *"dovunque siamo ed andiamo noi abbiamo la cella sempre con noi: fratello corpo è la cella nostra, e l'anima è l'eremita che vi abita per pregare il Signore e meditare su di lui"*). E sant'Agostino diceva a se stesso: Rientra in te stesso; dentro di te abita la Verità.

- 3) **Schiavitù dei tempi**. E' importantissimo darsi dei tempi fissi di preghiera durante la giornata, ma anche qui, il modello deve essere tratto dalla vita. Quando c'è stata nella nostra vita una persona che ci era veramente cara, il pensiero di essa non era

confinato in uno o due tempi della giornata; al contrario, ogni volta che affiorava, la mente e il cuore gli andavano dietro volando e si accendeva dentro come una luce. Allora dobbiamo fare nostra l'esortazione di Gesù: pregare sempre senza stancarsi mai. Ma anche qui, come ci dice Sant'Agostino: *"Pregare incessantemente non significa stare continuamente in ginocchio o a braccia levate. V'è un'altra preghiera, quella interiore, ed è il tuo desiderio. Se continuo è il tuo desiderio, continua è pure la tua preghiera. Chi desidera Dio e il suo riposo, anche se tace con la lingua, canta e prega con il cuore. Chi non desidera, gridi pure quanto vuole, ma per Dio è muto"*.

La preghiera è lo specchio fedele della vita. Un atteggiamento di vera preghiera non si improvvisa; è frutto di **attenzione a Dio, di fedeltà nelle piccole cose, di ascesi**. Bisogna pregare prima di pregare. Cioè, cominciare a invocare Dio da lontano, prima del tempo che intendiamo dedicare alla preghiera, perchè egli ci disponga il cuore e la mente e cominci ad attirarci a sé. Poi, quando giunge il momento, fare un taglio netto con le occupazioni e i pensieri di prima per offrirsi tutto intero al dialogo con Dio. Vedi versetti di Abacuc: in piedi, sui bastioni di una fortezza, avendo davanti a sé solo il cielo e tutto il resto dietro di sé: ecco l'atteggiamento ideale per una preghiera personale profonda. Salire sui bastioni vuol dire entrare in un atteggiamento, più che in un luogo.

Preghiera come realtà trasformante. Che porti ad avere gli stessi sentimenti che furono di Cristo. Attenzione a non vivere una preghiera come:

- realtà pesante: ogni momento è vissuto con stanchezza, assenza, non si è mai presenti a se stessi e a Dio. Non dimentichiamo comunque che quando avvertiamo la preghiera come realtà inutile, e nonostante tutto ci fermiamo e stiamo alla Sua presenza, essa diventa adesione vera nella fede;
- realtà monologo: preghiera vissuta come un piangersi addosso: parlo da solo senza confrontarmi con Dio;
- realtà magica: si affidano a Dio le cose che dovrebbero cambiare, senza porsi la domanda: Cosa posso fare io per iniziare a cambiare la situazione che vivo.
- Realtà dialogo: si concretizza nello stare con il Signore: mi parla, gli rispondo, e tutto finisce con una bella chiacchierata.

Vivere la preghiera come realtà trasformante. Prendendo spunto dalla Parola di Dio chiedersi: Cosa mi dice la Parola e come posso viverla. Porsi nella preghiera la domanda del come viverla, del dove trasmetterla, e del quando incarnarla. Consapevolezza che la preghiera non cambia Dio, ma cambia il mio modo di guardare le cose, il mio modo di pensare e di essere.

La preghiera è ciò che riempie la nostra vita, perchè ci fa ammirare l'alleanza con Cristo. Se con tutta la nostra povertà preghiamo e obbediamo, allora arriviamo alla profondità della preghiera. Non dobbiamo chiedere niente perchè **il massimo della preghiera è: <<Padre sia fatta la tua volontà perchè so che lì c'è il mio bene>>**.

La preghiera è una questione d'amore, pregare e amare, lasciarci amare e poi rispondere all'amore: sono questi i due aspetti più importanti da tenere in considerazione.

Noi siamo distratti ed è per questo che faticiamo molto a rispondere all'amore perchè noi siamo tutti lì impegnati a tirare fuori i nostri doni. Ma se noi sentissimo, credessimo, sperimentassimo l'amore di Dio che ci accoglie e ci chiama, il nostro amore parlerebbe, e allora amare non sarebbe più un dovere ma diventerebbe una urgenza. **Per fare in modo che questo amore non resti una cosa vaga bisogna scoprirlo nella Parola. E' nella Parola di Dio che bisogna scoprire l'amore.** In tutte le pagine della Parola, la prima cosa che troviamo scritto è "Dio ti ama". La lingua originaria della Bibbia è l'amore, che parla direttamente dal cuore di Dio.

Nella preghiera dobbiamo lasciarci amare e dobbiamo amare perchè l'amore non è un bel sacrificio. **L'amore è imitare Cristo.**

Il sentire di appartenere al Padre conferisce fiducia nella preghiera. Il padre è padre proprio perchè disposto a procurare il bene dei figli ad ogni costo. Su questa certezza si fondano le richieste dei figli. Senza questa convinzione naturale non esisterebbe la preghiera. E' quello che Gesù ha cercato di farci capire esortandoci a bussare nella certezza che ci verrà aperto, a cercare sicuri che troveremo. **Perché il Padre ci ama,**

conosce i nostri bisogni ed è pronto ad esaudirci. La condizione per essere ascoltati è di mettersi dalla parte di Dio, affidarsi con filiale fiducia e sottomissione alla volontà del Padre.

Ma questa conoscenza da parte di Dio di ciò che ci serve non rende inutile e vana la nostra preghiera? Non è un perdere tempo? Ciò sarebbe vero se le relazioni tra Dio e noi fossero le medesime che corrono tra il banchiere e il cliente che va allo sportello della banca. Quello sa quanto deve dare, dà e basta. Invece no: sono relazioni tra Padre e figli, dunque di amore, non di contabilità. E l'amore ha bisogno di aprirsi; comunica e parla anche se non usa parole. Anzi parla più col silenzio: CONTEMPLA.

Allora la preghiera più che altro è un'invocazione al padre – semplice e viva come quella di un bambino perché ci insegna ad avere fiducia in lui, ad amare come ama lui, a perdonare come perdona lui, a custodirci perché non ci allontaniamo da lui . Allora ci si accorge che tutto questo non è un discorso: è un **ATTEGGIAMENTO FILIALE**, cioè quell'atteggiamento col quale si vive innanzi a Dio ciò che si è, sempre e dovunque: cioè da FIGLI.

Solo in questa prospettiva filiale la preghiera è la fonte e la sorgente di ogni possibilità di rivolgerci a Dio.