

Periodico del Rinnovamento nello Spirito al Servizio delle Comunità

# Venite e Vedrete



Periodico Trimestrale - Sped. Abb. Postale 50% - Gratuito ai soci - In caso di mancato recapito, si prega restituire a: Venite e vedrete c/o Pesare Oreste V.le Lussemburgo, 4 - 71100 Foggia

## UOMINI DI PREGHIERA

*Per costruire la Comunità Carismatica*

Inserto/Dossier  
"a servizio dell'evangelizzazione":  
**Nuova religiosità e  
nuovi movimenti religiosi**  
A CURA DEL CESNUR

n. 44  
Aprile  
Giugno  
1995

## **Venite e Vedrete**

*Periodico ufficiale del Rinnovamento nello Spirito al servizio delle Comunità, non vuole essere una rivista riservata ad una cerchia ristretta di lettori, ma si propone di essere:*

- una voce profetica per annunciare ciò che il Signore suggerisce alle Comunità del R.n.S. che ha suscitato all'interno della Sua Chiesa;
- un servo fedele della specifica vocazione comunitaria carismatica attento ad approfondire i contenuti specifici del R.n.S.;
- un ricercatore scrupoloso delle ricchezze della spiritualità della Chiesa: dai Padri al recente Magistero della Chiesa;
- un agile mezzo spirituale di collegamento ed uno strumento di unità per presentare vita, fatti, testimonianze delle varie Comunità del R.n.S. al fine di accrescere la conoscenza e la reciproca stima;
- una finestra perennemente aperta sulle realtà comunitarie carismatiche di tutto il mondo per ammirare e far conoscere le meraviglie che il Signore continua a compiere in mezzo al Suo popolo.

# "Venite e Vedrete"

Periodico del R.n.S. al Servizio delle Comunità

Direttore Responsabile:  
**ORESTE PESARE**

Redazione:  
**AMERIGO VECCHIARELLI, GIANCARLO GIORDANO,  
LUIGI MANCANO, MASSIMO ROSCINI,  
MIRIAM MANFREDI, TARCISO MEZZETTI**

Collaboratori:  
**COMMISSIONE DELLE COMUNITÀ DEL R.N.S.  
COMUNITÀ DEL R.N.S.**

Corrispondenti:  
Comunità Amen - Roma - **MASUCCI NINO**  
Comunità Ancilla Domini - Terlizzi - **NERI P. ANTONIO**  
Comunità Charis - Roma - **PANCIERA P. MARIO**  
Comunità del Gruppo Maria - Foggia - **MITOLI LINO**  
Comunità dell'Eucarestia - Torino - **ACCATI ELENA**  
Comunità delle Beatitudini - Montecomatri - **PHILIPPE P. JACQUES**  
Comunità di Gesù - Gravina - **LANGIULLI NUNZIO**  
Comunità di Gesù - Torino - **TORTONESE MARIA**  
Comunità Dio Vivente - Partinico - **SCHILLIZZI GIOVANNI**  
Comunità Germoglio di Davide - Roma - **PERNICE BRUNA**  
Comunità Magnificat - Foggia - **DI GENNARO CORRADO**  
Comunità Magnificat - Nardò - **ALBANO ANNA**  
Comunità Magnificat - Perugia - **RAGNACCI STEFANO**  
Comunità Magnificat - Salerno - **DE DOMINICIS DINO**  
Comunità Magnificat - Torino - **MANZONI SIMONA**  
Comunità N. S. di Czestochowa - Roma - **ZAGAGNONI FRANCO**  
Comunità P.F.SS. Trinità - Ercolano - **SCOGNAMIGLIO GIANNI**  
Comunità Regina Pacis - Verona - **NOTTEGAR LUISA**  
Comunità S. Giuseppe - Terni - **SIMONETTI CARLO ALBERTO**  
Comunità Shalom - Riva del Garda - **MAINO PAOLO**

Disegni:  
**ANNA RAFFAELLA VAIRA  
MARIA PINA LA LUNA  
ANTONELLA DEL GROSSO**

Foto:  
**FRANZ GUSTINICH  
ARCHIVIO VENITE E VEDRETE**

Direzione, redazione e diffusione:  
**VIALE LUSSEMBURGO, 4  
71100 FOGGIA - TEL E FAX 0881/688481**

Consulente Ecclesiastico:  
**DON GERNALDO CONTI, FdP**

Grafica, impaginazione e stampa:  
**GRAFICHE GRILLI - FOGGIA  
TEL. 0881/672436 - TELEFAX 609100**

Rivista trimestrale di proprietà dell'Associazione Magnificat  
Aut. Trib. di Perugia n. 673 del 22.06.83 - Gratuita ai soci

Manoscritti e foto anche se pubblicati non si restituiscono  
riproduzioni parziali o totali di articoli e fotografie devono  
essere autorizzate dalla direzione

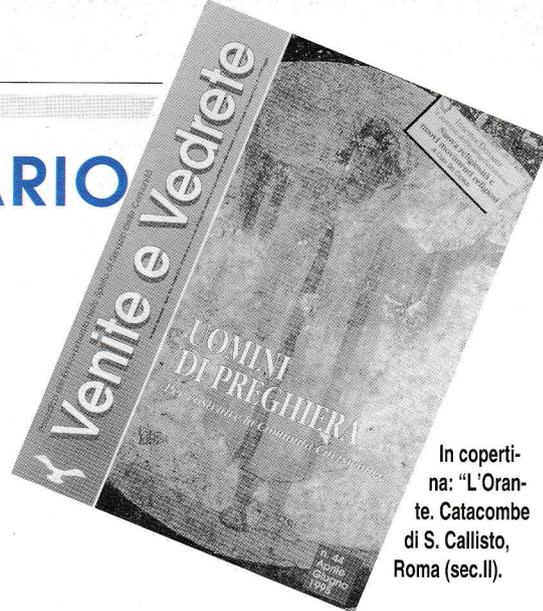
**Quote associative anno 1995**  
(quattro numeri)

Ordinario	L. 20.000
Straordinario	L. 30.000
Sostenitore	L. 50.000
Estero (Europa)	L. 27.000
Estero (altri paesi)	L. 40.000

vanno inviate a

C/C Postale 13807060 intestato a:  
redazione "Venite e Vedrete"  
Via dei Pellari, 20 - 06123 Perugia  
o a mezzo vaglia postale a:  
Oreste Pesare - Venite e Vedrete  
Viale Lussemburgo, 4 - 71100 Foggia

# SOMMARIO



In copertina: "L'Orante, Catacombe di S. Callisto, Roma (sec.II).

## EDITORIALE

**Vivere dentro**  
di Oreste Pesare

3

## LA COMMISSIONE PER LE COMUNITÀ INFORMA

**Su, mettilti al lavoro**  
di Angelo Civalleri

4

## UOMINI DI PREGHIERA per costruire la Comunità carismatica

**Preghiamo Fratelli**

di S.E. Mons. Andrea Gemma

6

**La Preghiera personale**

di don Valter Arrigoni

9

**Mai Abbastanza**

di Alberto Aprile

12

**La Preghiera in solitudine**

di don Dionigi Giordano

16

**Le condizioni materiali della preghiera**

di p. Jacques Philippe

19

**La Preghiera personale: un amore di guerra**

di Carlo Alberto Simonetti

21

## INTERVISTA

**Scegliere la parte migliore**

18

## TESTIMONIANZE

**Vertice e Orizzonti**

25

**La preghiera personale e la comunità**

26

**L'orologio non lo guardo più**

27

**Nella mia preghiera benedico Dio**

28

**per benedire i fratelli**

28

## LA PAROLA ALLA CHIESA

a Cura di Luigi Mancano

29

## DALLE COMUNITÀ

**È solo l'inizio**

34

**A Salerno la comunione si allarga a macchia d'olio**

34

**Portare la luce fino ai confini del Regno**

35

## PADRI CI INSEGNANO A COSTRUIRE LA COMUNITÀ

36

## ABBIAMO LETTO PER VOI

di Marisa Longo

40

# P R E G H I A M O P R E G H I A M O

**D**ammi, Signore, un cuore che ti pensi;  
un'anima che ti contempi  
un intelletto che t'intenda  
una ragione che aderisca fortemente a te,  
dolcissimo,  
e sapientemente ti ami,  
o Amore sapiente.

**O**vita per cui vivono tutte le cose,  
vita che mi doni la vita,  
vita che sei la mia vita,  
vita per la quale vivo,  
senza la quale muoio;  
vita per la quale sono risuscitato,  
senza la quale sono perduto,  
vita per la quale sono tormentato;  
vita vitale, dolce e amabile,  
vita indimenticabile.

**T**i prego: dove sei, dove ti troverò,  
per morire a me stesso e vivere in te?

**S**ii vicino a me nell'anima, vicino nel cuore,  
vicino nella bocca,  
vicino col tuo aiuto perché sono malato,  
malato d'amore,  
perché senza di te muoio,  
perché pensando a te mi rianimo.

*S. Agostino: Libro dei colloqui dell'anima con Dio, I*



**L**a salvezza dell'uomo è incontrare Gesù. La tua salvezza è incontrare Gesù. Conoscendolo, la tua vita acquista di senso e... non sei più solo. Egli è la Vita, la Vita vera, la pienezza della Vita.

Trascinare un'esistenza senza aver conosciuto la Vita, è essere già morti. Morti a ciò che è veramente importante. È un controsenso. Un'assurdità.

È come volere a tutti i costi rimanere chiuso in casa, attaccato a tutto ciò che vi è dentro, senza godere di tutto ciò che è fuori dal tuo piccolo mondo. È rimanere legati ad una porta, quando questa serve solo per introdurti in un ambiente per te vitale. È vivere senza l'Amore. Solo chi lo sperimenta ne afferra pienamente il senso. Grazie Signore, perché ti sei fatto incontrare da noi.

Ancora più assurdo è aver incontrato la Vita e continuare a vivere da "morti".

Egli è vivo, è dentro di te, è Gesù Cristo il Signore.

Per stare con Lui, per godere appieno della Sua Vita, devi "vivere dentro", nel tuo cuore. Il tuo cuore è la porta che ti apre all'immensità della vita, ad un orizzonte sconfinato dove il tuo essere riposa, finalmente.

Questo è pregare. Questo è "vivere dentro"!

Questo è innamorarsi. Innamorarsi dell'Amore... E sei un "uomo di preghiera".

Ti alzi... e sei con Lui; lavori... e sei con Lui; mangi, cammini, ti riposi... e sei con Lui: nella gioia e nel dolore sei con Lui; ...sei sempre con Lui... "adoratore in Spirito e Verità".

Questi uomini costruiscono la comunità. Uomini che non hanno più progetti propri, ma si fanno guidare dall'Amore perché... "vivono dentro". Uomini che hanno conosciuto la propria pochezza. Uomini che hanno visto sconfitta la propria "sapienza" dalla "stoltezza" di Dio... ed hanno trovato la pace, la gioia. Hanno trovato "il tesoro".

Molti credono di costruire "comunità cristiane" come si mette su un'azienda. Predisponendo obiettivi, formando un organico, organizzando delle attività... e tutto fallisce. La "comunità" è il sogno più grande di Dio. È la Sua Sposa. È la Chiesa.

Se tu sei disponibile a costruire una comunità, ben presto ti accorgerai che stai costruendo la Chiesa, l'unica Chiesa di Gesù Cristo, progetto molto più grande di quanto tu possa immaginare.

Solo chi "vive dentro", chi è in ascolto costante costruirà secondo il "modello" voluto da Dio (cfr. Es. 25,9). Che avventura meravigliosa!

Cosa aspetti, allora? Mettiti in ascolto. Comincia anche tu a "vivere dentro". Il Tempio di Dio, progettato per la felicità dell'umanità è grande. Il Signore attende costruttori per portare avanti i lavori. Costruttori che edificino secondo il Suo progetto.

Sei atteso. Nel silenzio. Nel segreto. Nel tuo cuore.

...Questa sì che è vita!

## Su, mettiti al lavoro

**P**RENDENDO ancora una volta lo spunto dal libro: "Fondatori profezia della storia" di Antonio Romano, editrice Ancora, al capitolo V parte 2, applicando il testo alla realtà comunitaria, partecipo queste considerazioni che, a mio avviso, ben si adattano al nostro cammino, anche in riferimento a quanto vissuto nell'ultimo incontro tenutosi a il 20 e 21 maggio u.s. Perché facciamo comunità?

Nella convinzione che la chiamata per far comunità è personale, si fa comunità per farsi santi e diventare segno visibile di Chiesa, alla scuola di Cristo.

Per questo è necessario recuperare continuamente la propria memoria storica, nell'assumersi, anche ogni responsabilità del presente, nella valorizzazione dell'oggi per schiudersi al futuro. Ciò comporta l'acquisizione di un profondo desiderio di discernere sempre

meglio e con maggior consapevolezza qual è la propria identità e missione nella Chiesa e nel R.n.S.

La comunità incarna nell'oggi l'antica e sempre nuova avventura dello Spirito, per cui essa deve sempre, con fedeltà dinamica, porsi in sintonia con la missione che lo Spirito Santo si è proposto.

Al contrario c'è inevitabilmente l'inizio di un cammino a ritroso verso la disgregazione spirituale e la morte della comunità stessa.

Questa attenzione alla mozione dello Spirito Santo è anche per una sempre più vera, profonda e reale integrazione ecclesiale.

Pertanto la comunità ha bisogno di confrontarsi ripetutamente con alcuni criteri fondamentali per una verifica personale e comunitaria:

- a. **identità e continuità;**
- b. **comunione organica;**
- c. **adattamento dinamico;**
- d. **creatività carismatica.**

### **a - Criterio di identità e continuità**

Si riferisce a ciascun membro della comunità, in virtù del quale ognuno è chiamato a verificare la sua chiamata "alla" comunità e "in" quella comunità, per poter fruttuosamente realizzare il proprio carisma al suo interno.

L'esercizio del dono personale e non un altro realizzazione, costruisce e mantiene l'unità della e nella comunità stessa, sempre vivendo questa identità nella continuità e nello scopo precipuo che ha generato la comunità.

E poiché la comunità nasce dalla libertà e ne è segno e luogo, va da sé che se il mio carisma non è più in sintonia con la comune missione e vocazione, nel rispetto mio e degli altri membri devo avere il coraggio di usare la mia libertà cristiana per discernere la mia chiamata comunitaria perché la comunità è

un modo di vivere e non una struttura.

### **b - Criterio di comunione organica**

La vita comunitaria procederà serena, sotto il gagliardo soffio dello Spirito Santo, solo se tutti i suoi componenti si sforzeranno di costruirla, guidati da un unico sforzo per raggiungere l'unico fine, la santità e la costruzione del Regno di Dio.

Tanti piccoli e poveri "io" personali per formare un armonico e potente "noi".

### **c - Criterio di adattamento dinamico**

Gesù rimproverò i suoi conterranei per non saper riconoscere i segni dei tempi.

La comunità è nelle condizioni ideali non solo per poter e saper leggere i segni dei tempi, ma anche per essere a sua volta segno e così rispondere alle urgenti atte-



se del momento presente.

Questo non solo a livello ecclesiale, bensì pure nel tessuto stesso del R.n.S., per essere stimolo e forza di un vero e proprio rinnovamento carismatico; quindi segno di maturità spirituale.

Questo sarà possibile solo se tutta la comunità si troverà in continua tensione di ascolto della Parola e di preghiera, con l'aiuto e l'assistenza dello Spirito Santo che guiderà alla pienezza della verità, secondo la promessa di Gesù (cfr. Gv. 16,13).

#### **d - Criterio di creatività**

##### **carismatica**

Se si ha il vero e genuino spirito della comunità, ossia se si è profondamente innamorati di essa e divinamente gelosi, secondo lo spirito evangelico ed ecclesiale, ogni suo membro non potrà che adoperarsi per far sì che questa cresca e si sviluppi, nell'accettazione creativa del presente, nella sua lettura e interpretazione, per un sempre più autentico e rinnovato futuro, nella

produttiva comunione di collaborazione fra tutti i membri, per raggiungere il fine comune.

Non si tratta, si badi bene, di creare tutto e sempre ex novo, ma di ritornare sempre alle origini (Parola e/o avvenimento che determinano la nascita della comunità) per rafforzare il carisma e renderlo efficace là dove il Signore vuole sia usato, sempre attraverso un cammino profondo di conversione, di fede, di ascolto e di preghiera.

La sequela di Gesù non può avere altre caratteristiche se non l'amore, la gioia, l'entusiasmo, la generosità e molta audacia, perché la nostra presenza è ormai una sfida per questo mondo che tende alla sfiducia e al pessimismo.

Allora vale la pena di lavorare, faticare, sudare e soffrire per aggiungere ancora il materiale per la costruzione del tempio, incoraggiati dalla Parola del Signore che dice ad ognuno: su, metti al lavoro e il Signore ti assista (cfr. 1Cor. 22,14-16).

*Angelo Civalleri*

**È in uscita il  
Quaderno di "Venite e Vedrete"**

**dal titolo**

**"L'Alleanza. Una sfida  
proposta da Dio"**

**che racchiude gli atti del Convegno dei Leaders delle  
comunità del R.n.S. tenutosi  
il 20 e 21 maggio u.s.**



**Se vuoi riceverne una copia  
fai riferimento ai responsabili  
della tua comunità,  
o rivolgiti alla segreteria di redazione  
della rivista "Venite e Vedrete".**

# Uomini di preghiera per costruire la comunità carismatica

*Tutti ricordiamo ancora la sua omelia, carica di gioia e forza spirituale. Mons. Andrea Gemma, vescovo di Isernia-Venafro, ha presieduto infatti la prima celebrazione eucaristica dell'ultima convocazione nazionale di Rimini. Lo abbiamo raggiunto telefonicamente chiedendogli di sviluppare per noi il tema della preghiera. Un argomento, questo, da lui stesso accennato nel corso di quell'omelia.*

## Preghiamo, fratelli!

di S.E. Mons. Andrea Gemma

### L'orazione è quel necessario raccordo con colui da cui deriva tutto ciò che siamo e tutto ciò che possiamo

**L'**ORAZIONE è uno dei pilastri, se non il più importante, su cui si regge l'edificio della vita cristiana autentica. Precisiamo che dicendo orazione intendiamo comprendere tutte le forme in cui, secondo l'asctica cristiana, si articola il discorso su quella "pia elevazione dell'anima a Dio" che è l'ascolto della Parola, la meditazione, la contemplazione, la preghiera vocale individuale, la preghiera comunitaria, la preghiera liturgica.

L'orazione è, per tentare una descrizione, quel necessario raccordo con colui da cui deriva tutto ciò che siamo e tutto ciò che possiamo. È quindi la possibilità suprema, messa a nostra disposizione, di essere e di agire. L'orazione è il raccordo con Dio; dunque, affermiamola immediatamente, è tutto. Senza Dio infatti c'è il nulla, così come senza attacco alla

sorgente d'energia anche i più perfetti e sofisticati strumenti della moderna tecnica non funzionano, non producono.

E allora dovremmo capire immediatamente la ragione di tanti insuccessi sui quali attualmente piangiamo sconsolati e attoniti: l'inesistente o il rallentato attacco a Dio con la fede, con la grazia e, appunto, con la preghiera. Occorre pertanto ristabilire immediatamente questo necessario raccordo, e ammetterne l'urgenza, se vogliamo dare la svolta decisiva alla nostra vita e alla nostra società mala-



# Uomini di preghiera per costruire la comunità carismatica



**Pregare significa**  
**voler entrare nel disegno di Dio**  
**che conduce sempre**  
**al nostro vero bene**  
**La preghiera è il**  
**“sia fatta la tua volontà**  
**come in cielo così in terra”**

ta. Come pastore della Chiesa, a me, alla mia gente, a tutti, con la parola e con la penna, ho più volte insistentemente espresso tale convinzione. Ogni giorno che passa, tuttavia, rassaoda tale fermissima convinzione. L'uomo o si ricolloca sulle strade che menano al contatto con Dio, conosciuto, amato, adorato, ubbidito, testimoniato, o continuerà nella sua discesa inesorabile, di cui tanti, troppi segni sono indizi preoccupanti. Questo precipitare verso l'abisso, come si può facilmente comprendere, diventa una china scivolosa che coinvolge tutti. Tutti infatti siamo sulla stessa barca. Tutti, dunque, siamo impegnati a riprendere una naviga-

zione corretta, sulla rotta giusta, col motore bene avviato: tale motore è appunto l'orazione o preghiera.

Dell'orazione sono state date numerose definizioni, tra cui quella sopra riferita del catechismo cattolico. Essa certo è colloquio con Dio, dialogo amoroso con lui. Ma, io credo, occorre insistere di più sulla causa di questo dialogo e sugli effetti che ne dovrebbero scaturire. A me piace dire così: pregare significa lasciarsi afferrare da Dio. Pregare significa voler entrare nel disegno di Dio che conduce sempre al nostro vero bene. La preghiera è la decisione dell'anima che accetta di entrare nel gioco di Dio, ossia nel gioco misterioso della

fedé. La preghiera è, in definitiva, il “sia fatta la tua volontà come in cielo così in terra”. La preghiera non è tirare Dio dalla propria parte, ma è un trasferirsi nella parte di Dio. La preghiera non è un chiedere, ma un dare. Anzi, la preghiera è darsi, darsi completamente. Se c'è una cosa da chiedere nella preghiera è solo questa: Signore, sia fatta la tua volontà; concedimi ciò che mi domandi.

Si può dubitare, allora, che Dio possa volere per noi e per il mondo qualcosa di meno giovevole ed utile? Quale torto gli si farebbe! La preghiera dunque, come si accennava, è il riportare Dio, ossia la grazia, la salvezza, l'ordine nello scenario



## Uomini di preghiera per costruire la comunità carismatica

sconvolgente della nostra piccolezza, della nostra miseria, della nostra cattiveria, onde arrestare il processo di decomposizione morale a cui con apprensione stiamo quotidianamente assistendo.

Preghiamo dunque, fratelli! L'invito è cordiale, ma pressante e insistente. Preghiamo insieme, preghiamo tutti, preghiamo con costanza!

Prima, tuttavia, di esplicitare tale invito, vorrei insistere su una condizione indispensabile alla preghiera autentica.

Secondo la tradizionale dottrina ascetica e mistica, di cui la Chiesa cattolica vanta insuperabili e celebrati maestri, l'edificio della preghiera, bellissimo e altissimo ha un atrio: la solitudine e il silenzio. Come del resto insegna Gesù con la sua sosta nel deserto prima di dare inizio alla vita pubblica, ogni grande impresa, ogni positiva realizzazione nel campo dello spirito inizia da un bagno salutare nel silenzio. Ed è proprio questa, invece, la cosa che la nostra epoca ha disimparato e non riesce più a mettere in atto. Chi non vede? Siamo subissati di parole, parlate e scritte, da immagini a scroscio: ne siamo positivamente e costantemente frastornati, quasi trascinati fuori di noi.

Non solo non abbiamo il tempo e la possibilità di dedicarci a Dio, all'ascolto attento della sua Parola, ma non abbiamo nemmeno la possibilità di un faccia a faccia con noi stessi per giudicarci, per conoscerci, per verificarci, per rispondere agli interrogativi che salgono dal profondo di noi stessi e che aspettano risposte motivate.

Il silenzio, prima ancora di riconciliarci con Dio, ha la funzione di riconciliarci con noi stessi per capire di che pasta siamo fatti, per controllare in quale direzione stiamo camminando, per rispondere agli appelli dello Spirito, che è sempre provocante, che è sempre suscitatore di nuove energie da mettere al servizio del bene, ossia del progetto che Dio ha su di noi. Il primo passo della preghiera autentica è questo: domandare a Dio che cosa voglia da noi. E a questa domanda la risposta non può derivare che dal silenzio adorante, dalla solitudine abitata da Dio, quella che da sempre conoscono le anime grandi, i geni, gli artisti, i santi, gli uomini veri. Una società del rumore, quale rischia di diventare la nostra, non potrà non essere la società della superficialità, della confusione, delle farandole parolai che sono sempre inconcludenti, quando non addirittura rovinose.

Andiamo dunque nel deserto, fratelli! Vi troveremo Dio. Vi troveremo anche la gioia del colloquio con lui. Faremo esperienza della preghiera autentica. Sì, perché la preghiera non è qualcosa che si impara come una lezione: è un'esperienza da compiere. Un'esperienza che si deve voler fare e si deve incessantemente domandare di fare.

Si comprende subito allora che una cosa sono "le preghiere" e ben altra è "la preghiera". Quest'ultima è uno status dell'animo quasi abituale, è un'atmosfera abitata da Dio dove l'anima si sente a suo agio, come a casa sua. Meglio: l'anima si sente se stessa, perché, come ben dice Ago-

stino, "il Signore ci ha fatti per sé e il nostro essere è inquieto finché non riposi in lui", finché non abbia trovato in lui l'habitat, l'atmosfera abituale, l'elemento vitale in cui sentirsi vivere, in cui muoversi.

Tutto questo è sublime, altissimo. Per questo noi sappiamo che è lo Spirito santo che deve insegnarci la preghiera, secondo quanto dice chiaramente san Paolo: "Lo Spirito viene in aiuto alla nostra debolezza (...) intercede con insistenza per noi con gemiti inesprimibili (...) egli intercede per i credenti secondo i disegni di Dio" (Rm. 8,26 s).

Gridiamo dunque a nostra volta verso questo Spirito e diciamogli: "Vieni! Sii il nostro maestro interiore! Sii la nostra preghiera!".

Solo dopo essere stati trasferiti in questa atmosfera dove lo Spirito è l'agente principale, avvertiremo non solo il bisogno, ma la infinita dolcezza della preghiera, dello stare davanti a Dio, in silenzio prima, in risposta d'amore dopo. E non avremo bisogno di domandare nulla perché "il Padre stesso ci ama" (cf. Gv. 16,27). E sperimenteremo con stupore l'adempimento della promessa di Gesù: "Qualunque cosa chiederete al Padre nel mio nome egli ve la concederà" (Gv. 16,23). A questo punto non mi rimane che lanciare la sfida ai miei fratelli: - Provate e vedrete! -

Concluderò dicendo: a pregare si impara pregando e voler pregare, decidere di pregare con costanza, con fedeltà, con impegno è già entrare nella preghiera.

Dunque: preghiamo, fratelli!

# Uomini di preghiera per costruire la comunità carismatica



*Vi ringrazio di avere pregato su di me ed invocato il dono dello Spirito Santo. Il senso del parlare, infatti, quando l'argomento è Gesù Cristo, è che è lui che parla e non si parla di lui. È lui che attraverso noi si fa incontrare dagli altri.*

*Parlare della preghiera è lo stesso, è un'esperienza che si comunica, un passare attraverso me agli altri.*

**don Valter**

## La preghiera personale

di don Valter Arrigoni

### Che cosa significa pregare?

La tentazione nel rispondere a questa domanda è di ridurre la preghiera, di limitarla a pochi aspetti.

Pregare secondo molti è parlare con Dio. Il parlare racchiude diverse forme, diversi momenti: raccontare una barzelletta, richiamare, spiegare, chiedere... pregare allora è lodare, chiedere, implorare, intercedere, ringraziare...

Altri dicono che pregare è entrare in relazione con Dio come ci si rapporta fra due persone: stimolo, riposo, lite, pace, gioia, noia... allora è contemplazione, missione, azione...

Secondo me questo non è del tutto giusto.

### Pregare è respirare

Se noi riusciamo a capire questa verità si aprono nella nostra vita orizzonti nuovi, inimmaginabili. Perché noi respiriamo sempre; quindi noi possiamo pregare sempre.

Talora diciamo "lodo il Signore perché è grande", e se invece non lo senti

più? "lodo il Signore perché è intervenuto con potenza", e se ti ha messo la croce sulle spalle? "oh che bello... parlo con Gesù!", e se il telefono dall'altra parte ti sembra occupato?

Quanti ostacoli alla nostra preghiera: solitudine non desiderata, tentazioni, peccati, abitudini, freddezza, aridità...

Pregare non è ridicibile ad un luogo, ad un momento, ad uno stato d'animo, ad un intervento.

Pregare è respirare ed io respiro sempre, fino a che sono vivo. Respiro in ogni luogo, azione e stato d'animo.

"Le loro vie sono sempre davanti a lui, non restano nascoste ai suoi occhi

... Tutte le loro opere sono davanti a lui come il sole

i suoi occhi osservano sempre la loro condotta" (Sir. 17, 13.15).

Dio è continuamente con noi, se così non fosse sarebbe finito il mondo. Pregare è vivere alla sua continua presenza, nella coscienza continua di questa presenza sulla nostra vita e sul mondo.

Se la preghiera non diventa questo respiro noi pecchiamo di moralismo, riduciamo la preghiera ad un obbligo formale e cadiamo nelle malattie dell'anima che segnano in modo forte la nostra vita religiosa e spirituale: la diffidenza, il materialismo e l'instabilità affettiva ed

emotiva.

### Il moralismo

La preghiera diventa opera nostra come risposta ad un dovere, è un obbligo senza anima né amore. Ma "pieno compimento della legge è l'amore" (Rom. 13,10). Anzi poiché la legge non può salvare perché è legge di giudizio, di condanna e di morte, Cristo è stato mandato dal Padre per il pieno compimento della legge nella salvezza e nell'amore, nella vita e nel perdono (Ef. 2,4-18). Pensate al Vangelo dell'adultera per la quale la legge era causa di morte mentre l'intervento di Gesù le ridona la vita (Gv. 8,1-11). Non si respira perché si è obbligati, ma per vivere!

### La diffidenza

Il moralismo non ci fa vedere Dio come Colui che ci ama ma solo come il legislatore e il giudice. Viene a mancare il rapporto con Dio come l'innamorato di cui ci si fida, al quale ci si affida. Innamorarsi non è il frutto di un progetto, di un calcolo e di un disegno ma avviene come un mistero, senza obbligo. Amare è fidarsi, affidarsi. Pensiamo al racconto



## Uomini di preghiera per costruire la comunità carismatica

del peccato originale (Gen. 3,1-6), al serpente che la tenta Eva non oppone la sua fiducia in Dio ma cede presa dal dubbio che Dio possa non volere il suo bene: non si fida più di Dio. C'è come una tendenza negli uomini a far coincidere l'essere adulti, maturi e realisti con la diffidenza verso tutto e verso tutti. Anche nell'esperienza della vita si passa dal bambino che si fida di suo padre e di sua madre e non ha paura ad una fase nella quale subentra la paura, la diffidenza fino al contrasto. Gesù, non a caso, ci propone come modello del credente adulto i bambini (Mc. 10,13-16). Essere bambini è sapersi amati, al sicuro nelle mani di chi ci ama, fidarsi di lui e quindi anche obbedire (Gv. 10,27-30; Sal. 131; Eb. 10,5-10). La diffidenza verso Dio si manifesta nella nostra esperienza spirituale in due modi altrettanto pericolosi e gravi: da una parte "Dio esiste ma non mi ama" (fa morire i bambini in Ruanda, in Jugoslavia, manda il cancro alle mamme giovani con i figli piccoli, uccide i giovani negli incidenti stradali...). Dall'altra parte "Dio esiste ma non gli importa niente di me" (aiutami che il ciel ti aiuta...!) Ed ecco entrare nella nostra preghiera la superstizione, certe devozioni esagerate e poco chiare ai santi ed alle Madonne più svariate, la ricerca del miracolismo. È come se dicessimo a Dio: "Poiché tu non fai niente io mi rivolgo ad altre agenzie".

### Il materialismo

Fra le possibili fonti di aiuto per la vita, dopo che ci siamo distaccati da Dio, la prima è il nostro io, il nostro egoismo che si manifesta nell'attaccamento possessivo alle cose ed alle per-

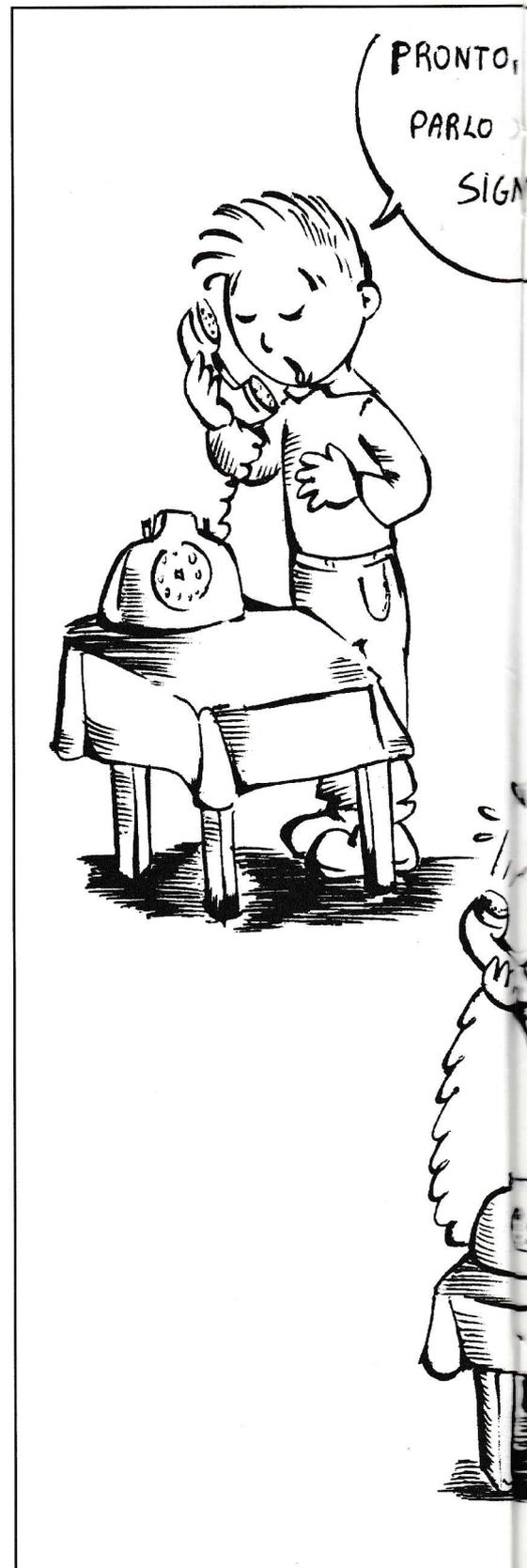
sone usate, trattate, considerate come cose. È evidente che il denaro diventa la fonte della mia sicurezza. Non temo nulla perché possiedo molto (Lc. 12, 13-21). Questo materialismo egoista entra anche nella nostra preghiera che troppo spesso è solo nostra, non si apre al mondo, a tutti i fratelli, a coloro che ci hanno fatto del male. Chi prega solo per sé, per i propri cari, per la propria comunità, non prega, non respira e non fa respirare. È una preghiera soffocante e soffocata, costretto dentro il ristretto limite del proprio io. (Signore dammi la salute, aiuta mio figlio a trovare lavoro, risolvi i problemi della mia comunità... il materialismo dentro la mia preghiera!).

### L'instabilità emotiva ed affettiva

Se tutto alla fine dipende da me perché di Dio non mi fido, avendo instaurato con lui un rapporto contrattuale, moralistico e non di innamoramento allora io divento l'unico criterio del mio agire, del mio operare, del mio rapporto con gli altri, con Dio, o meglio con il simulacro di Dio che mi sono fatto. Tutto dipende da me e da come io sto, dalla voglia che io ho, da come mi sento. E poiché il mondo non gravita attorno a me come vorrei, io non sono il centro della vita degli altri come vorrei, io sto tanto male. Il mondo è pieno di adulti all'anagrafe che nella fede sono adolescenti.

### Pregare è respirare

La preghiera è respiro, entrare in Dio, attraverso lo Spirito Santo che ci viene





# Uomini di preghiera per costruire la comunità carismatica



donato entriamo in Dio che ce lo dona. Lo Spirito è respiro, vento, aria; lo Spirito è Dio che entra in te quando respiri Dio e tu che entri in Dio quando ti immergi nello Spirito che è l'aria, che è tutto. Allora lo Spirito Santo diventa il generatore ed al tempo stesso il luogo della preghiera, è lo strumento, è il contenuto, è l'oggetto richiesto. Se lo Spirito Santo è il respiro innamorato di Dio, è Dio che noi respiriamo e che ci fa respirare, allora noi dobbiamo chiedere il dono dello Spirito Santo. Nello Spirito si prega.

## La preghiera personale

La preghiera personale è la condizione del tuo esistere. Se non preghi non existi. Come se non ci fosse l'aria. La preghiera personale è sempre (pensiamo allo Shemà e a quanto ci insegna Paolo: Dt. 6, 4-7; Ef. 6,18-20; Col. 4,2; Rom. 12,12...). "Ascolta Israele... questi precetti che oggi ti do ti stiano fissi nel cuore... ne parlerai quando sarai seduto in casa tua, quando camminerai per via, quando ti coricherai e quando ti alzerai...", è il sempre! L'adulto credente è colui per il quale la fede è tutto e sempre, Dio è tutto e sempre, pregare è tutto e sempre. Pregare sempre. Pregare quando si è nella grazia e quando si è nel peccato. Nel dolore e nella gioia. Nella concentrazione e nella distrazione. Svegli o dormienti. Nell'obbedienza o nella lotta con Dio. Nel rifiuto e nell'accettazione. Nella solitudine o nella gioia della fraternità. Nella debolezza o nel vigore. Nella tentazione, nell'abitudine, nella ribellione, nel non capire. Nell'entusiasmo, nella serenità, nella pace. Sempre!

Prega come un povero, come un

bambino, nel nome di Gesù, nello Spirito Santo, con fiducia, con perseveranza, con coraggio, nei momenti importanti, con sobrietà e semplicità, nel segreto, con i tuoi fratelli, continuamente.

Scrive Clemente Alessandrino: "Il tuo dovere è venerare Colui che credi è il Verbo di Dio, e per mezzo di Lui il Padre e non solo in certi momenti particolari, come fanno alcuni, ma continuamente, per tutta la vita e in tutti i modi... il vero uomo spirituale prega durante tutta la sua esistenza, perché pregare per lui è uno sforzo di unione con Dio, perciò rifiuta tutto ciò che è inutile in quanto è già arrivato a quello stato in cui ha già ricevuto la perfezione che consiste nell'agire per amore. Tutta la sua vita è una sacra liturgia".

## Pregare nella città

Prega nella città contemplando il volto di Dio nella sua immagine più bella che è l'uomo fatto a sua immagine e somiglianza. Prega nella città ed in mezzo agli uomini per portare la città e gli uomini nella preghiera. Nel Battesimo diventiamo profeti, re e sacerdoti, veniamo consacrati con il Crisma, profumati di Cristo. Siamo mandati a portare ovunque il profumo di Cristo.

Il respiro è silenzioso, la preghiera è nel silenzio. "Deserto, silenzio, solitudine non sono necessariamente luoghi ma stati della mente e del cuore" (Katherina de Hoeck-Doherty). Siano i nostri cuori luoghi di silenzio, siano "Bet-tefillah leqol hahamim" casa di preghiera per tutti i popoli (Is. 56,7).

*(liberamente tratto da una relazione tenuta alla Comunità Magnificat - zona di Foggia)*



# Uomini di preghiera per costruire la comunità carismatica

## ■ La preghiera

**N**ELLA NOSTRA vita personale e comunitaria, spesso momenti di op-

pressione non ci permettono di sperimentare pienamente la presenza di Dio in noi e il peccato, favorito da questo clima, alza muri nei nostri cuori e in mezzo a noi.

Occorre allora spogliarci dell'uomo vecchio e rivestire il nuovo!

Occorre fare un nuovo incontro con Gesù!

Occorre... che la Comunità abbia, di nuovo, un cuore acceso d'amore per il Signore Gesù!

Forse ciò ci lascerà perplessi. Eppure, malgrado tanti anni e tante esperienze spirituali, è necessario ricominciare tutto da zero.

È questo l'atteggiamento che vuole da noi il Signore: presentarsi a Lui ogni giorno con un cuore povero e umile.



di Alberto Aprile

S. Francesco, ogni giorno, diceva ai suoi fratelli: «Incominciamo a fare il bene».

Incominciamo...! Capite?

Ogni giorno incominciare a desiderare Gesù, ogni giorno mettersi alla sua ricerca. Ogni giorno!

A volte c'è il desiderio di voler volare verso l'alto, ma è appena un frullare d'ali, per poi ricadere giù.

A volte, il desiderio dell'incontro con Dio viene ovattato da tante preoccupazioni, affanni, e quella spinta interiore, che ci riporta alla presenza di Dio, viene soffocata.

Così vivendo, avvertia-

mo nel nostro cuore il vuoto, la desolazione, l'aridità ed ogni sorta di distrazioni che ci conducono fuori strada, tanto da farci dimenticare la radice vera del nostro cuore.

E allora siamo come quel seme che caduto in mezzo alle spine, viene soffocato dalle spine stesse. Così è per noi, che, dopo aver accolto la Parola, strada facendo ci lasciamo sopraffare dalle preoccupazioni, dai problemi quotidiani e dai peccati e incominciamo a sentire sempre meno il santo desiderio di Dio, fino a congelarlo definitivamente. Conseguenza? Ci ritroviamo alla fine stanchi, ab-

battuti, delusi, aridi. Rasmigliamo tanto a quei ciechi che avendo sete vanno a bere ad una fonte sbagliata: la fonte del nostro egoismo, della nostra pigrizia, del nostro rilassamento spirituale.

Mentre la vera fonte è la preghiera.

Quando in comunità si avverte un affievolirsi del clima spirituale, una delle cause principali è la mancanza della preghiera personale, profonda, intensa, con il Signore Gesù.

Diventa urgente ravvivare il rapporto con Gesù, prendere l'arma della preghiera con decisione e fiducia.

I Santi avevano compreso l'importanza ed il valore della orazione, avevano capito che senza la preghiera non potevano fare niente.

Sant'Alfonso diceva: «Chi poco ama l'orazione poco ama Dio, quando manca l'orazione manca lo spirito, mancano i buoni desideri e manca la forza di camminare avanti».

# Uomini di preghiera per costruire la comunità carismatica



Il ven. p. Passerat: «La preghiera è il primo mezzo per salvarsi l'anima, il secondo mezzo: la preghiera, il decimo, il centesimo: la preghiera!».

«La preghiera è un semplice sguardo verso l'alto» diceva S. Teresa d'Avila.

Ed è proprio in questo concetto così povero e semplice che è racchiuso il segreto della vita spirituale.

Riuscire ad elevare uno sguardo semplice verso l'alto, significa distaccare i nostri cuori dai desideri terreni, significa spogliarsi della nostra carne, dei nostri peccati. Il nostro combattimento spirituale è tutto qui!

## Il combattimento spirituale

«Il Regno dei Cieli è dei violenti e di quanti se ne impadroniscono». Se vogliamo ritornare ad avere il fuoco nella nostra vita spirituale, sia come singoli, che

come comunità, dobbiamo ritornare ad avere un momento più forte di preghiera nella nostra vita ed una ricerca più profonda di Dio, facendoci violenza quando giungono le tentazioni più varie.

Il Catechismo della Chiesa Cattolica, al n. 2725, dice: «La preghiera è un dono della grazia e, da parte nostra una decisa risposta. Presuppone sempre uno sforzo.... La preghiera è una lotta! Contro chi? Contro noi stessi e contro le astuzie del demonio, che fa di tutto per distogliere l'uomo dalla preghiera. «Il combattimento spirituale»... è inseparabile dal combattimento della preghiera».

Quando ci mettiamo a pregare mille lavori o preoccupazioni si presentano come prioritari e ci riempiono il cuore e la mente, così che la distrazione e l'aridità giocano un ruolo centrale. Per non parlare poi

di alcune tentazioni molto forti: l'accidia e la mancanza di fede.

Dando la preferenza alle cose del mondo, in apparenza buone, la nostra mancanza di fede palesa che non siamo ancora nella disposizione del cuore umile: «Senza di me non potete far nulla».

I Padri della vita spirituale identificano l'accidia con una forma di depressione dovuta al rilassamento nella vita spirituale; per cui si tende ad abbandonare la preghiera. «Morir di inedia», detto comune fra di noi, serve forse a spiegare meglio questa tentazione.

Il sintomo principale di questa depressione è la mancanza di appetito, oggi non ho voglia, domani non ho fame, ben presto si giunge al deperimento irreversibile. Così nella nostra vita spirituale, se rallentiamo il ritmo della preghiera, sentiremo sempre meno il bisogno di pregare e avremo sempre più difficoltà a met-

terci alla presenza di Dio.

Come un tempo al pozzo di Giacobbe, Egli ci viene incontro, siede accanto a noi e ci chiede da bere. La preghiera è l'incontro della sete di Dio con la nostra sete.

Gesù non ha certo bisogno della sua creatura, perché Egli è sufficiente a se stesso, ed è di per se stesso gioia, felicità, amore, santità, ma... Egli ha sete della nostra sete di Lui!

Incontro al Signore che viene è importante essere assetati!

Forse, il segreto compito della preghiera è proprio questo: aiutarci ad avere sete e sete del Dio Vivente.

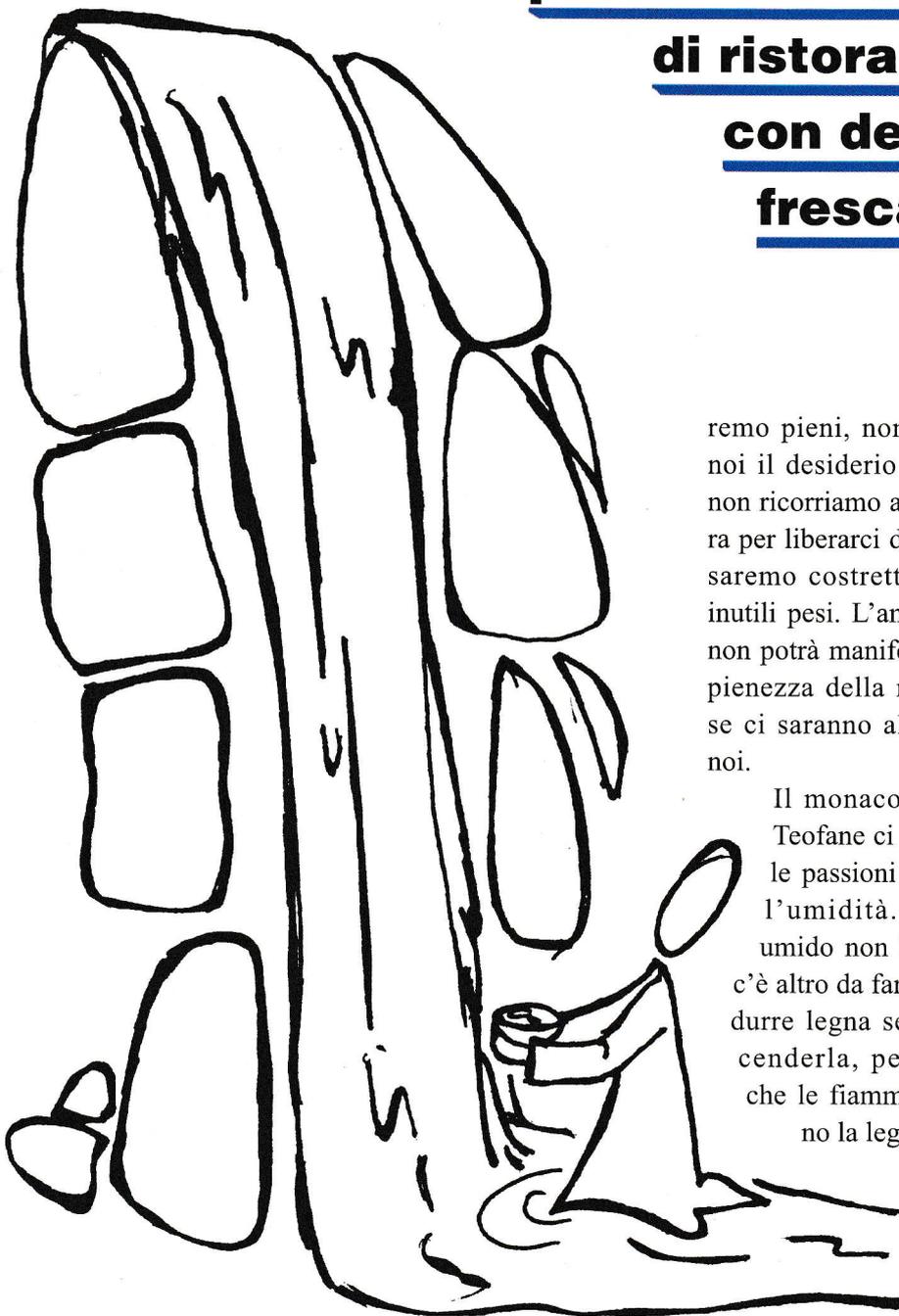
Nell'incontro con la Samaritana non è Gesù che dà da bere, è Lui a chiedere l'acqua. Il Signore non può riempirci della sua acqua, se prima non gli diamo la nostra. Se noi siamo più dell'acqua del nostro peccato e delle nostre miserie, non può riempirci di Lui, perché non avremo sete, sa



# Uomini di preghiera per costruire la comunità carismatica

**... e l'uomo più lavora, più suda,  
più avverte la necessità**

**di ristorarsi  
con dell'acqua  
fresca**



remo pieni, non ci sarà in noi il desiderio di Dio. Se non ricorriamo alla preghiera per liberarci di noi stessi, saremo costretti a portare inutili pesi. L'amore di Dio non potrà manifestarsi nella pienezza della nostra vita, se ci saranno altri idoli in noi.

Il monaco ortodosso Teofane ci avverte che le passioni sono come l'umidità. Il legno umido non brucia; non c'è altro da fare che introdurre legna secca ed accenderla, permettendo che le fiamme asciugino la legna umida.

La legna secca è la preghiera!

Solo attraverso di essa potremo vincere le passioni della nostra carne.

Mentre riflettevo in questi giorni sul rapporto tra Dio e l'uomo, mi veniva da paragonare la nostra vita spirituale al duro lavoro dell'uomo, che si guadagna il proprio salario con il sudore della sua fronte. E più lavora, più suda, più avverte la necessità di ristorarsi con dell'acqua fresca. Il lavoro dell'uomo è la nostra lotta per combattere le concupiscenze della carne, è lo sforzo per vincere le tentazioni di abbandonare la preghiera, la svogliatezza, la tiepidezza e le distrazioni.

Il sudore è il frutto del nostro lavoro, le gocce di sudore sono la vittoria dello Spirito sulla carne.



**Quanto più tempo diamo al Signore,  
più l'anima nostra  
diventerà chiara, bella;  
regnerà in quest'anima  
meno superbia, orgoglio,  
i rancori si dissolveranno,  
così le invidie, le gelosie, i giudizi,  
le maldicenze**

E come queste gocce di sudore, così i nostri pesi, le nostre impurità, vengono espulsi dopo aver combattuto nell'esser stati fedeli alla preghiera.

È questa l'acqua che il Signore ci chiede da bere, l'acqua dei nostri peccati.

Quanto più tempo diamo al Signore, più l'anima nostra diventerà chiara, bella; regnerà in quest'anima meno superbia, orgoglio, i rancori si dissolveranno, così le invidie, le gelosie, i giudizi, le maldicenze.

Allora batterà dentro di noi un cuore nuovo, ci saremo spogliati del l'uomo vecchio e saremo capaci di amarci come Gesù ci ha amati. Avremo forza di costruire l'amore tra di noi e nel servizio vicendevole. Solo in questo momento, in cui il cuore è stato purificato e spogliato e si presenterà nudo e povero davanti al suo Creatore, sarà riempito dell'acqua della vera vita, che non gli farà avere più sete (cfr. Gv. 4).

Nella nostra giornata facciamo l'esperienza di Maria, che è stata ai piedi di Gesù, per nutrirsi della sua parola. Scegliamo anche noi

la parte migliore durante il giorno e lasciamo che il nostro sguardo si elevi in semplicità verso l'alto.

Un giorno, mentre pregavamo, ci è venuta la parola dei discepoli di Emmaus, tristi e scoraggiati si erano messi in cammino e solo quando hanno preso coscienza che Gesù camminava con loro, la loro tristezza si è cambiata in gioia, la disperazione in speranza, l'incredulità ha lasciato il posto alla fede. Anche in noi può succedere questo: se lasciamo la preghiera, i nostri occhi non saranno capaci di vedere Gesù che cammina con noi. Se al contrario saremo fedeli a questa potenza, che è la preghiera, la nostra vita si trasformerà! Gesù si farà vivo dentro di noi e anche noi diremo come quei due discepoli: "Non ci

ardeva forse il cuore mentre conversava con noi lungo il cammino?". Questa è la fiamma che deve essere accesa in noi e che ci porta a ricercare Dio in ogni momento della nostra giornata. Questa è la nostra chiamata!

Frate Leone ci racconta che Francesco d'Assisi, dopo tre giorni di intensa preghiera, uscì dal luogo in cui pregava simile ad un carbone ardente.

La preghiera aveva divorato la sua carne e ciò che di essa rimaneva brillava come fiamma. Il suo volto era illuminato da una strana felicità ed egli motivò così quella sua trasformazione: "Dio... mai abbastanza. Non basta mai", fratello Leone.

Nella ricerca di Dio e nello stare a contemplarlo non potremo mai dire: "Ora

basta". Sarà sempre: "Mai... abbastanza!".

Potremo avere 50 regole in Comunità e altrettante approvazioni dal Vaticano, ma se il nostro cuore non si apre all'amore di Dio attraverso la preghiera, seguiremo soltanto le leggi scritte. Francesco aveva la sua regola scritta nel cuore!

Oggi il Signore dice a me, a te fratello, a te sorella, ma soprattutto a noi come Comunità: "A voi la scelta"!

Se saremo uniti nella preghiera, saremo anche vittoriosi, saremo i veri adoratori, coloro che adorano Dio in Spirito e Verità; scopriremo la potenza di Dio nella nostra vita, il Signore ci sbalordirà con le sue meraviglie e farà molto di più di quanto possiamo domandare o immaginare, perché come dice S. Bernardo: "La preghiera è debolezza di Dio e onnipotenza dell'uomo". Amen.

*(liberamente tratto da una relazione tenuta alla Comunità Magnificat zona di Foggia)*

# Uomini di preghiera per costruire la comunità carismatica

«Congedata la folla, salì sul monte, solo, a pregare. Venuta la sera, egli se ne stava ancora lassù» (Mt. 14,23).

«Al mattino si alzò quando era ancora buio, si ritirò in un luogo deserto e là pregava» (Mc. 1, 35).

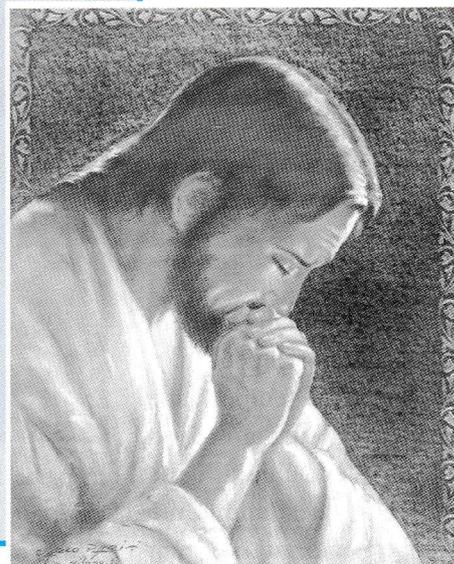
Vorremmo sostare un po' a guardare con gli occhi della fede questa "icona" così come ce l'hanno "dipinta" Matteo e Marco, "icona" che ci permette di invadere discretamente l'intimità di Gesù e contemplarlo mentre vive il suo incontro col padre nella Preghiera in solitudine.

È dalla contemplazione di tale "icona" che scaturisce l'esigenza e l'impegno della preghiera in solitudine del discepolo che si è messo con altri alla sequela del Maestro. «Un giorno Gesù si trovava in un luogo a pregare e quando ebbe finito uno dei discepoli gli disse: «Signore insegnaci a pregare come anche Giovanni ha insegnato ai suoi discepoli» (Lc. 11,1).

Ai suoi gesti rivelatori Gesù aggiunge le parole: «Tu invece, quando preghi, entra nella tua camera e, chiusa la porta, prega il padre tuo nel segreto; e il Padre tuo che vede nel segreto, ti ricompenserà» (Mc. 6,6).

La sequela di Cristo esige, dunque, questa preghiera in solitudine.

La solitudine del monte, il luogo deserto, la camera chiusa sono qui come segnali che attirano il discepolo verso il luogo in cui Dio ha fissato l'appuntamento perché Egli possa dargli la sua ricompensa parlando al suo cuore (cfr. Os. 2,14).



## La Preghiera in solitudine

di don Dionigi Giordano

### Preghiera in solitudine come prolungamento dell'Eucaristia

**C**OME potrà realizzarsi la preghiera in solitudine? Quando un discepolo si trova in disparte col suo Dio potrà sentirsi totalmente abbandonato nello Spirito al punto che ogni schema viene spezzato

e ogni indicazione perde senso.

Potrà ritrovarsi subito immerso in Dio in un silenzio più o meno prolungato di adorazione, oppure con lo spirito infervorato loderà e ringrazierà Dio con tutte le sue forze.

Altre volte si ritroverà cuore a cuore col suo Dio per chiedergli confidenzialmente la conoscenza amorosa della sua volontà oppure starà alla divina presenza per intercedere a favore degli uomini, suoi fratelli.

Non mancheranno momenti in cui dovrà sedersi e, come se fosse lontano da Dio, attendere invocandone umil-

mente la venuta.

Tuttavia un modello di preghiera possiamo osare proporlo, a partire dal modello della celebrazione eucaristica della quale la preghiera in solitudine è prolungamento e preparazione. Colui che vuole pregare in solitudine dovrà innanzitutto prendere coscienza di trovarsi lì non per suo volere o spinto dai suoi bisogni, ma perché chiamato e attratto dal suo Dio. È lì in nome e per conto di Dio stesso.

Là, nella solitudine, incontrerà il Dio tre volte santo, il solo degno di ricevere lode, onore, gloria e potenza

# Uomini di preghiera per costruire la comunità carismatica



nei secoli dei secoli (cfr. Ap. 5,13b).

Davanti alla santità di Dio potrà sentirsi come perduto, e allora potrà chiedere misericordia al suo Dio perché lo purifichi da ogni peccato (cfr. Is. 6,4-7). Gli potrà capitare di non osare alzare lo sguardo e di battersi il petto (cfr. Lc. 18,13).

In questo modo si toglierà i calzari dai piedi e gli sarà permesso di calpestare la terra santa (cfr. Es. 3,5).

Così dalle profondità del cuore liberato dal peccato potrà sgorgare, come da una sorgente, l'inno di lode e di gloria. In questo modo Dio prepara la sua creatura elevata a figlio a ricevere la sua Parola.

«Parla, Signore, perché il tuo servo ti ascolta» (1Sam 3,9). È il tempo dell'ascolto. È la "liturgia" della Parola. La lettura saporosa della Parola di Dio oppure una parola della Scrittura che il quel momento affiora dal cuore dà l'avvio al dialogo che esige ascolto e risposta ubbidiente.

È necessario che questa piccola "liturgia della Parola" venga compiuta con molta attenzione, l'attenzione della fede poiché, se non subito, al momento opportuno ci si potrà

accorgere "che il cuore ardeva nel petto mentre conversava con noi lungo il cammino, quando ci spiegava le Scritture" (Lc. 24,32).

Al "Dio che aveva già parlato nei tempi antichi molte volte e in diversi modi ai padri per mezzo dei profeti e ultimamente, in questi giorni, ha parlato a noi per mezzo del Figlio" (Eb. 1,1-2a) quale risposta conviene? La liturgia eucaristica che abbiamo preso a modello della nostra preghiera in solitudine ci insegna a rispondere con la risposta della fede:

«Io credo!».

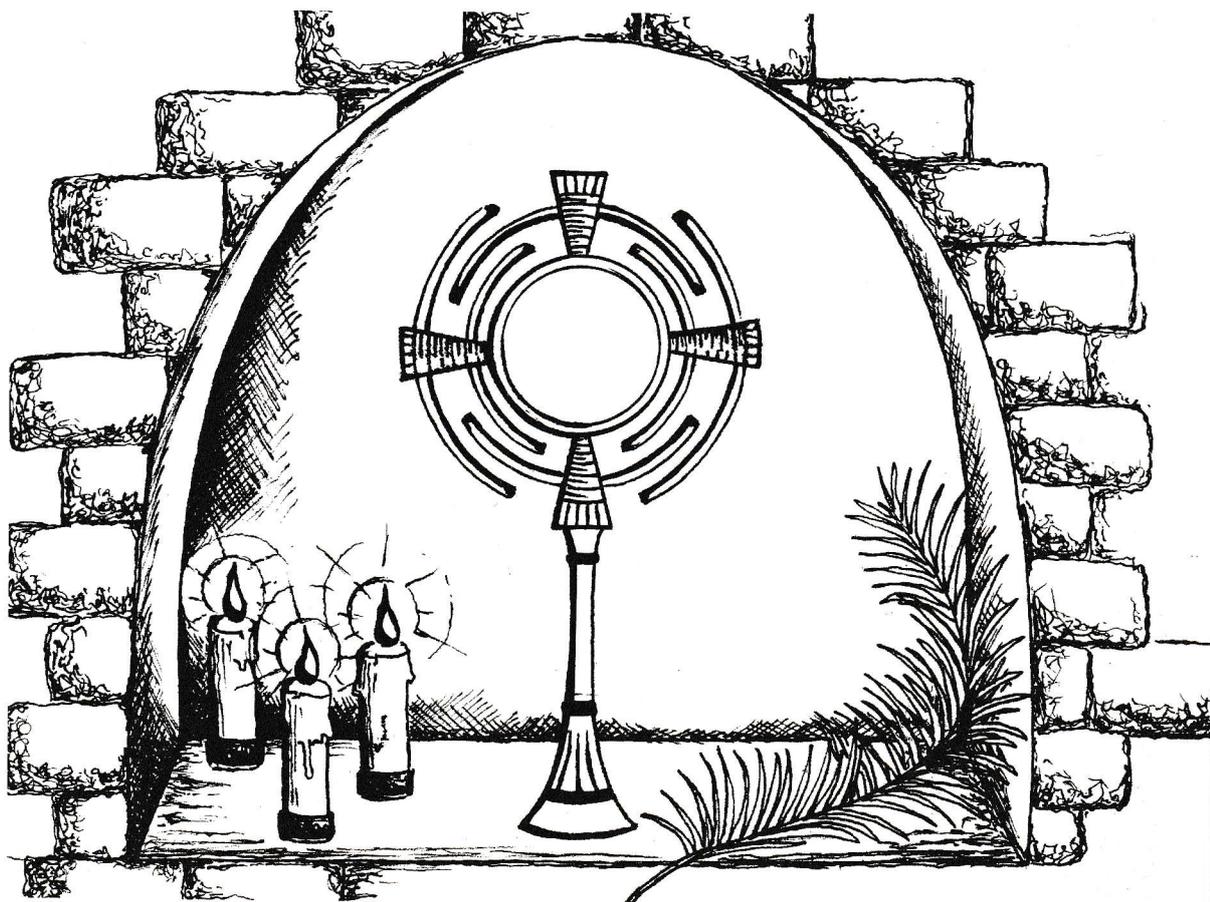
L'altra risposta che la Chiesa dà attraverso la sua liturgia è rappresentata

dalla grande preghiera eucaristica.

*"È veramente cosa buona e giusta,  
nostro dovere e fonte di salvezza  
rendere grazie sempre e in ogni tempo  
a te, Dio, Padre onnipotente  
per Gesù Cristo tuo diletto Figlio".*

Inizia così il grande ringraziamento. Si benedice Dio raccontando le sue meraviglie e lo si ringrazia per i suoi doni in unione di voce e di cuore dilatando la lode e collegandola alle voci dell'assemblea celeste:

Santo, santo, santo, il Signore Dio dell'universo, i cieli e la terra sono pieni della tua gloria.





# Uomini di preghiera per costruire la comunità carismatica

## **L'uomo che prega in solitudine** **entra in comunione** **con tutti i suoi fratelli** **e le sue sorelle nella fede** **ed estende tale comunione** **a tutti gli uomini**

Colui che ha partecipato all'eucaristia prolunga e porta nella sua solitudine questa cosa veramente buona e giusta, cioè rendere grazie a Dio, e lo fa con tutto il fervore dello Spirito perché sa che è cosa doverosa e fonte di salvezza.

## **La grande epiclesi**

**E**A QUESTO PUNTO della liturgia che avviene la grande epiclesi, l'invocazione al Padre affinché mandi lo Spirito Santo a cambiare per noi il pane e vino in corpo e sangue di Gesù, unico sacrificio a Lui gradito.

Ma nella preghiera in solitudine sa che cosa si invocherà tale epiclesi?

Sul proprio corpo! Infatti "offrite i vostri corpi come sacrificio vivente, santo e gradito a Dio; è questo il vostro culto spirituale" (Rm. 12,1). Lo

Spirito Santo invocato sull'offerta del proprio corpo (cioè della propria vita) lo trasforma, santificandolo, in sacrificio spirituale gradito a Dio.

Nella liturgia eucaristica, dopo l'epiclesi sul pane e sul vino perché diventino Corpo e Sangue di Cristo, c'è una seconda epiclesi; questa

volta è invocata la discesa dello Spirito Santo su coloro che partecipano al Corpo e Sangue di Cristo perché diventino in Cristo un solo Corpo e un solo Spirito.

Così per mezzo dello Spirito, l'uomo che prega in solitudine entra in comunione con tutti i suoi fratelli e le sue sorelle nella fede ed estende tale comunione a tutti gli uomini. E per essi si fa intercessore.

Pregherà per l'unità della Chiesa, per tutti i suoi pastori, per coloro che credono, per i lontani e per coloro che cercano Dio con cuore sincero e via via tale intercessione si allarga comprendendo anche i defunti per i quali si chiede la misericordia di Dio. Infine, facendo memoria della comunione celeste, lo spirito dell'orante si apre alla nostalgia e al deside-

rio della patria celeste e ravviva la speranza di prendere anche lui parte all'assemblea di santi nel cielo. Così, per Cristo, con Cristo e in Cristo si dà a Dio Padre Onnipotente, nella preghiera in solitudine come nella celebrazione eucaristica, nell'unità dello Spirito Santo, ogni onore e gloria per tutti i secoli dei secoli.

La preghiera del Padre nostro, si pone alla fine come sintesi e ricapitolazione di tutta la preghiera.

Chi prega così, cioè come lo Spirito ha insegnato alla Chiesa, potrà cogliere tutte le ricchezze del tesoro eucaristico (inteso come celebrazione e sacramento) e portando tali ricchezze nella sua preghiera in solitudine, imparerà a portare l'eucaristia anche nella vita. Diventerà in una parola: uomo eucaristico, l'uomo che in ogni cosa e per ogni cosa rende grazie a Dio (cfr. Ef. 5,20). Diffonderà infine tali ricchezze ai suoi fratelli e ad ogni uomo che incontrerà sul suo cammino, verso i quali viene inviato, nel nome del Signore. ■

**Lo spirito dell'orante**  
**si apre alla nostalgia**  
**e al desiderio della patria celeste**  
**e ravviva la speranza**  
**di prendere anche lui parte**  
**all'assemblea di santi nel cielo**



## Le condizioni materiali della preghiera

di p. Jacques Philippe

Diamo qualche indicazione a proposito delle condizioni esteriori della preghiera: **momenti, durata, atteggiamenti, luoghi adatti.**

Non bisogna certamente annettervi un'importanza eccessiva: sarebbe come fare della vita di preghiera una tecnica, oppure concentrarsi su ciò che non è essenziale, il che è errato.

Si può, in teoria, fare orazione in qualunque momento e luogo e con una grande varietà di atteggiamenti corporei, nella santa libertà dei figli di Dio. Tuttavia, noi non siamo puri spiriti, siamo esseri incarnati, condizionati dal corpo, dallo spazio, dal tempo: fa parte della sapienza biblica tenerne conto e saper utilizzare queste contingenze concrete a servizio dello spirito. Tanto più che a volte lo spirito è del tutto incapace di pregare e fortunatamente c'è allora "fratello asino" che può venire in suo soccorso e può in qualche modo supplire con un segno di croce, con un atteggiamento di umile prostrazione o con i movimenti della mano sui grani del rosario...

### Il momento per pregare

Tutti i tempi sono buoni per la preghiera ma cerchiamo, secondo le nostre possibilità, di consacrare ad essa i momenti più favorevoli: quelli in cui lo spirito è relativamente fresco, non ancora troppo sovraccarico di preoccupazioni immediate, in condizione di non essere disturbato ogni tre minuti, ecc... Detto ciò, sovente si dispone di poca libertà per scegliere il tempo ideale. La maggior parte delle volte si è costretti a prendere il raro momento propizio che i nostri impegni ci conce-

dono. Occorre anche saper approfittare, se possibile, della grazia propria di certe circostanze. Sicuramente, ad esempio, il tempo che segue l'eucaristia è un momento privilegiato per l'orazione.

Un punto ci sembra importante. Noi dobbiamo soprattutto mirare a che la preghiera diventi un'abitudine, nel senso che non sia più un'eccezione, un momento strappato ogni volta con grandi sforzi alle altre attività, ma che faccia parte del ritmo normale della

### Tempo

nostra vita e che il suo posto in questo ritmo non sia messo mai più in discussione. La fedeltà (così essenziale, l'abbiamo detto) ne sarà grandemente facilitata. La vita umana è fatta di ritmi: il ritmo del cuore, della respirazione, del giorno e della notte, dei pasti, della settimana, ecc... La preghiera deve entrare in questi ritmi per diventare un'abitudine altrettanto vitale come le abitudini che costituiscono la nostra esistenza.

Non si deve considerare

l'abitudine come qualcosa di negativo, diversamente dalla routine. Essa è, al contrario quella facilità a fare naturalmente qualcosa che all'inizio richiedeva uno sforzo e una lotta. Il posto che Dio ha nel nostro cuore è quello che egli ha nel ritmo della nostra vita, nelle nostre abitudini. La preghiera deve diventare il respiro della nostra anima. Aggiungiamo che il ritmo fondamentale della vita è quello del giorno (di e notte). La nostra orazione deve essere, per quanto possibile, quotidiana.



# Uomini di preghiera per costruire la comunità carismatica

## Durata del tempo di preghiera

Alcuni rilievi quanto alla durata dell'orazione. Questa durata deve essere sufficiente. Consacrare cinque minuti alla preghiera non è dare il proprio tempo a Dio: si danno cinque minuti a qualcuno, quando ci si vuole sbarazzare di lui! Un quarto d'ora è il minimo. Chi ne ha la possibilità non deve esitare a pregare un'ora, e anche più, ogni giorno. Dobbiamo, però, guardarci a volte dall'essere troppo ambiziosi nel determinare la durata della nostra preghiera, col rischio di fare più di quanto le nostre forze consentano e di finire con l'avvilirci. Vale di più un tempo relativamente breve (venti minuti o mezz'ora), ma impiegato fedelmente ogni giorno, piuttosto che due ore, di tanto in tanto, irregolarmente. È molto importante fissare un tempo minimo per l'orazione e non abbreviarlo (salvo casi del tutto eccezionali). Sarebbe un errore stabilire la durata della preghiera secondo il piacere che ci procura: quando l'esperienza comincia a diventare per noi un po' noiosa, allora ci si ferma. Può essere saggio talvolta fermarsi, se ciò rischia di creare fatica e tensione eccessiva. Ma come regola generale, se si vuole che l'orazione porti i suoi frutti, bisogna tenersi fedelmente a un tempo minimo, e non cedere alla tentazione di abbreviarlo. Tanto più che l'esperienza dimostra che sovente, negli ultimi cinque minuti, il Signore viene a visitarci e a benedirci, mentre siamo rimasti tutto il resto del tempo "senza prendere nulla", come San Pietro alla pesca.

## Dove pregare

Dio è presente ovunque e si può pregare in

### Luoghi

ogni luogo: nella propria camera, in un oratorio, davanti al Santissimo Sacramento, in treno o anche in una coda di supermercato. Ma senz'altro bisogna cercare per l'orazione, se è possibile, un luogo che favorisca il silenzio e il raccoglimento, l'attenzione alla presenza di Dio. Il luogo da preferire, quando si può accedere, è una cappella con il Santissimo Sacramento, soprattutto se è esposto, per beneficiare della grazia della presenza reale di Gesù. Se si prega in casa, è bene farsi un proprio angolo di preghiera con icone, una candela, un piccolo altare... e tutto quanto può aiutare.

Noi abbiamo bisogno di segni sensibili: per

questo il Verbo si è fatto carne e noi avremmo grandemente torto a disprezzare queste cose e a non utilizzare questi oggetti se ci portano alla devozione. Quando la preghiera diventa difficile, uno sguardo posato su un'icona o sulla fiamma di una candela può rimetterci alla presenza del Signore. Come c'è un tempo per pregare, così è bene che in ogni casa vi sia uno spazio consacrato alla preghiera. Molte famiglie, oggi, sentono la necessità di avere, quando è possibile, uno spazio della casa o un angolo di una stanza che sia una specie di oratorio: e ciò è ottima cosa.

Quale atteggiamento del corpo si consiglia per fare orazione?

In sé questo non ha molta importanza. L'orazione non ha niente a che vedere con lo yoga, l'abbiamo detto. Ciò dipende anche da ciascuno, dal suo stato di fatica o di salute, da quanto gli conviene personalmente. Si può fare orazione seduti, in ginocchio, prostrati, anche in piedi o distesi. Ma, oltre questo principio di libertà, due con-

## Atteggiamenti corporei

siderazioni possono guidarci.

Da un lato occorre che l'atteggiamento scelto per la preghiera consenta una certa stabilità, una certa immobilità, favorisca il raccoglimento, permetta di respirare in modo calmo, ecc...

Se si è sistemati male e si ha bisogno di cambiare posizione ogni tre minuti, ciò non favorisce evidentemente quella disposizione di totale

presenza a Dio che è essenziale nella preghiera. Ma non bisogna, d'altra parte, che la posizione del corpo sia troppo rilassata. Infatti, se alla base dell'orazione vi è un esercizio di attenzione alla presenza di Dio, occorre che la posizione del corpo consenta e favorisca questa attenzione (che non deve essere una tensione, ma un orientamento del cuore verso

Dio). Talora, quando lo spirito è tentato dalla pigrizia o dalla rilassatezza, una posizione corporea migliore, cioè più in sintonia con la ricerca e con il desiderio di Dio - in ginocchio, ad esempio, con l'aiuto di un piccolo "sedile di preghiera" e con le mani aperte - consente di raggiungere più facilmente questa attenzione a Dio; in tal caso, ancora, è saggio usare dolcemente "fratello asino" a servizio dello spirito.

(Tratto da: p. Jaques Philippe, *Un tempo per Dio*, R.n.S. 1994, pp. 69-73)

# Nuova religiosità e nuovi movimenti religiosi: indicazioni generali

**A** LLE SOGLIE del Terzo Millennio, nell'era, cosiddetta, post-moderna ciò che sta colpendo e ponendo all'attenzione comune è un nuovo risveglio della spiritualità, un rinnovato interesse per la religione, per il sacro. Il notevole moltiplicarsi e diffondersi, in Italia come in tutto il mondo, di nuovi movimenti religiosi e sette, lo conferma ampiamente. Questo sicuramente contraddice quanti avevano affermato che, con l'epoca moderna, con la secolarizzazione, in una società tendente all'ateismo e protesa al soddisfacimento di bisogni meramente materiali, in cui impera il relativismo che vuole l'esistenza di sole verità relative e secondo cui tutte le opinioni (soprattutto in campo religioso e morale) sono in fondo di uguale valore - minando così a quelle che sono le certezze della Chiesa cattolica, la verità in Gesù Cristo figlio di Dio e nostro unico salvatore - non ci poteva essere spazio per le faccende spirituali.

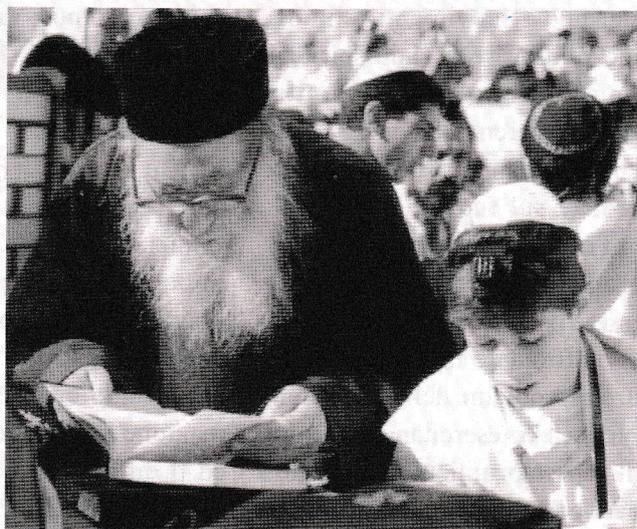
Questo proliferare di sette e nuove religioni, però, mentre da un lato dimostra il fondamentale bisogno dell'uomo di spiritualità, di Dio, dall'altro crea moltissimi

seri ed altrettanto pericolosi problemi. Come afferma Mons. Giuseppe Casale, arcivescovo di Foggia-Bovino e presidente del CESNUR (Centro Studi sulle Nuove Religioni), nella sua lette-

ra pastorale del 1993 Nuova religiosità e nuova evangelizzazione, bisogna stare molto attenti ed operare un cauto discernimento di fronte ai vari fenomeni religiosi dove alcuni di essi sono di dubbio valore spirituale.

Ma, prima di parlare di problemi e pericoli, vediamo quali possono essere le cause di questo rapido formarsi e dilagare di nuovi movimenti religiosi che spingono molte persone, soprattutto giovani, verso forme e dottrine tradizionalmente lontane da quella che è la propria cultura.

Oltre ai bisogni spirituali, afferma S. Em. il card. Francis Arinze nella sua relazione generale al Concistoro Straordinario



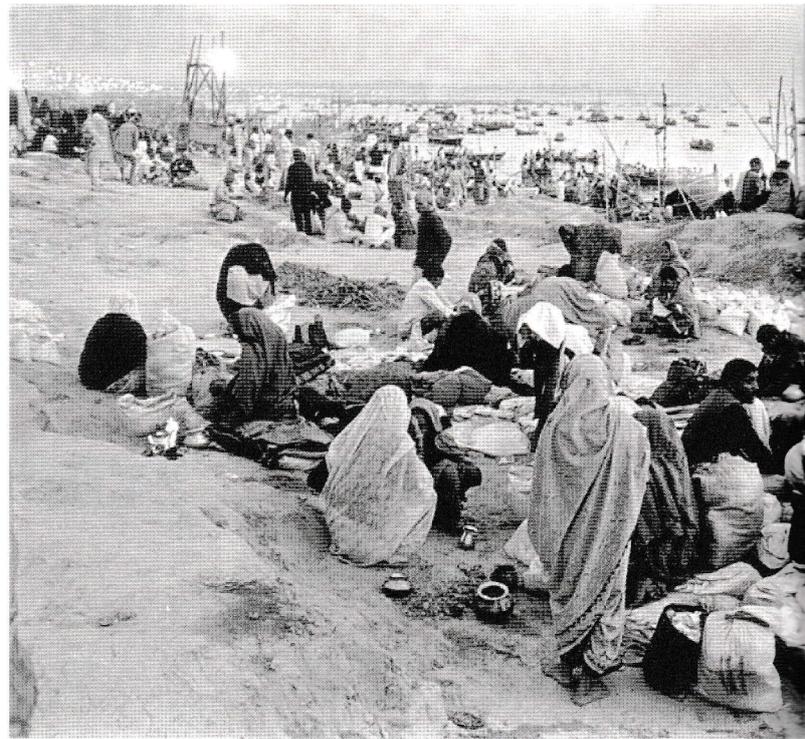
GERUSALEMME. Un anziano in preghiera accanto a un giovane che ha celebrato la Bar-Mitsvah

del 1991 - che possono essere di natura nuova o non avvertiti dalla Chiesa e dalle altre istituzioni religiose oppure a cui queste non hanno saputo rispondere, che da soli certamente non esauriscono i motivi dell'espandersi del fenomeno - bisogna aggiungere l'importante fattore di una scarsa conoscenza delle Sacre Scritture, frutto anche di una poco efficace o assente catechesi o di scarsa capacità degli ope-

ratori pastorali, che rende le persone ancora più deboli e vulnerabili a nuove proposte. L'incertezza, l'inquietudine e lo sconvolgimento derivati da un mondo che sta vivendo delle grosse trasformazioni, a loro volta, generano grosse confusioni e conducono ad una ricerca di una identità culturale di cui si avverte una forte domanda e che vari gruppi religiosi o pseudo-religiosi offrono in modo semplice ed immediato. Qui le persone troverebbero un ambiente piccolo, confortevole, amichevole, pronto ad offrire serenità e "valide" risposte ai vari interrogativi. A questi bisogna aggiungere quei nuovi movimenti religiosi, pseudo-religiosi e pseudo-spirituali che promettono rimedi contro malattie, sofferenze fisiche e psicologiche, che danno risposte certe ed immediate sul futuro, che offrono sistemi e stili di vita che condurrebbero ad un perfetto equilibrio e benessere psico-fisico, che porterebbero ad affrontare in modo sereno e maturo i problemi della vita, delle oasi felici che esercitano una forte attrattiva verso milioni di persone - cristiani compresi. Ancora, continua il card. Arinze, non bisogna sottovalutare che i nuovi movimenti religiosi trovano un facile terreno di sviluppo là dove la comunità ecclesiale è poco partecipe oppure dove si presenta in modo abitudinaria, fredda, distaccata e caratterizzata da una gerarchia tesa ad atteggiamenti prevalentemente burocratici. In questi casi i nuovi movimenti religiosi propongono un nuovo vigore, ruoli attivi, di primo piano, relazioni personali con Dio e con le Scritture. A tutto ciò, fattori economici e politici non vanno certamente esclusi: alcune sette e movimenti religiosi, infatti, svolgono attività per notevoli volumi d'affari con elevati giri economici. La Nota pastorale del Segretariato per l'ecumenismo e il dialogo della CEI L'impegno pasto-

rale della Chiesa di fronte ai nuovi movimenti religiosi e alle sette, afferma che ci sono organizzazioni, anche sovranazionali, che hanno interessi economici o politici per screditare e danneggiare la Chiesa cattolica e le altre chiese e comunità ecclesiali cristiane, temendo la loro opera di coscientizzazione della dignità umana e di impegno storico per un'autentica liberazione dell'uomo. Non è raro, pertanto, che tali organizzazioni provochino e sostengano la frantumazione dell'espressione religiosa ed il diffondersi delle sette. Infine, aggiunge S. Em. il card. Arinze, non dovremmo escludere, fra le spiegazioni del sorgere e della diffusione di sette o nuovi movimenti religiosi, l'azione del Diavolo, anche se questa azione è sconosciuta alla gente coinvolta. Su questo punto bisogna avere, però, molta prudenza: come ribadisce Mons. Giuseppe Casale l'esistenza e l'azione del Diavolo sono chiaramente affermate dalla dottrina cattolica, ma attenti a vedere l'azione del Diavolo dove non c'è e non vederla dove c'è.

Abbiamo inizialmente accennato a problemi e pericoli che i nuovi movimenti religiosi, pseudo-religiosi e pseudo-spirituali possono apportare. Essi rappresentano, come è stato sottolineato al Concistoro straordinario del 1991, una delle più



A DESTRA.  
CALCUTTA. Bagno rituale



grandi sfide che la Chiesa deve affrontare. Il nostro pontefice Giovanni Paolo II, il 12 ottobre 1992 a Santo Domingo inaugurando l'assemblea del CELAM (Consiglio Episcopale Latino Americano), ha affermato che le sette ed i nuovi movimenti pseudo-spirituali costituiscono, insieme alla secolarizzazione, l'altro grande ostacolo alla nuova evangelizzazione. Mons.



Giuseppe Casale, nella sua già citata lettera pastorale, ha articolato questa sfida in tre sfide che a diverso titolo interpellano la Chiesa: invitando sempre ad evitare incaute generalizzazioni, egli ha indicato una sfida sociale (che si esplica in varie forme di

A sinistra.

**ALLAHABAD.** Pellegrini giunti per il KUMBY MELA accampati sulle rive del Gange.



pericolosità sociale di gruppi, seppur rari come per esempio sette sataniche prevalentemente giovanili, che si macchiano di alcuni delitti quali violenza carnale o omicidio rituale, profanazione di tombe e cimiteri, ecc., o di altri la cui vita o metodi possono provocare, specialmente nei giovani, disturbi psichici. La sfida sociale abbraccia anche dimensioni economiche e politiche,

di cui abbiamo accennato sopra), una sfida culturale (alcuni gruppi religiosi o pseudo-religiosi diffondono una propria cultura che penetra nella mentalità collettiva ed influenza migliaia di persone e che facilmente può portare ad una rinnovata diffusione del relativismo con tutte le sue drammatiche conseguenze) ed infine una sfida pastorale (che si articola nel venir meno della coscienza della verità in Dio rimpiazzata da un vago spiritualismo che conduce al soggettivismo ed al panteismo, nel porre in discussione la nozione di salvezza di Gesù Cristo, considerato uno dei tanti personaggi della storia, ed infine, nel diffondere i nuovi movimenti religiosi gravi errori nel campo dell'eschatologia - dove già vige una diffusa ignoranza - inserendo credenze, come per esempio quella della reincarnazione, assolutamente incompatibili con la fede cattolica).

Alcuni nuovi movimenti religiosi si propongono ai cristiani come alternativi alla loro fede allontanandoli dall'unità e dalla comunione della Chiesa; altri invece dichiarano la non incompatibilità delle loro dottrine con la fede cattolica proponendo così una doppia appartenenza in un sincretismo assolutamente incompatibile con le verità della Chiesa che produce gravissime confusioni.

Il problema della nuova religiosità e dei nuovi movimenti religiosi, come ricorda altresì Massimo Introvigne, direttore del CESNUR, molti non l'hanno, purtroppo, ancora compreso e valutato a fondo: considerando gli appartenenti ai nuovi movimenti religiosi una percentuale ancora bassa della popolazione, lo credono marginale. Costoro, però, fermandosi sulla valutazione della sola appartenenza, non considerano l'area della credenza, non considerano cioè che l'area della nuova religiosità è molto più vasta, che il

numero delle persone che subiscono la loro influenza è molto più elevato: persone, per esempio, che pur definendosi cattoliche e che formalmente dichiarano che mai aderirebbero a nuovi movimenti religiosi, hanno appreso e maturato concetti e dottrine - come quella della reincarnazione di cui prima - con cui la fede cattolica non è in nessun modo conciliabile. Si pensi ancora a quanti si rivolgono a maghi, guaritori, partecipano a sedute spiritiche, espressioni da cui la Chiesa da sempre ha esortato di stare alla larga, oppure a quello che Massimo Introvigne ha chiamato "cattolicesimo di frangia", quei fenomeni cioè di rivelazioni private, apparizioni, veggenti e guaritori che si sviluppano ai margini delle comunità cristiane. La Chiesa Cattolica certamente ammette l'esistenza di simili fenomeni, ma invita alla cautela ed a prestare fede solo a quelli da Lei riconosciuti ufficialmente non ad altri che magari, non avendo ottenuto un riconoscimento ufficiale, si autoriconoscono ed autolegittimano e "da cui spesso vengono fuori casi in cui emergono teorie non cristiane di tipo spiritistico e reincarnazionista". Come ribadisce Mons. Giuseppe Casale, è la Chiesa che giudica la rivelazione privata non viceversa.

Dicevamo prima con il prof. Massimo Introvigne che molti ancora sottovalutano il fenomeno della nuova religiosità e dei nuovi movimenti religiosi. Lo studio, la conoscenza e l'informazione sui vari gruppi e movimenti certamente aiuterà a far cogliere meglio ed a fondo il problema. Molti sono già stati i vari interventi degli organi della Chiesa sull'argomento: abbiamo ricordato la Nota pastorale del Segretariato per l'ecumenismo ed il dialogo della CEI, il discorso tenuto dal Papa a Santo Domingo nel 1992 all'assemblea del CELAM, la rela-

zione del Card. Arinze al Concistoro Straordinario del 1991, la lettera pastorale di Mons. Giuseppe Casale del 1993, aggiungiamo il documento del 7 maggio 1986 Il fenomeno delle sette o nuovi movimenti religiosi che quattro organismi della Santa Sede - Segretariato per l'unione dei cristiani, Segretariato per i non cristiani, Segretariato per i non credenti, Pontificio Consiglio per la cultura - hanno prodotto, la lettera pastorale del Natale 1990 Cristo o l'Acquario del Card. Godfried Danneels - Arcivescovo di Malines-Bruxelles, accludiamo i numerosi lavori del CESNUR (che si sta imponendo a livello internazionale come una delle organizzazioni più autorevoli nello studio scientifico dei nuovi movimenti religiosi e della nuova religiosità), e quelli del GRIS (Gruppo di ricerca sulle sette) che offrono validi materiali informativi.

Proprio su questa linea, per una

maggior divulgazione delle notizie sulla questione delle nuove religioni e della nuova religiosità in genere, la redazione del periodico *Venite e Vedrete* ed il CESNUR propongono una serie di articoli che affrontano la problematica nei suoi vari aspetti: dai caratteri generali di cui al presente articolo, alla classificazione ed analisi delle varie tipologie e nuovi movimenti religiosi, alla trattazione della magia e della massoneria, ed infine al rapporto tra Chiesa e nuovi movimenti



Monaco Zen in preghiera.

religiosi con particolare attenzione all'atteggiamento generale da assumere in merito.

*Michele Di Cesare*



SEDE LEGALE

Via Oberdan, 13 - 71100 FOGGIA

SEDE SCIENTIFICA

Via Bertola, 86 - 10122 TORINO

*Per informazioni rivolgersi ai responsabili del Centro:*

PRESIDENTE

Mons. Giuseppe Casale,

Arcivescovo di Foggia-Bovino, via Oberdan, 13  
71100 FOGGIA - Tel. (0881) 723381 - Fax (0881) 609652

DIRETTORE

Dr. Massimo Introvigne, Via Bertola, 86  
10122 TORINO - Tel. (011) 723381 - Fax (011) 539563

SEGRETARIO

Dr. Michele Di Cesare, Via S. Tugini, 63  
71100 FOGGIA - Tel. e Fax (0881) 677364

Per un maggior approfondimento sulla questione generale delle Nuove religiosità e movimenti religiosi affrontato in questo numero, fare riferimento a:

- M. Introvigne, *Le nuove Religioni*, SugarCo, Milano 1989, Lire 35.000
- CESNUR, *Le nuove rivelazioni*, Elle Di Ci, Leumann (Torino) 1991, Lire 18.000
- M. Introvigne, *La questione della nuova religiosità, Cristianità*, Piacenza 1993, Lire 10.000
- Mons. G. Casale, *Nuova religiosità e nuova evangelizzazione. Lettera pastorale*, Piemme, Casale Monferrato (Alessandria) 1993, Lire 12.000
- E. Barker, *I nuovi movimenti religiosi. Un'introduzione pratica*, Mondadori, Milano 1992, Lire 18.000
- CESNUR, *L'Europa delle nuove religioni*, Elle Di Ci, Leumann (Torino) 1993, Lire 20.000
- L. Berzano-M. Introvigne, *La sfida infinita. La nuova religiosità nella Sicilia centrale*, Sciascia, Caltanissetta-Roma 1994, Lire 30.000.



# La preghiera personale: un amore di guerra

di Carlo Alberto Simonetti

**Q**UANDO ho cominciato a riflettere sulla preghiera personale, mi sono accorto che nulla si dovrebbe dire di essa, anzi nulla si può dire! Come si potrebbe infatti aprire il talamo dell'amore ad occhi indiscreti? Il luogo dell'incontro è segreto, è la propria camera, di cui si deve chiudere la porta. Meglio, si deve uscire di casa, andare in montagna e quindi chiudersi nella propria camera. Lo si deve fare isolandosi nella notte. Nei vangeli si parla della preghiera di Gesù in molti modi, ma questi sono significativi. Alcuni elementi, li ho già spezzati, e non vorrei esaurire la forza dei loro significati con sterili spiegazioni.

Penso che sappiamo esprimersi da soli.

"In quei giorni Gesù se ne andò sulla montagna, e passò la notte a pregare" (Lc. 6,12); "Al mattino si alzò quando ancora era buio e,

uscito di casa, si ritirò a pregare" (Mc. 1,35); "Tu invece, quando preghi, entra nella tua camera e, chiusa la porta, prega il Padre tuo nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà" (Mt. 6,6).

Della preghiera personale di Gesù sembrano descritti i preliminari, i luoghi, le modalità ambientali e temporali. Di come Gesù pregasse, non una parola. Certo abbiamo la preghiera che Gesù ci ha insegnato. Gli evangelisti riportano queste parole come risposta ad una sollecitazione dei discepoli. Volevano sapere come avrebbero dovuto pregare.

*"In quei giorni Gesù se ne andò sulla montagna, e passò la notte a pregare"  
Lc. 6,12;*

*"Al mattino si alzò quando ancora era buio e, uscito di casa, si ritirò a pregare"  
Mc. 1,35*

Sicché siamo autorizzati a presumere che il Signore si attenesse a quanto ci ha insegnato per la sua preghiera. Eppure queste considerazioni non riempiono il vuoto che il Vangelo sembra aver lasciato sulla preghiera personale di Gesù. Egli si ritirava e pregava tutta la notte! Restava solo, nella notte, senza altri occhi che i suoi. E il mio cuore trema al pensiero di quali occhi Gesù, vero Dio e vero uomo, usasse dentro la notte. È commovente pensare: a questo uomo che supera le tentazioni del deserto, e al suo modo di pregare. Non aveva forse rinunciato a salvare il

mondo con la potenza della sua divinità? Non aveva forse scelto di salvarci attraverso la sua umanità? Non aveva forse scelto di incarnarsi, e farsi uomo perché solo l'uomo doveva salvarsi ma senza poterlo perché debilitati, fattosi schiavo del suo peccato d'origine? Non aveva forse scelto di caricarsi tutto il peccato del mondo, e crocifiggere, questo peccato, nella sua carne mentre i fratelli lo abbandonavano, o crocifiggevano il suo Corpo? Non so rinunciare alla ipotesi commovente di Gesù nella notte, e ai suoi occhi di vero uomo, rimanere a tu per tu con il Padre. Nel mio cuore ho la certezza che Gesù per coerenza, scegliesse di pregare, ma di fare ogni cosa qui sulla terra, con la sua vera umanità. Sicché sono convinto che la notte dei suoi occhi è la notte che sarebbe possibile di vivere a ciascuno di noi.

Solo in un caso appare qualcosa di straordinario. Salgono su di monte, si ap-



## Uomini di preghiera per costruire la comunità carismatica

partano, e Luca dice "a pregare". Gli altri evangelisti non lo esplicitano, ma gli elementi della preghiera personale ci sono tutti: il luogo alto, e l'isolarsi. Questa volta è in compagnia, di Pietro, Giacomo e Giovanni, ma anche qui non sanno come descrivere la preghiera di Gesù, non possono forse. Ma vedono Gesù trasfigurato. Quasi tutta l'esegesi è ormai d'accordo nel ritenere che quel momento è un momento immenso di gioia donato a Gesù, in prossimità della estrema obbedienza: ma morte di croce. Un momento, unico nella esperienza umana di Gesù. Anche questo momento è caratterizzato dal racconto di qualcosa che viene dopo la preghiera. I discepoli, stanno con Lui, scelti per quella esperienza dal Signore stesso. Non parlano della preghiera di Gesù! Non sapevano cosa dire. Sono convinto che la preghiera personale è una uscita di casa per salire un colle dentro la notte, alla cima del quale ci attende il Getsèmani (torchio, in aramaico). Infatti questo luogo è l'unico nel quale ci si è stata descritta la preghiera personale di Gesù. La lettura in Marco di questo brano, se ripetuta più volte, a voce alta, alla fine ti spinge ad usare ritmi nervosi, disordinati. Sembra quasi che la scelta di

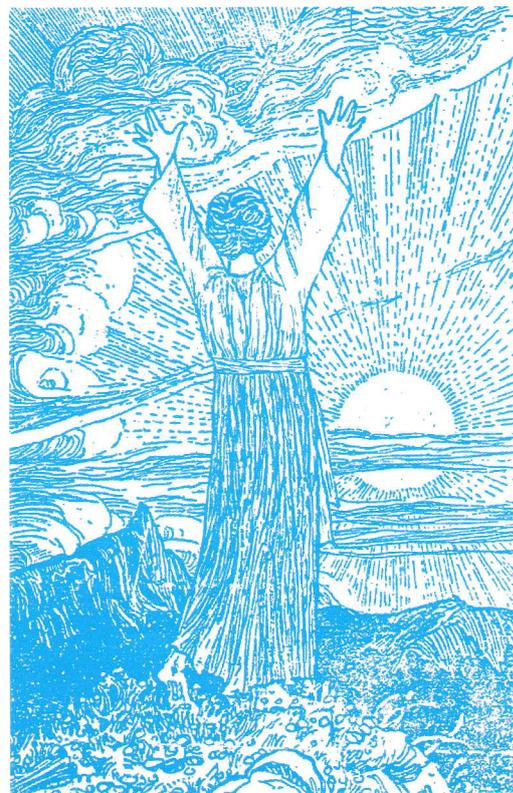
frasi aritmetiche, corte, concitate debbano riprodurre uno stato d'animo. Gesù: dice, va, si butta, si rialza, torna si

sente solo, rimprovera, prega, e ritorna, ora li lascia dormire. Questa preghiera è una guerra di ansie, di tristezze, di tentazioni, di senso di morte, di senso di debolezza. Si riconosce la prontezza dello spirito, ma si teme la debolezza della carne. È un campo di battaglia nel quale è impossibile ad ogni altro entrare. Chi si avvicina a questo luogo non riesce a vegliare neanche per un ora! Isolarsi, entrare nella notte, salire verso Dio sono azioni tipiche dello svuotamento di sé che la preghiera personale richiede. Gesù loda il Padre non adulando, ma guardando in faccia la sua anima triste fino alla morte. Riconoscendo cioè la sua realtà senza fare altro che patirla, chiedendo che se fosse possibile passasse da lui quella ora. Ancora il suo sentire umano "pulsava un'ora di dolore" che si vorrebbe fosse già passata.

***"Tu invece, quando preghi, entra nella tua camera e, chiusa la porta, prega il Padre tuo nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà"***  
**Mt. 6,6**

si è, o che si teme, o che deve venire. Forse tutti e tre questi casi. La debolezza è tale da indurti a ricercare aiuto nella preghiera e nella veglia degli altri. Gli altri che non possono entrare perché da questa guerra combattuta insieme nasce una conoscenza reciproca tra Creatore e creatura, tutta personale, esclusiva, segreta. La creatura si svuota di tutto ciò che ha e si specchia nuda nel creatore. Si vede riflessa nei suoi occhi, non si vede rigettata, si sente ed è amata, proprio in quella sua nudità. Impara, così, che nulla la potrà separare dall'amore di Dio. E quel riflesso è il talamo in cui lo

Una lode sposo, Lui solo, vuol vedere strana nuda la sua sposa. È il momento nel quale tu puoi chiedere qualsiasi cosa, e leggere questa, si esplica nella Sacra Scrittura le ragioni riconoscendo la stupore inenarrabile: come sa parlarti Dio! Come ti sa amare! E in un attimo lo capisci. È l'ora nella propria debolezza, l'ansia debilitante di venire incontro senza che ti rendano triste fino alla morte, e senza temere un dolore la debolezza della carne. Abbiamo una grazia tutta particolare, alla quale non pensiamo mai. La nostra debolezza, la nostra condizione di peccatori. Ogni giorno possiamo coglierla sempre più chiaramente negli occhi di Gesù Cristo il nostro dolce Signore che in questi luoghi ci ama. Nei luoghi di guerra. Questo amore di guerra è la preghiera personale. Forse.



## Scegliere la parte migliore

**M**ARTA e Maria erano sorelle. E, come accade non di rado nelle famiglie, erano animate da caratteri e sensibilità diversi: l'una forse più pratica ed operosa, mentre l'altra maggiormente disponibile all'ascolto ed alla contemplazione. Narra il Vangelo che Gesù non ebbe alcun dubbio: "Marta, Marta, tu 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, che non le sarà tolta" (Lc. 10, 41-42).

È giusta quindi la priorità stabilita da S. Benedetto nella sua Regola con la norma dell'"ora et labora", prega e lavora. E di una priorità, in effetti, si tratta. Nella vita spirituale del cristiano, la "parte migliore" è e resterà sempre lo stare alla presenza di Dio, nell'adorazione, nella preghiera, nell'ascolto, nella contemplazione. A ciò, segue necessariamente il "preoccuparsi ed

agitarsi per molte cose", che non rappresenta certo la parte peggiore - anzi! - ma forse solo quella successiva: è il momento delle opere, del servizio, dell'evangelizzazione, della missione.

Anche oggi, duemila anni dopo la visita di Gesù nella casa di Marta e Maria, c'è chi si sente chiamato a scegliere innanzi tutto la "parte migliore". Ed è proprio questa la vocazione della Comunità Agnus Dei di Perugia, nata oltre dieci anni or sono nell'ambito della Comunità Magnificat del RnS. Nell'ottobre 1984, infatti, due sorelle iniziarono a dedicarsi all'adorazione eucaristica presso la Cappella della Madonna della Luce. Successivamente, altre sorelle iniziarono l'esperienza comunitaria nei pressi dello storico complesso di San Manno. Attualmente, sono quattro le sorelle che compongono questa comunità di vita consacrata e che, sin dal maggio 1992, stanno anche sperimentando la convivenza. Sono intanto in corso i

## **La Comunità Agnus Dei di Perugia, costituitasi nel 1984, si dedica prevalentemente all'adorazione, alla contemplazione ed all'intercessione**

lavori di restauro della Cappella di San Manno e degli edifici annessi: il costo globale di questi lavori è stimato in 800 milioni di lire (di cui circa 300 sono stati già spesi) e, per questo scopo, continua la raccolta di offerte. A San Manno, prenderà dimora la Comunità Agnus Dei per proseguire nella sua opera di adorazione eucaristica e di intercessione, che comunque sarà anche aperta a tutti coloro che vorranno fare una nuova esperienza spirituale e di preghiera. "Venite e Vedrete" ha intervistato le sorelle di questa comunità, le quali hanno preferito rispondere comunitariamente.

**Com'è nata la Comunità Agnus Dei, con quale ispirazione e quale vocazione? Com'è articolata oggi? Quale servizio intende offrire?**

*La Comunità Agnus Dei è nata in seguito ad alcune pro-*

*fezie, su un tipo di vita interamente consacrata a Dio, che abbia come congregazione la Chiesa, che sia continuamente aperta all'azione dello Spirito, per glorificare Dio in modo nuovo. Siamo sottomesse ad una guida pastorale sotto l'approvazione del Vescovo. La nostra vocazione risponde ad una chiamata di adorazione, contemplazione ed intercessione; perciò è una vita che deve testimoniare la Gerusalemme Celeste, dove tempio, luce e tutto è l'Agnello, che noi adoriamo nell'Eucarestia. Nelle nostre case, ci sarà chi è sempre rivolto all'Agnello e chi è vicino alla porta per aprirla ai fratelli che arrivano. Oggi stiamo camminando verso la realizzazione di questo progetto di Dio e stiamo ancora alla fase iniziale. È difficile, perciò, spiegare con chiarezza come è articolata la nostra comunità. Sentiamo di*



dover essere aperte allo Spirito, perché "il vento soffia dove vuole e ne senti la voce, ma non sai di dove viene e dove va: così è di chiunque è nato dallo Spirito" (Gv. 3,8).

Il nostro servizio consiste nell'offrire alla città ed alla Diocesi di Perugia luoghi in cui trovare la presenza eucaristica di Gesù, e cioè San Manno e la Madonna della Luce: quest'ultima è aperta già da dieci anni, grazie all'aiuto dei fratelli della Comunità Magnificat che si susseguono nei turni di adorazione. È questa la novità della nostra spiritualità: unire il mondo esterno all'adorazione dell'"Agnus Dei" nella Chiesa. Per ora, ci sono queste due cappelle aperte per l'adorazione quotidiana, anche se San Manno è momentaneamente chiusa per restauri.

Questa è la parte prioritaria della nostra chiamata, insieme alla preghiera di intercessione, anche per i casi più difficili, e poi l'accoglienza come ascolto delle persone bisognose. La comunità vive dei proventi del proprio lavoro, mettendo tutto in comune.

**Che ruolo hanno la preghiera personale e quella comunitaria nelle attività della vostra comunità?**

La preghiera, sia personale che comunitaria, è per noi il



San Manno: luogo scelto da Dio per iniziare un'opera di adorazione e intercessione

pane, cioè il nutrimento spirituale. Ci siamo proposte di viverla in maniera incessante e ne vogliamo fare la base su cui costruire ogni giorno il cammino di vita. È il primo punto di revisione di vita, il più importante. La nostra preghiera personale è vissuta davanti al SS. Sacramento, almeno un'ora al giorno. Ci siamo anche impegnate a vivere la preghiera della Chiesa nelle varie ore liturgiche ed un momento di preghiera carismatica per ascoltare la Parola di Dio e fare revisione di vita.

**Sin dall'inizio, la vostra opera ha dovuto superare vari ostacoli, sul piano organizzativo (ad esempio, la ristrutturazione del complesso di San Manno), come su quello spirituale e vocazionale. Che importanza ha avuto la preghiera in questi**

**frangenti?**

È proprio attraverso la preghiera e l'obbedienza alla nostra guida pastorale che abbiamo potuto superare i vari ostacoli, prendendo le dovute decisioni.

**Nella Chiesa cattolica, come pure nel RnS, si sta riscoprendo la vocazione alla vita consacrata, anche in forme nuove. Sulla base della vostra esperienza, dove condurrà questa riscoperta?**

La Chiesa è sempre in cammino nella riscoperta delle cose. Gesù, poi, è un fondatore che non muore mai e bisogna lasciargli fare sempre cose nuove. Oggi, c'è questa riscoperta della vita consacrata, ma solo perché ci sono forme nuove; altrimenti la vita consacrata è stata sempre un punto fermo nella Chiesa. Le forme nuove servono per esse-

re "al passo con i tempi".

Oggi, c'è bisogno di riscoprire, nella vita consacrata, l'essere più che l'agire. E se noi rispondiamo alla chiamata di essere spose di Cristo, di essere profeti del Regno dei cieli, ciò a cui potremo arrivare non potrà essere altro che una maggiore comunione, un mettere al servizio, gli uni degli altri, i propri carismi, edificando così la Chiesa che attende questi nuovi frutti.

**La vostra vocazione, focalizzata principalmente sull'adorazione e sull'intercessione, vi consente anche di impegnarvi nell'evangelizzazione? Come?**

Oltre al servizio che offriamo alla Comunità Magnificat, secondo il nostro carisma e le nostre possibilità, anche il lavoro, in tutte le sue forme, viene vissuto come mezzo di evangelizzazione.

Coloro che fossero interessati a prendere contatto con la Comunità Agnus Dei, potranno scrivere a Via Fra Giovanni da Pian di Carpine, 70 - 06127 Perugia, oppure telefonare allo 075/5005133. Quanti, invece, volessero far giungere le proprie offerte per la ristrutturazione del complesso di San Manno potranno versarle sul c/c postale n. 14616064 intestato a: "Associazione Magnificat - Via dei Pellari, 20 - 06123 Perugia", specificando la causale del versamento.

*Padre Paolino Beltrame Quattrocchi, nato a Roma nel 1909, iniziò la sua vita monastica nel 1924, nell'Abbazia Benedettina di San Paolo fuori le Mura e successivamente in quella di San Giovanni Evangelista in Parma, dove rimase per 34 anni svolgendo un'intensa attività sociale e pastorale.*

*Nel 1962 passò all'Ordine dei Trappisti, nel Monastero di Frattocchio, alle porte di Roma. Dal 1978 ricopre la carica di postulatore Generale per le Cause dei Santi del suo Ordine. È il terzo di quattro fratelli, tutti consacrati. E tra le tante cause che sta portando avanti c'è anche quella dei suoi genitori. Il secondo periodo della sua esperienza monastica è stato caratterizzato, tra l'altro, da una feconda e molteplice produzione editoriale nel campo ascetico, liturgico e agiografico. A lui abbiamo chiesto di raccontarci dove nasce la sua preghiera, e in che modo questa riesca a costruire e ad incontrare la sua comunità.*

## **Vertice e Orizzonti. Sul piccolo spiazzo del Golgota due strade s'incontrarono: la strada di Dio e quella degli uomini**

**S**'INCONTRARONO formando una croce: la Croce di Gesù. La strada di Dio, discendendo verticalmente dal cuore del Padre, attraversò quella degli uomini e si inserì perfettamente nella nostra storia. Il punto di incrocio era e resta il cuore di Cristo, plasmato nel seno della Vergine Maria. La croce risulta di due legni, che s'intersecano e si completano a vicenda. Uno si protende al vertice, l'altro agli orizzonti. La nostra preghiera si inserisce in questa linea "verticale". La linea del Cristo storico che si svolge e si narra da quel "discese dal cielo" fino al trionfante "salì al cielo". In quella linea trova forza e fondamento, trova riscontro e certezza. È lì che nasce e si alimenta la preghiera assidua. È lì che la propria sofferenza, e quella delle persone care, si sublima e si trasforma in gioia. È lì che si concretizza la perseverante crescita di fede, di speranza e di carità. In questa preghiera si alimenta la nostra fiducia in Dio, nella consapevole certezza che l'amore del Padre celeste per quel figlio è infinitamente più grande del nostro. La

mia preghiera allora diviene, lungo l'asse della Croce di Cristo, una continua ascesi al Padre. E mentre comincio a sollevarmi e ad arrampicarmi verso il Cristo crocifisso, sotto gli occhi della Madre piangete e confortatrice, assolutamente indispensabile alla mia preghiera, m'incontro coi piedi trafitti di Gesù. Piedi che mi hanno sempre inseguito e che han lasciato le loro orme di sangue affinché io potessi ritrovare la via. M'incontro con le sue ginocchia, scorticate nel suo prostrarsi mille volte al fianco delle mie cadute.

M'incontro col suo dorso, tutto illividito dai flagelli fino ad arrivare al suo cuore trafitto. È questa la via della preghiera. Una via nella quale Lui mi attira, mi solleva e risolve, mi perdona e ripre-

da, mi sostiene, mi incoraggia e mi riveste della dolce purezza del suo sguardo. Ma Gesù è risorto.

È risalito al Padre. E nel risalire al cielo non è più come quando è disceso. Egli infatti ha allargato le braccia sulla Croce, per tenderle all'infinito, all'amplesso salvifico di tutti gli uomini, perché tutti potessero aggrapparsi a quelle braccia inchiodate, in ogni tempo e in ogni luogo.

È questa la seconda dimensione della Croce, la sua linea "orizzontale" parte essenziale ed inscindibile del Cristo totale. Egli è infatti sceso dal cielo per questo: "per noi e per la nostra salvezza".

La linea orizzontale è la linea dei fratelli, ed è la ragion d'essere di quella ver-



ticale, quella del Verbo fatto carne. Senza di essa non avremmo la Croce. Ed ecco allora che attaccato saldamente alle due solide braccia del Cristo, crocifisso nei miei fratelli, tutti redenti con me, io mi sento più saldo, più sorretto, più forte. Non sono più io solo, col mio nulla, con il peso del mio peccato, a protendermi in Gesù verso il padre. Ma all'improvviso mi trovo al livello dell'Ecclesia: mi trovo nella mia comunità, chiamato sì, ad offrire il mio cuore e le mie braccia ai fratelli, ma anche pronto a ricevere, allo stesso tempo, il flusso di bene che si riversa sul mio cuore dai cuori dei miei fratelli. Fratelli come me in marcia verso l'eternità, bene o male impegnati nella lotta per la ricerca della verità e per la conquista del bene infinito. Nel cuore di Cristo si fondono dunque la linea eretta della vicenda divina con la linea trasversale della vicenda umana, e il mio inserimento in entrambe, come in una medesima realtà, fa sì che ogni mia sofferenza o supplica o stimolo hanno come conseguenza diretta un mio approfondirmi in amore e in preghiera, nel Cuore di Lui, accelerando la mia ascesa in senso verticale.

Il Cristo glorioso che "di nuovo verrà nella gloria per giudicare i vivi e i morti", è il Cristo che ha saldato nel suo Cuore le due linee, e che nei secoli glorificherà il Padre in un solo eterno palpito d'amore con il suo Corpo Mistico "che è la Chiesa".

Il mio primo incontro di preghiera con il Cristo che salva, avviene, dunque, sulla linea verticale, che conduce al Padre.

Ma il Padre a cui Gesù mi ha insegnato a rivolgermi, di cui mi ha dato "il potere di divenire figlio", non è altri che IL PADRE NOSTRO che è nei cieli!

Non mi è possibile, dunque arrivare

al colloquio intimo, filiale, affettuoso con LUI, che è al sommo della linea verticale se non passando attraverso le braccia aperte della linea orizzontale, al livello di carità profonda verso TUTTI I MIEI FRATELLI, membra con me e come me del Corpo Mistico di Cristo.

Solo così, quando si manifesterà il "Cristo totale" - fisico e mistico, Capo e membra - "nostra vita", potremo spinge-

re lo sguardo fino alla meta del nostro APPARIRE CON LUI NELLA GLORIA.

Perché così, come gli apostoli nel Cenacolo, "perseverando unanimi nella orazione, CON MARIA MADRE DI GESU' saremo capaci di ricevere quella Pentecoste per cui sarà "lo Spirito stesso a pregare in noi con voce inenarrabile".

*Padre Paolino Beltrame Quattrocchi*

## La preghiera personale e la comunità

**F**ACENDO un cammino comunitario si comprende ben presto che i fratelli non sono un ostacolo, ma il tramite per raggiungere Dio, e che la Comunità, questa realtà unica in cui il Signore ha posto per Sua scelta alcuni di noi, ci insegna anche l'importanza della preghiera personale. In Comunità noi impariamo a porre la nostra vita nella mano del fratello, a pregare per lui ogni giorno, ma soprattutto ad avere un tempo di preghiera personale giornaliero - queste sono alcune delle regole della Comunità della SS. Eucaristia di Torino - a cui ciascuno si attiene essendo consapevole che dal proprio operare dipende il bene del fratello. Lo stare davanti al Signore per ricercare la Sua volontà, per capire quello che Lui vuole da me sapendo che parla al mio cuore nel silenzio, per fondere la mia volontà alla Sua, questa mi pare un poco l'essenza della preghiera personale che viene facilitata dalla Comunità sapendo che così fanno tutti i fratelli, che alcuni forse più occupati di me trovano il tempo per stare con Lui con fedeltà ed assiduità, che tutti cercano di offrire a Lui

le primizie del proprio tempo e non gli scarti. Tutti abbiamo sperimentato che denunciare la mancanza di tempo è alibi in quanto se ci affidiamo al Signore diveniamo capaci di compiere le stesse cose in tempi brevissimi; inoltre purtroppo significa essere ancora nell'idolatria e non avere messo Dio al primo posto nella nostra vita. La preghiera personale mi pare basata non su emozioni, ma sull'impegno a cercare innanzitutto e più di tutto il Signore, è la decisione di anteporre la Sua volontà alla nostra a qualunque costo. Enzo Bianchi ha affermato che la preghiera personale è la fatica di ogni giorno e che il tralasciarla è un fatto gravissimo, un attentato alla fede perché la 'preghiera è eloquenza della fede'. Se non si ascolta Dio, se non si parla con Lui allora si parla di Dio, facendo di Lui soltanto un'esperienza parlata, ma non vissuta. Nel rapporto di comunione con Lui noi impariamo che Dio è l'essenza dell'amore "Chi non ama non ha conosciuto Dio perché Dio è amore... Noi abbiamo riconosciuto e creduto all'amore che Dio ha per noi. Dio è amore: chi sta nell'amore dimora in Dio



e Dio dimora in Lui". Abbiamo ormai tutti capito che 'lavorare non è pregare', ma grazie alla preghiera il nostro lavoro diviene preghiera; inoltre siamo capaci di vera carità soltanto dopo essere stati davanti alla fonte vera della carità che è Dio, dopo averLo contemplato, invocato, dopo averne accolto il Suo amore, altrimenti tutto diviene sterile, un semplice fatto esteriore. Tutto il nostro esse-

re deve tendere alla santità avendo come modello Gesù che rivela continuamente l'importanza della preghiera personale e del posto che questa occupa nella Sua vita. Egli prega spesso sul monte 'Congedata la folla, sali sul monte, solo, a pregare. Venuta la sera Egli se ne stava ancora solo lassù'. Come Matteo, anche Luca e Marco ci presentano così Gesù 'un giorno, mentre si trovava in un luogo

appartato a pregare...', è al mattino si alzò quando era ancora buio e, uscito di casa si ritirò in un luogo deserto e là pregava'. Egli non cerca soltanto l'intimità con il Padre, ma vuole fare la volontà del Padre, 'Mio cibo è fare la volontà con Colui che mi ha mandato e compiere la sua opera'. L'unione di Gesù con il Padre è anche ciò che deve diventare giorno per giorno la nostra preghiera, come ha scritto il Card. Ballestrero. Infatti grazie alla preghiera noi non ci preoccupiamo più di quelle che noi vogliamo, ma soltanto di quello che desidera il Signore. Infatti la forza che noi riceviamo sempre dalla preghiera è la volontà di Dio che permea la nostra stessa volontà. Questa fusione con Dio armonizzerà tutto il nostro essere, rendendoci liberi, semplificando i nostri programmi, sgombrando la nostra vita da tanti orpelli materiali superflui, riconducendoci all'essenza per cui siamo stati creati: amare il Signore che ci ama. Noi, credo, non dobbiamo fare sforzi, propositi, ma essere certi che consegnando al Signore la nostra volontà Lui non l'annulla, ma, al contrario, la vivifica, facendoci conoscere la vera felicità che non è quella che credevamo di possedere prima di conoscere Lui. D'altra parte, la preghiera di Gesù è anche quello che attira coloro che gli sono più vicini, ed è lo strumento che Gli permetterà di trionfare sulle tentazioni, mostrandoci al tempo stesso che anche la nostra preghiera ci aiuterà a superare i nostri ostacoli, facendoci fare ogni giorno un passo avanti nel divenire ricolmi dell'amore del Signore; esattamente come spesse volte Gli diciamo mediante il canto 'riempici di Te'.

## L'orologio non lo guardo più

**E** DA POCO che ho scoperto il dono della preghiera. Eppure non sono una neoconvertita. Pensavo di "saper pregare": pregavo al mattino ed alla sera come ogni buon cristiano, e partecipavo con assiduità anche alla preghiera comunitaria del Rinnovamento. Poi mi fu detto che una vita spirituale solida non si può costruire senza un'incontro quotidiano con Dio nel segreto del cuore: che significava? Mi accorsi, man mano, di quante difficoltà in realtà avessi a passare un po' di tempo in intimità con Dio! Quando pregavo mi sembrava di parlare da sola e che nessuno mi ascoltasse. A volte mi sentivo addirittura ridicola. Credevo che il problema lo dovessi risolvere "studiando": cosa dire, quali formule usare, quale schema seguire, quale tempo considerare come "minimo", ecc. Per fortuna i fratelli mi hanno aiutato, dicendomi che l'importante è avere desiderio di incontrarsi con Gesù senza misurare i risultati e che, se avessi perseverato, la mia relazione con Dio si sarebbe trasformata: dovevo però resistere alla tentazione di mollare. Finché un giorno

una frase udita in una catechesi mi è rimasta scolpita nel cuore: pregare e scoprire di avere un Padre! Concetto chissà quante ascoltato e ripetuto nella preghiera del Padre Nostro, ma ora mi appariva in una luce nuova. Capii finalmente che con le mie forze non potevo farcela: dovevo abbandonarmi all'azione dello Spirito Santo. Ed è avvenuto il miracolo: il passaggio dalla lettera che uccide allo Spirito che dà la vita! (cfr. 2 Cor. 3,6). L'esperienza dei giorni successivi è stata quella di non pregare più perché "si deve fare", ma perché ne sentivo il bisogno: avevo capito che a dedicare del tempo a Dio ero io che ci andavo a guadagnare. Lui, puntualmente, era lì ad aspettarmi... pronto a donarmi "gratis" il suo amore. Mi venne quindi spontaneo prendere l'abitudine di rivolgermi a Dio in macchina, per strada, nei momenti di pausa... Non che le difficoltà ora siano sparite, ma posso dire che la mia vita spirituale è veramente cambiata. Il momento di preghiera non sempre è un idillio, ma l'orologio non lo guardo più.

*Magda di Salerno  
Comunità Magnificat - Salerno*

*Elena Accati  
Comunità SS. Eucaristia*



# Nella mia preghiera benedico Dio per benedire i fratelli

**Q**UASI senza accorgermene avevo cessato di pregare. L'ansia continua di provvedere alle cose di tutti i giorni, il lento e progressivo ascolto dei discorsi degli altri, la fatica e il peso delle beghe quotidiane portato sempre più da sola sulle mie sole spalle aveva finito, mio malgrado, per allontanare ed infine escludere quasi Dio dalle mie giornate. Non è neppure vero che non pregassi più: qualche rosario forse un po' distratto dalle banalità delle occupazioni, varie invocazioni e qualche benedizione costellavano ancora il mio rapporto personale col Signore, ma avevo interrotto ormai quel dialogo filiale che prima era fatto di domande espresse e di risposte ascoltate e soprattutto di lettura profetica delle Scritture e di esame attento della vita alla luce della Grazia. Avevo vissuto un tempo della mia esistenza in cui tutto era preghiera: svegliarsi era canto di lode, ascoltare gli altri e parlare era tuffarmi nel campo delle meraviglie di Dio benedicendolo per avermici chiamata... e così tutto il giorno fino all'Eucarestia, all'incontro personale col Salvatore, quando di parole non c'era bisogno ed era sovrabbondante lasciarmi abbracciare da Gesù e sentirmi abitata dal suo Amore. Poi era venuto il deserto. C'è un deserto di prova che rientra nei piani di Dio e che esclude il sentimento, ma nel perseverare della volontà temprava l'amore dell'anima attraverso la libera scelta che si rinnova ad ogni attimo. Questo era ben altro deserto! Era il deserto della dispersione, quello da cui nasce lo sguardo pungente, in cui cresce il giudizio e si moltiplica la critica, presuntuosamente "costrutti-

va", mentre la discussione scoraggia ogni speranza e si edifica il castello dei difetti e delle colpe altrui. La cosa grave era la corallità del fenomeno. Non capitava solo a me, ma a troppi altri. Perché?

Troppa gente era in crisi e, incontrandosi, anziché lodare Dio o progettare e agire per il bene degli altri, recriminava sui torti dei responsabili o comunque degli assenti, troppe volte questa frase: "Basta! esco dalla comunità!". La preghiera intensa dei tempi della conversione e della gioia dello stare insieme aveva dato acqua alla pianta della fede, ma ora che per tanti motivi veniva a mancare faceva crollare prima la fiducia nell'opera degli uomini, nella loro buona fede e Dio veniva allontanato dalla quotidianità.

- "Io non apro più la bibbia per avere una parola profetica!

- Io non ho più il senso che Dio mi parla nel profondo del cuore!

- Io non vado più alla Messa tutti i giorni, le occupazioni non me lo permettono, ma a volte non lo faccio anche potendo!

- Io non ho un tempo di preghiera personale! Non recito più la liturgia delle ore!"

Qual è il problema? È tutto in queste quattro frasi emblematiche di per sé di tante situazioni spirituali realmente vissute oggi dai fratelli che fanno o hanno fatto un cammino comunitario. "Gli errori degli uomini - si dice - hanno deluso e scoraggiato chi ne ha visti troppi". Ma è poi vero? Quale parte di Chiesa non ha fatto errori, li ha corretti ed è cresciuta? Il problema reale, profondo è un altro. Quando non ci si nutre di preghiera costante, la nostra fede non riceve una speranza capace di andare oltre il limite della ragione

e della critica; se poi la si abbandona del tutto, crolla ogni effettiva possibilità di mettersi in costruttivo rapporto con Dio per aspettarsi da Lui tutto ciò che nel tempo gli uomini, deludendoci, non riescono a realizzare. Il giorno in cui nella mia vita ho capito questo, ho ricominciato a vivere perché ho ricominciato a pregare. Pregare veramente ed incessantemente, come raccomanda Gesù, non significa bisbigliare sempre orazioni o invocazioni, ma è cosa molto, molto più seria. Mi è stato insegnato come pregare, attraverso l'esperienza preziosa dei santi e dei fratelli, eppure è cosa così personale e particolare che è diversa per ogni tempo ed ogni occasione; così devo reimpararla ogni giorno. Apro gli occhi alla vita e benedico il Padre, offro la mia giornata e devo poi ricordarmi ad ogni opera difficile o dolorosa che è lì che si consacra la mia offerta. Leggo e medito la Scrittura, ma poi nell'azione la confermo, perché ruminata dal mio cervello ed entrata nel mio cuore si concretizza nelle opere che faccio, rinnovi e risani la mia vita, le relazioni con gli altri e li benedica attraverso la mia benedizione. Ho imparato e reimparo a benedire per vincere con il bene il male, perché ho sperimentato che "il male prende vita intorno a me dalle mie sfiducie, dagli scoraggiamenti, dai niente cambierà. Se benedico chi mi ferisce, chi bestemmia, chi maledice, se intercedo presso il trono di Dio con la mia benedizione io sto veramente come Mosè con le braccia alzate per tutto il popolo e se altri intorno a me fanno altrettanto, troverà forza il popolo che attende la salvezza".

*Francesca Menghini*

*Comunità Magnificat - Perugia*

Brani tratti da:

CEI, CATECHISMO DELLA CHIESA CATTOLICA,

CONGREGAZIONE DOCTRINA FIDEI, *Alcuni aspetti della meditazione cristiana*, Lettera ai Vescovi della Chiesa Cattolica.

## La preghiera come dono di Dio

«La preghiera è l'elevazione dell'anima a Dio o la domanda a Dio di beni convenienti». Da dove noi partiamo pregando? Dall'altezza del nostro orgoglio e della nostra volontà o «dal profondo» (Sal. 130,1) di un cuore umile e contrito? È colui che si umilia ad essere esaltato. L'umiltà è il fondamento della preghiera. «Nemmeno sappiamo che cosa sia conveniente domandare» (Rm. 8,26). L'umiltà è la disposizione necessaria per ricevere gratuitamente il dono della preghiera: «L'uomo è un mendicante di Dio». «Se tu conoscessi il dono di Dio!» (Gv. 4,10). La meraviglia della preghiera si rivela proprio là, presso i pozzi dove andiamo a cercare la nostra acqua: là Cristo viene ad incontrare ogni essere umano; egli ci cerca per primo ed è lui che ci chiede da bere. Gesù ha sete; la sua domanda sale dalle profondità di Dio che ci desidera. Che lo sappiamo o no, la preghiera è l'incontro della sete di Dio con la nostra sete. Dio ha sete che noi abbiamo sete di lui. «Tu gliene avresti chiesto ed egli ti avrebbe dato acqua viva» (Gv. 4,10). La nostra preghiera di domanda è paradossalmente una risposta. Risposta al lamento del Dio vivente: «Essi hanno abbandonato me, sorgente d'acqua viva, per scavarsi cisterne, cisterne screpolate» (Ger. 2,13), risposta di fede alla promessa gratuita della salvezza, risposta d'amore alla sete del Figlio unigenito. (Catechismo della Chiesa Cattolica, 2559-2561)

## La preghiera come Alleanza

La preghiera cristiana è una relazione di Alleanza tra Dio e l'uomo in Cristo. È azione di Dio e dell'uomo; sgorga dallo Spirito Santo e da noi, interamente rivolta al Padre, in unione con la volontà umana del Figlio di Dio fatto uomo. (C.C.C., 2564)

## La preghiera come Comunione

Nella Nuova Alleanza la preghiera è la relazione vivente dei figli di Dio con il loro Padre infinitamente buono, con il Figlio suo Gesù Cristo e con lo

Spirito Santo. La grazia del Regno è «l'unione della Santa Trinità tutta intera con lo spirito tutto intero». La vita di preghiera consiste quindi nell'essere abitualmente alla presenza del Dio tre volte Santo e in comunione con lui. Tale comunione di vita è sempre possibile, perché, mediante il Battesimo, siamo diventati un medesimo essere con Cristo. La preghiera è cristiana in quanto è comunione con Cristo e si dilata nella Chiesa, che è il suo Corpo. Le sue dimensioni sono quelle dell'Amore di Cristo. (C.C.C., 2565)

## La chiamata universale alla preghiera

L'uomo è alla ricerca di Dio. Mediante la creazione Dio chiama ogni essere dal nulla all'esistenza. Coronato «di gloria e di splendore» (Sal. 8,6), l'uomo, dopo gli angeli, è capace di riconoscere che il Nome del Signore «è grande... su tutta la terra» (Sal. 8,2). Anche dopo aver perduto la somiglianza con Dio a causa del peccato, l'uomo rimane ad immagine del suo Creatore. Egli conserva il desiderio di colui che lo chiama all'esistenza. Tutte le religioni testimoniano questa essenziale ricerca da parte degli uomini. Dio, per primo, chiama l'uomo. Sia che l'uomo dimentichi il suo Creatore oppure si nasconda lontano dal suo Volto, sia che corra dietro ai propri idoli o accusi la divinità di averlo abbandonato, il Dio vivo e vero chiama incessantemente ogni persona al misterioso incontro della preghiera. Questo passo d'amore del Dio fedele viene sempre per primo nella preghiera; il passo dell'uomo è sempre una risposta. Man mano che Dio si rivela e rivela l'uomo a se stesso, la preghiera appare come un appello reciproco, un evento di Alleanza. Attraverso parole e atti, questo evento impegna il cuore. Si svela lungo tutta la storia della salvezza. (C.C., 2566-2567)

## Nella pienezza del tempo

L'evento della preghiera ci viene pienamente rivelato nel Verbo che si è fatto carne e dimora in mezzo a noi. Cercare di comprendere la sua preghiera, attraverso ciò che i suoi testimoni ci dicono di essa nel Vangelo, è avvicinarci al Santo Signore Gesù come al Roveto ardente: dapprima contemplarlo mentre prega, poi ascoltare come ci insegna a pregare, infine



conoscere come egli esaudisce la nostra preghiera. (C.C.C., 2598)

## Gesù maestro di preghiera

«Un giorno Gesù si trovava in un luogo a pregare e, quando ebbe finito, uno dei discepoli gli disse: “Signore, insegnaci a pregare”» (Lc. 11,1). Non è forse anzitutto contemplando il suo Maestro orante che nel discepolo di Cristo nasce il desiderio di pregare? Può allora impararlo dal Maestro della preghiera. È contemplando ed ascoltando il Figlio che i figli apprendono a pregare il Padre. Gesù si ritira spesso in disparte, nella solitudine, sulla montagna, generalmente di notte, per pregare.

Egli porta gli uomini nella sua preghiera, poiché egli ha pienamente assunto l'umanità nella sua Incarnazione, e li offre al Padre offrendo se stesso. Egli, il Verbo che «si è fatto carne», nella sua preghiera umana partecipa a tutto ciò che vivono i «suoi fratelli» (Eb. 2,12); compatisce le loro infermità per liberarli da esse. Proprio per questo il Padre l'ha mandato. Le sue parole e le sue azioni appaiono allora come la manifestazione visibile della sua preghiera «nel segreto». Come Gesù prega il Padre e rende grazie prima di ricevere i suoi doni, così egli ci insegna questa audacia filiale: «Tutto quello che domandate nella preghiera, abbiate fede di averlo ottenuto» (Mc. 11,24). Tale è la forza della preghiera: «Tutto è possibile per chi crede» (Mc. 9,23), con una fede che non dubita. Quanto Gesù è rattristato dalla «incredulità» (Mc. 6,6) dei discepoli e dalla «poca fede» (Mt. 8,26) dei suoi compaesani, tanto si mostra pieno di ammirazione davanti alla fede davvero grande del centurione romano e della cananea. La preghiera di fede non consiste soltanto nel dire: «Signore, Signore», ma nel disporre il cuore a fare la volontà del Padre (Mt. 7,21). Gesù esorta i suoi discepoli a portare nella preghiera questa passione di collaborare al Disegno divino. Ancor più, quando la nostra preghiera è unita a quella di Gesù, il Padre ci dà l'«altro Consolatore perché rimanga» con noi «per sempre, lo Spirito di verità» (Gv. 14, 16-17). Questa novità della preghiera e delle sue condizioni appare attraverso il Discorso di addio. Nello Spirito Santo, la preghiera cristiana è comunione di amore con il Padre, non solamente per mezzo di Cristo, ma anche in lui: «Finora non avete chiesto nulla nel mio nome. Chiedete e otterrete, perché la vostra gioia sia piena» (Gv. 16,24). (C.C.C., 2601-2602.2610-2611.2615)

## Alle sorgenti della preghiera

Lo Spirito Santo è «l'acqua viva» che, nel cuore orante, «zampilla per la vita eterna» (Gv. 4,14). È lui che ci insegna ad attingerla alla stessa Sorgente: Cristo. Nella vita cristiana ci sono delle fonti dove Cristo ci attende per abbeverarci dello Spirito Santo. (C.C.C., 2652)

## La Parola di Dio

La Chiesa «esorta con forza e insistenza tutti i fedeli... ad apprendere “la sublime scienza di Gesù Cristo” con la frequente lettura delle divine Scritture... Però la lettura della Sacra Scrittura dev'essere accompagnata dalla preghiera, affinché possa svolgersi il colloquio tra Dio e l'uomo; poiché “gli parliamo quando preghiamo e lo ascoltiamo quando leggiamo gli oracoli divini”». I Padri della vita spirituale, parafrasando Mt. 7,7, così riassumono le disposizioni del cuore nutrito dalla Parola di Dio nella preghiera: «Cercate leggendo e troverete meditando; bussate pregando e vi sarà aperto dalla contemplazione». (C.C.C., 2653-2654)

## La Liturgia della Chiesa

La missione di Cristo e dello Spirito Santo che, nella Liturgia sacramentale della Chiesa, annunzia, attualizza e comunica il Mistero della salvezza, prosegue nel cuore che prega. I Padri della vita spirituale talvolta paragonano il cuore a un altare. La preghiera interiorizza ed assimila la Liturgia durante e dopo la sua celebrazione. Anche quando è vissuta «nel segreto» (Mt. 6,6), la preghiera è sempre preghiera della Chiesa, è comunione con la Santissima Trinità. (C.C.C., 2655)

## La vita di preghiera

La preghiera è la vita del cuore nuovo. Deve animarci in ogni momento. Noi, invece, dimentichiamo colui che è la nostra Vita e il nostro Tutto. Per questo i Padri della vita spirituale, nella tradizione del Deuteronomio e dei profeti, insistono sulla preghiera come «ricordo di Dio», risveglio frequente della «memoria del cuore»: «È necessario ricordarsi di Dio più spesso di quanto si respiri». Ma non si può pregare «in ogni tempo» se non si prega in determinati momenti, volendolo: sono i tempi forti della preghiera cristiana, per intensità e durata. La Tradizione della Chiesa propone ai fedeli dei ritmi di preghiera destinati ad alimentare la preghiera continua. Alcuni sono quotidiani: la preghiera del mattino e della sera, prima e dopo i pasti, la Liturgia delle Ore. La domenica, al cui centro sta l'Eucaristia, è santificata soprattutto mediante la preghiera. Il ciclo dell'anno liturgico e le sue grandi feste rappresentano i ritmi fondamentali della vita di preghiera dei cristiani. Il Signore conduce ogni persona secondo strade e modi che a lui piacciono. Ogni fedele, a sua volta, gli risponde secondo la risoluzione del proprio cuore e le espressioni personali della propria preghiera. Tuttavia la tradizione cristiana ha conservato tre espressioni maggiori della vita di preghiera: la preghiera vocale, la medi-



tazione, l'orazione. Esse hanno in comune un tratto fondamentale: il raccoglimento del cuore. Tale vigilanza nel custodire la Parola e nel rimanere alla presenza di Dio fa di queste tre espressioni dei momenti forti della vita di preghiera. (C.C.C., 2697-2699)

## La preghiera vocale

Con la sua Parola Dio parla all'uomo. E la nostra preghiera prende corpo mediante parole, mentali o vocali. Ma la cosa più importante è la presenza del cuore a colui al quale parliamo nella preghiera. «Che la nostra preghiera sia ascoltata dipende non dalla quantità delle parole, ma dal fervore delle nostre anime». La preghiera vocale è una componente indispensabile della vita cristiana. Ai discepoli, attratti dalla preghiera silenziosa del loro Maestro, questi insegna una preghiera vocale: il «Padre nostro». Gesù non ha pregato soltanto con le preghiere liturgiche della sinagoga; i Vangeli ce lo presentano mentre esprime ad alta voce la sua preghiera personale, dalla esultante benedizione del Padre, fino all'angoscia del Getsemani. Il bisogno di associare i sensi alla preghiera interiore risponde ad una esigenza della natura umana. Siamo corpo e spirito, e quindi avvertiamo il bisogno di tradurre esteriormente i nostri sentimenti. Dobbiamo pregare con tutto il nostro essere per dare alla nostra supplica la maggior forza possibile. (C.C.C., 2700-2702)

## L'orazione

Che cosa è l'orazione? Santa Teresa risponde: «L'orazione mentale, a mio parere, non è che un intimo rapporto di amicizia, nel quale ci si intrattiene spesso da solo a solo con quel Dio da cui ci si sa amati». L'orazione cerca «l'amore dell'anima mia» (Ct. 1,7). È Gesù e, in lui, il Padre. Egli è cercato, perché il desiderio è sempre l'inizio dell'amore, ed è cercato nella fede pura, quella fede che ci fa nascere da lui e vivere in lui. Si può meditare anche nell'orazione, ma lo sguardo è rivolto al Signore. La scelta del tempo e della durata dell'orazione dipende da una volontà determinata, rivelatrice dei segreti del cuore. Non si fa orazione quando si ha tempo: si prende il tempo di essere per il Signore, con la ferma decisione di non riprenderglielo lungo il cammino, qualunque siano le prove e l'aridità dell'incontro. Non si può meditare sempre; sempre si può entrare in orazione, indipendentemente dalle condizioni di salute, di lavoro o di sentimento. Il cuore è il luogo della ricerca e dell'incontro, nella povertà e nella fede. Così l'orazione è la più semplice espressione del mistero della preghiera. L'orazione è un dono, una grazia; non può essere accolta che nell'umiltà e nella povertà. L'orazione è un rapporto di alleanza, concluso da Dio nella profondità del nostro essere. L'orazione è comunione: in essa la Santissima Trinità conforma l'uomo, immagine di Dio, «a sua somiglianza». L'orazione è anche il tempo forte per eccellenza della preghiera. Durante l'orazione, il Padre ci rafforza potentemente con il suo Spirito

nell'uomo interiore, perché Cristo abiti per la fede nei nostri cuori e noi veniamo radicati e fondati nella carità. La contemplazione è sguardo di fede fissato su Gesù. «Io lo guardo ed egli mi guarda» diceva al suo santo curato il contadino d'Ars in preghiera davanti al Tabernacolo. Questa attenzione a lui è rinuncia all'«io». Il suo sguardo purifica il cuore. La luce dello sguardo di Gesù illumina gli occhi del nostro cuore; ci insegna a vedere tutto nella luce della sua verità e della sua compassione per tutti gli uomini. (C.C.C., 2709-2710.2713.2715)

## Il combattimento della preghiera

La preghiera è un dono della grazia e da parte nostra una decisa risposta. Presuppone sempre uno sforzo. I grandi oranti dell'Antica Alleanza prima di Cristo, come pure la Madre di Dio e i santi con lui ce lo insegnano: la preghiera è una lotta. Contro chi? Contro noi stessi e contro le astuzie del Tentatore che fa di tutto per distogliere l'uomo dalla preghiera, dall'unione con il suo Dio. Si prega come si vive, perché si vive come si prega. Se non si vuole abitualmente agire secondo lo Spirito di Cristo, non si può nemmeno abitualmente pregare nel suo Nome. Il «combattimento spirituale» della vita nuova del cristiano è inseparabile dal combattimento della preghiera. (C.C.C., 2752)

## Di fronte alle difficoltà della preghiera

La difficoltà abituale della nostra preghiera è la distrazione. Può essere relativa alle parole e al loro senso, nella preghiera vocale; può invece riguardare, più profondamente, colui che preghiamo, nella preghiera vocale (liturgica o personale), nella meditazione e nell'orazione. Andare a caccia delle distrazioni equivarrebbe a cadere nel loro tranello, mentre basta tornare al nostro cuore: una distrazione ci rivela ciò a cui siamo attaccati, e questa umile presa di coscienza davanti al Signore deve risvegliare il nostro amore preferenziale per lui, offrendogli risolutamente il nostro cuore, perché lo purifichi. Qui si situa il combattimento: nella scelta del Padrone da servire. Positivamente, la lotta contro il nostro io possessivo e dominatore è la vigilanza, la sobrietà del cuore. Quando Gesù insiste sulla vigilanza, essa è sempre relativa a lui, alla sua venuta nell'ultimo giorno ed ogni giorno: «oggi». Lo Sposo viene a mezzanotte; la luce che non deve spegnersi è quella della fede: «Di Te ha detto il mio cuore: cercate il suo Volto» (Sal. 27,8). Un'altra difficoltà, specialmente per coloro che vogliono sinceramente pregare, è l'aridità. Fa parte dell'orazione nella quale il cuore è insensibile, senza gusto per i pensieri, i ricordi e i sentimenti anche spirituali. È il momento della fede pura, che rimane con Gesù nell'agonia e nella tomba. «Il chicco di grano... se muore, produce molto frutto» (Gv. 12,24). Se l'aridità è dovuta alla mancanza di radice, perché



la Parola è caduta sulla pietra, il combattimento rientra nel campo della conversione. (C.C.C., 2729 – 2731)

## Difronte alle tentazioni nella preghiera

La tentazione più frequente, la più nascosta, è la nostra mancanza di fede. Si manifesta non tanto in una incredulità dichiarata, quanto piuttosto in una preferenza di fatto. Quando ci mettiamo a pregare, mille lavori o preoccupazioni, ritenuti urgenti, si presentano come prioritari; ancora una volta è il momento della verità del cuore e del suo amore preferenziale. Talvolta ci rivolgiamo al Signore come all'ultimo rifugio: ma ci crediamo veramente? Talvolta prendiamo il Signore come alleato, ma il cuore è ancora nella presunzione. In tutti i casi, la nostra mancanza di fede palesa che non siamo ancora nella disposizione del cuore umile: «Senza di me non potete far nulla» (Gv. 15,5). Un'altra tentazione, alla quale la presunzione apre la porta, è l'accidia. Con questo termine i Padri della vita spirituale intendono una forma di depressione dovuta al rilassamento dell'ascesi, ad un venir meno della vigilanza, alla mancata custodia del cuore. «Lo spirito è pronto, ma la carne è debole» (Mt. 26,41). Quanto più si cade dall'alto, tanto più ci si fa male. Lo scoraggiamento, doloroso, è l'opposto della presunzione. L'umile non si stupisce della propria miseria; essa lo conduce ad una maggior fiducia, a rimaner saldo nella costanza. (C.C.C., 2732, 2733)

## La confidenza filiale

La confidenza filiale è messa alla prova - e si manifesta - nella tribolazione. La difficoltà principale riguarda la preghiera di domanda, per sé o per gli altri nell'intercessione. Alcuni smettono perfino di pregare perché, pensano, la loro supplica non è esaudita. Qui si pongono due interrogativi: Perché riteniamo che la nostra domanda non sia stata esaudita? In che modo la nostra preghiera è esaudita, «efficace»? (C.C.C., 2734)

## Perseverare nell'amore

«Pregate incessantemente» (1 Ts. 5,17), «rendendo continuamente grazie per ogni cosa a Dio Padre nel Nome del Signore nostro Gesù Cristo» (Ef. 5,20); «pregate incessantemente con ogni sorta di preghiere e di suppli- che nello Spirito, vigilando a questo scopo con ogni perseveranza e pregando per tutti i santi» (Ef. 6,18). «Non ci è stato comandato di lavorare, di vegliare e di digiunare continuamente, mentre la preghiera incessante è una legge per noi». Questo ardore instancabile non può venire che dall'amore.

Contro la nostra pesantezza e la nostra pigrizia il combattimento della preghiera è quello dell'amore umile, confidente, perseverante. Questo amore apre i nostri cuori su tre evidenze di fede, luminose e vivificanti: Pregare è sempre possibile: il tempo del cristiano è quello di Cristo risorto, che è con noi «tutti i giorni» (Mt. 28,20), quali che siano le tempeste. Il nostro tempo è nelle mani di Dio. (C.C.C., 2742-2743)

## La preghiera personale: preghiera della Chiesa

Da quanto è stato ricordato derivano subito alcune conseguenze. Se la preghiera del cristiano deve inserirsi nel movimento trinitario di Dio, il suo contenuto essenziale dovrà necessariamente essere anche determinato dalla duplice direzione di tale movimento: nello Spirito Santo il Figlio viene nel mondo per riconciliarlo col Padre attraverso le sue opere e le sue sofferenze; d'altra parte, nello stesso movimento e nel medesimo Spirito, il Figlio incarnato ritorna al Padre, compiendo la sua volontà mediante la passione e la risurrezione. Il «Padre nostro», la preghiera di Gesù, indica chiaramente l'unità di questo movimento: la volontà del Padre deve realizzarsi sulla terra come in cielo (le richieste di pane, di perdono, di protezione esplicitano le dimensioni fondamentali della volontà di Dio verso di noi) affinché una nuova terra viva e si sviluppi nella Gerusalemme celeste. È alla chiesa che la preghiera di Gesù viene consegnata («così voi dovete pregare», Mt. 6,9) e per questo la preghiera cristiana, anche quando avviene nella solitudine, in realtà è sempre all'interno di quella «comunione dei santi» nella quale e con la quale si prega, tanto in forma pubblica e liturgica quanto in forma privata. Pertanto, essa deve compiersi sempre nello spirito autentico della chiesa in preghiera e quindi sotto la sua guida, che può concretizzarsi talvolta in una direzione spirituale sperimentata. Il cristiano, anche quando è solo e prega nel segreto, ha la consapevolezza di pregare sempre in unione con Cristo, nello Spirito Santo, insieme con tutti i santi per il bene della chiesa.

(CONGREGAZIONE PER LA DOTTRINA DELLA FEDE, *Alcuni aspetti della meditazione cristiana*, Lettera ai vescovi della Chiesa cattolica, Collana Magistero, n. 159, Edizioni Paoline, 7)

## La vita cristiana dell'unione con Dio

Per trovare la giusta «via» della preghiera, il cristiano considererà ciò che è stato precedentemente detto a proposito dei tratti salienti della via di Cristo, il cui «cibo è fare la volontà di colui che (lo) ha mandato a compiere la sua opera» (Gv. 4,34). Gesù non vive con il Padre un'unione più intima e più stretta di questa, che per lui si traduce continuamente in una profonda preghiera. La volontà del Padre lo invia agli uomini, ai peccatori, addirittura ai suoi uccisori ed egli non può essere più intimamente unito al Padre che ubbi-



dendo a questa volontà. Ciò non impedisce in alcun modo che nel cammino terreno egli si ritiri anche nella solitudine per pregare, per unirsi al Padre e ricevere da lui nuovo vigore per la sua missione nel mondo. Sul Tabor, dove certamente egli è unito al Padre in maniera manifesta, viene evocata la sua passione (cfr. Lc. 9,31) e non viene neppure presa in considerazione la possibilità di permanere in «tre tende» sul monte della trasfigurazione. Ogni preghiera contemplativa cristiana rinvia continuamente all'amore del prossimo, all'azione e alla passione, e proprio così avvicina maggiormente a Dio.

(CONGREGAZIONE PER LA DOTTRINA DELLA FEDE, *Alcuni aspetti della meditazione cristiana*, op. cit., 13)

## Metodi di preghiera

La ricerca di Dio mediante la preghiera deve essere preceduta e accompagnata dalla ascesi e dalla purificazione dei propri peccati ed errori, perché secondo la parola di Gesù soltanto «i puri di cuore vedranno Dio» (Mt 5,8). Il Vangelo mira soprattutto a una purificazione morale dalla mancanza di verità e di amore e, su un piano più profondo, da tutti gli istinti egoistici che impediscono all'uomo di riconoscere e accettare la volontà di Dio nella sua purezza. Non sono le passioni in quanto tali a essere negative (come pensavano gli stoici e i neoplatonici) ma la loro tendenza egoistica. Dovrà perciò essere interpretata rettamente la dottrina di quei maestri che raccomandano di «svuotare» lo spirito da ogni rappresentazione sensibile e da ogni concetto, mantenendo però una amorosa attenzione a Dio. Il vuoto di cui Dio ha bisogno è quello della rinuncia al proprio egoismo, non necessariamente quello della rinuncia alle cose create che egli ci ha donato e tra le quali ci ha posti. Sant'Agostino è su questo punto un maestro insigne: se vuoi trovare Dio, dice, abbandona il mondo esteriore e rientra in te stesso. Tuttavia, prosegue, non rimanere in te stesso, ma oltrepassa te stesso, perché tu non sei Dio: Egli è più profondo e più grande di te. «Restare in se stessi» ecco il vero pericolo. Il grande Dottore della Chiesa raccomanda di concentrarsi in se stessi, ma anche di trascendere l'io che non è Dio, ma solo una creatura.

(CONGREGAZIONE PER LA DOTTRINA DELLA FEDE, *Alcuni aspetti della meditazione cristiana*, op. cit., 18-19)

## L'illuminazione

Nel cammino della vita cristiana alla purificazione segue l'illuminazione mediante l'amore che il Padre ci dona nel Figlio e l'unzione che da lui riceviamo nello Spirito Santo (cfr. 1 Gv. 2,20). Fin dall'antichità cristiana si fa riferimento alla «illuminazione» ricevuta nel battesimo. Essa introduce i fedeli, iniziati ai divini misteri, alla conoscenza di Cristo mediante la fede

che opera per mezzo della carità. Anzi, alcuni scrittori ecclesiastici parlano in modo esplicito dell'illuminazione ricevuta nel battesimo come fondamento di quella sublime conoscenza di Cristo Gesù (cfr. Fil. 3,8) che viene definita come «theoria» o contemplazione.

(CONGREGAZIONE PER LA DOTTRINA DELLA FEDE, *Alcuni aspetti della meditazione cristiana*, op. cit., 21)

## L'unione mistica

Il cristiano orante, infine, può arrivare, se Dio lo vuole, a una esperienza particolare di unione. I sacramenti, soprattutto il battesimo e l'eucaristia, sono l'inizio obiettivo dell'unione del cristiano con Dio. Su questo fondamento, per una speciale grazia dello Spirito, l'orante può essere chiamato a quel tipo peculiare di unione con Dio che, nell'ambito cristiano, viene qualificato come mistica. Certamente il cristiano ha bisogno di determinati tempi di ritiro nella solitudine per raccogliersi e ritrovare, presso Dio, il suo cammino. Ma dato il suo carattere di creatura, e di creatura che sa di essere al sicuro solo nella grazia, il suo modo di avvicinarsi a Dio non si fonda su alcuna tecnica nel senso stretto della parola. Ciò contraddirebbe lo spirito d'infanzia richiesto dal Vangelo. La mistica cristiana autentica non ha niente a che vedere con la tecnica: è sempre un dono di Dio, di cui chi ne beneficia si sente indegno.

(CONGREGAZIONE PER LA DOTTRINA DELLA FEDE, *Alcuni aspetti della meditazione cristiana*, op. cit., 22-23)

## Doni dello Spirito Santo e carismi

A proposito della mistica si deve distinguere tra i doni dello Spirito Santo e i carismi accordati in modo totalmente libero da Dio. I primi sono qualcosa che ogni cristiano può ravvivare in sé attraverso una vita zelante di fede, di speranza e di carità e così, attraverso una seria ascesi, arrivare a una certa esperienza di Dio e dei contenuti della fede. Quanto ai carismi san Paolo dice che essi sono soprattutto in favore della chiesa, degli altri membri del corpo mistico di Cristo (cfr. 1 Cor. 12,7). A questo proposito, va ricordato sia che i carismi non possono essere identificati con dei doni straordinari («mistici») (cfr. Rm. 12, 3-21), sia che la distinzione fra i «doni dello Spirito Santo» e i «carismi» può essere fluida. Certo è che un carisma fecondo per la chiesa non può, nell'ambito neotestamentario, venir esercitato senza un determinato grado di perfezione personale e che, d'altra parte, ogni cristiano «vivo» possiede un compito peculiare (e in questo senso un «carisma») «per l'edificazione del Corpo di Cristo» (cfr. Ef. 4, 15-16), in comunione con la gerarchia, alla quale «spetta soprattutto di non estinguere lo Spirito, ma di esaminare tutto e ritenere ciò che è buono» (LG. n. 12).

(CONGREGAZIONE PER LA DOTTRINA DELLA FEDE, *Alcuni aspetti della meditazione cristiana*, op. cit., 25)

## È solo l'inizio

Domenica 30 aprile 1995 la Comunità N.S. di Czestochowa ha vissuto una giornata di evangelizzazione presso la parrocchia romana di cui porta il nome. Sono convenuti numerosi fratelli di gruppi e comunità del Lazio per sostenere questa missione. L'iniziativa è stata coordinata da Paolo Di Rocco del ministero di evangelizzazione regionale, dalla Comunità Charis di Roma, dalla Corale regionale e dal gruppo pastorale della Comunità N.S. di Czestochowa.

Nella mattina si è svolta una evangelizzazione nella piazza adiacente la chiesa. Il momento è stato contrassegnato da canti, annunci, volantinaggio e inviti personali. Durante le celebrazioni eucaristiche veniva fatto un annuncio sulla Signoria di Gesù, mentre fuori della chiesa era stato allestito uno stand di vendita di pubblicazioni del RnS. L'evangelizzazione in piazza veniva sostenuta dall'intercessione dinanzi al SS. Sacramento nella sala del-

la comunità. Il momento culminante della giornata si è tenuto nel pomeriggio con la partecipazione di Kim Kollins che insieme alla Corale regionale e ai fratelli della Comunità Charis ci faceva vivere due ore straordinarie di preghiera, testimonianze, canti ed annunci. Sul palco allestito per l'occasione all'aperto, oltre allo striscione con la scritta: Gesù è il Signore, troneggiava l'icona della Vergine N.S. di Czestochowa e il Crocifisso. L'immagine che si proiettava ai nostri occhi,

molto suggestiva, sembrava un pezzetto di paradiso sceso in mezzo a noi. "Questo è SOLO L'INIZIO!" ha ripetuto Kim Kollins ai presenti. "Se qualcuno questa sera ha sentito una chiamata di Dio, siamo pronti ad accoglierlo" hanno risposto i responsabili della comunità. La benedizione del parroco D. Domenico Grandoni Osb suggellava una giornata memorabile che si concludeva con danze festose. Il canto finale "Ci libererà il Signor" era un grido di vittoria e certezza che la mano del Si-

gnore ci avrebbe condotto alla liberazione e alla guarigione. Il Suo pressante invito era ad arrendersi al Suo amore, perché solo quando ci saremo arresi a Lui, Egli ci potrà usare attraverso vie che la nostra povera immaginazione non può neppure immaginare. Per questo crediamo che Egli in questo giorno abbia gridato forte alla Sua Chiesa queste parole: "Di quanto voglio realizzare in mezzo a te è SOLO L'INIZIO!"

*Comunità N.S.  
di Czestochowa - Roma*

## A Salerno la comunione

Uno dei problemi che a volte hanno le comunità del Rinnovamento è vincere la diffidenza che nasce nei loro confronti da parte dei gruppi. Tale diffidenza non ha, in genere, motivazioni particolari: è alimentata solo dalla scarsa conoscenza o, nei casi più gravi, dal pregiudizio.

A Salerno il problema è stato superato a pié pari. In

che modo? La ricetta è semplice: un reciproco desiderio di conoscersi, di apprezzare i carismi gli uni degli altri, di dare insieme testimonianza della risurrezione di Gesù. La Comunità di Salerno, interrogatasi su come avviare una evangelizzazione sistematica pur contando su scarse risorse, ha deciso di aprire la propria giornata comunita-

ria a tutti coloro che vogliono parteciparvi. Il timore era che venisse sciupata una preziosa occasione di familiarizzazione all'interno della comunità. Ma ora possiamo veramente dire: Grazie Gesù che ci hai impedito di fare tre tende! L'ultima giornata comunitaria ha visto la presenza di oltre 500 persone estranee alla comunità; ma non è



Siano rese grazie al Padre per averci condotti fin qui, alla sequela di Gesù crocifisso e risorto che risplende di luce gloriosa. Finalmente la Comunità nata dal Gruppo Maria di Foggia ha un nome: Gesù Luce. Da Maria non poteva infatti che nascere Gesù che illumina il nostro cammino, unico riferimento in questo mondo avvolto dalle tenebre. Ma questo non è che l'evento rappresentativo di un cammino faticoso e, nello stesso tempo, ricco di grazia. Difatti, in quest'ultimo periodo, sono avvenuti alcuni significativi cambiamenti. Il Pastorale del Gruppo, che fino a non molto tempo fa guidava sia il Gruppo che la Comunità, di comune accordo, si è diviso in Pastorale del Gruppo propriamente detto, e Pastorale

## Portare la luce sino ai confini del Regno

della Comunità. Questo ha significato per il Gruppo di preghiera la possibilità di inserirsi ancora più profondamente nella Parrocchia che lo ospita, divenendo in pratica un gruppo parrocchiale; per la Comunità, invece, è stato lo stimolo per continuare ad essere la guida spirituale e profetica del Gruppo non limitando però la sua opera al solo Gruppo Maria ma servendo altri gruppi in formazione e, in pratica, mettendosi al servizio della Diocesi e del Vescovo. È stato questo un passo non semplice, soprattutto per un Gruppo come il nostro, nato 18 anni fa, che ha visto sempre coincidere la Comunità

nata al suo interno con il Gruppo stesso. Ma le perplessità sono state vinte grazie anche alla guida del nostro Assistente Spirituale e per il fatto che queste linee venivano confermate dalla Commissione Nazionale per le Comunità. Tutto questo si è poi concretizzato nella stesura di una Regola "ad experimentum" che verrà presentata al discernimento del nostro Arcivescovo e che costituirà la traccia principale su cui edificare. Ma c'è un altro aspetto di questa chiamata che si affaccia, una provocazione di Dio con cui dobbiamo confrontarci e a cui rispondere. Avvertiamo cioè che il servizio che la

Comunità può offrire non dovrebbe esaurirsi solo con l'animazione dei Gruppi di Preghiera o all'interno del Rinnovamento ma essere segno concreto nel mondo, mattone visibile di questo Regno. Non sappiamo ancora cosa questo possa significare per noi; forse si concretizzerà con un impegno maggiore in una delle azioni di apostolato che già svolgiamo (visita ai carcerati, accoglienza di ex tossicodipendenti) o forse sarà qualcosa di totalmente nuovo. Per ora rimaniamo in preghiera e in ascolto. Questa testimonianza può essere forse di aiuto per quei Gruppi o Comunità immobilizzate dalla paura dei cambiamenti, dall'immobilismo che deriva dal pensare: "È sempre stato così...". Proprio queste ultime esperienze ci hanno insegnato che Dio ha in serbo cose sempre nuove e più grandi per coloro che lo servono. Ma ha bisogno di "sognatori" che abbiano anche il coraggio di interrogarsi ed eventualmente abbattere le proprie sicurezze, i propri recinti in cui si ha la presunzione di rinchiodare e conservare tutta la luce di Gesù. Il Regno è sempre oltre; è immenso. Come il Cuore di Dio.

Antonio Io Polito  
Comunità Gesù Luce - Foggia

## si allarga a macchia d'olio

questo il dato importante. In un clima di stima e rispetto per i carismi di ciascuno, gli altri gruppi non sono stati dei semplici spettatori, ma hanno svolto un ruolo attivo e di responsabilità rispetto a questa iniziativa: chi si è occupato dell'accoglienza, chi dell'animazione della preghiera, chi della liturgia, ecc. La giornata comuni-

taria si è rivelata uno strumento utilissimo sia per invitare i "lontani", che possono incontrarsi con Gesù in occasione di questo ritiro alla portata di tutti, e sia per i gruppi nascenti, ancora giovani per organizzarsi da soli un ritiro mensile, ma tanto desiderosi di approfondire la spiritualità del Rinnovamento. La Comunità esce molto edifica-

ta da queste esperienze e arricchita dai doni degli altri fratelli del Rinnovamento. Ancora una volta abbiamo toccato con mano come sono vere le parole di Gesù: "Se il chicco di grano caduto in terra non muore, rimane solo, se invece muore produce molto frutto" (Gv. 12,24).

Giancarlo Giordano  
Comunità Magnificat - Salerno

# I Padri ci insegnano a costruire le Comunità

a cura di Tarcisio Mezzetti

## La preghiera Personale

PADRI erano convinti che nulla potesse aprire il cuore alla grazia di Dio quanto la preghiera. Siccome tutti siamo chiamati alla santità ed a ricercare la perfezione e poiché questo si ottiene solo per effetto della grazia e non per le opere, si vede chiaramente l'indispensabilità di una forte e costante preghiera personale perché questa grazia ci trasformi. Dovendo raccogliere ciò che i Padri hanno scritto sulla preghiera personale nessun brano mi è quindi sembrato così necessario per dare inizio a questa puntata della rubrica quanto il seguente, scritto da Gregorio il Sinaita in un suo opuscolo sulla vita di san Gregorio di Tessalonica: "Qualcuno non pensi, fratelli miei cristiani, che soltanto i sacerdoti e i monaci, e non i secolari abbiano il dovere di pregare incessantemente e continuamente. No, no! Tutti noi cristiani abbiamo il dovere di trovarci sempre in preghiera. Per questo il santissimo patriarca di Costantinopoli Filoteo scrive nella vita di san Gregorio di Tessalonica che il divino Gregorio aveva un amico carissimo di nome Giobbe, uomo semplicissimo e molto virtuoso. Una volta, conver-

sando con lui, il santo gli parlò anche della preghiera e gli disse che ogni cristiano in quanto tale deve lottare sempre per la preghiera e pregare incessantemente come ordina l'apostolo Paolo a tutti i cristiani indistintamente: «Incessantemente pregate», e come dice anche il profeta Davide, che pure era re e aveva tutte le preoccupazioni del suo regno: «Contemplavo il Signore davanti a me sempre», cioè: «Vedo intellettualmente, nella preghiera, davanti a me il Signore, sempre». Il Teologo Gregorio ammaestra tutti i cristiani e dice loro che dobbiamo ricordarci del nome di Dio nella preghiera più frequentemente di quanto non respiriamo. Dicendo il santo queste cose al suo amico Giobbe e molte altre, gli diceva anche che noi dobbiamo ubbidire agli ordini dei santi e che non solo dobbiamo noi stessi continuamente pregare, ma anche insegnare agli altri, tutti indistintamente, monaci e laici, dotti e ignoranti, uomini, donne e bambini, ed esortarli a pregare incessantemente. Udendo ciò il vecchio Giobbe trovò nuova la cosa e si mise a contendere e a dire al santo che il pregare incessantemente è soltanto degli asceti e

dei monaci che sono fuori del mondo e dalle distrazioni, e non dei secolari che hanno tante preoccupazioni e affari. Il santo gli portava altre testimonianze e prove incontestabili, ma il vecchio Giobbe non si convinceva. Il divino Gregorio, per evitare il molto parlare e la contesa, tacque e ciascuno se ne andò nella sua cella. Più tardi, mentre Giobbe pregava nella sua cella da solo, gli apparve un angelo del Signore mandato da Dio, che vuole la salvezza di tutti gli uomini. Dopo che lo ebbe molto rimproverato per aver conteso con san Gregorio ed essersi opposto a cose evidenti dalle quali proviene la salvezza dei cristiani, gli comandò da parte del Dio santo di fare ben attenzione per il futuro e di guardarsi dal dire alcunché di contrario a una simile opera, che tanto giovamento reca all'anima, perché ciò è contrario alla volontà di Dio. Gli disse che anzi nemmeno con l'intelletto doveva ardire di accogliere un pensiero che si opponesse a ciò e avere un parere diverso da quanto gli aveva detto il divino Gregorio. Allora quel semplicissimo vecchio Giobbe se ne andò subito dal santo, gli si gettò ai piedi chiedendo



perdono per l'opposizione e la contesa, e gli manifestò quanto gli aveva detto l'angelo del Signore [...]. Ma cosa dicono i secolari? «Noi siamo immersi in tanti affari e preoccupazioni del mondo. Come è possibile che preghiamo incessantemente?». Ed io rispondo loro: Dio non ci ha comandato nulla di impossibile, ma solo tutto quello che possiamo fare, quello ci ha comandato. Perciò anche questo può essere realizzato da chiunque cerchi laboriosamente la salvezza della propria anima. Perché se fosse impossibile, lo sarebbe indistintamente per tutti i secolari e non si troverebbero nel mondo tanti e tanti che lo realizzano" [Gregorio il Sinaita, "Dalla vita di San Gregorio Arcivescovo di Tessalonica il taumaturgo come occorra che tutti i cristiani indistintamente preghino incessantemente", «Filocalia», 4, pp. 521-523]. Pregare dunque incessantemente è cosa possibile anche per coloro che hanno compiti gravosi e ricoprono uffici molto importanti. Scrive ancora Gregorio il Sinaita nella stessa opera: "Tra questi sarebbe un esempio per molti il padre di san Gregorio di cui sopra, quel meraviglioso Costantino che, pur essendo fra le cose riguardanti il re ed essendo chiamato padre e maestro del re Andronico, e occupandosi ogni giorno degli affari regali, senza contare gli affari della sua casa - era molto ricco, aveva molti possedimenti, servi, figli e moglie - con tutto ciò era talmente inseparabile da Dio e tal-

mente dedito all'incessante preghiera dell'intelletto che più volte dimenticava quello di cui avevano parlato con lui il re e i principi di palazzo a proposito di affari regali e interrogava nuovamente per gli stessi affari una e due volte. Per questo molte volte gli altri principi - che non sapevano la causa di ciò - gli facevano vergogna e lo biasimavano perché dimenticava così rapidamente e disturbava il re con ulteriori domande. Ma il re che ne conosceva il motivo, lo difendeva e diceva: «Costantino ha i suoi pensieri, lui felice, e sono quelli che non permettono che faccia attenzione alle nostre parole che trattano di affari effimeri e vani. L'intelletto di quel benedetto è invece inchiodato alle realtà vere e celesti e per questo dimentica le cose terrestri, perché tutta la sua attenzione è per la preghiera e per Dio». Perciò Costantino era... venerato e amatissimo dal re e da tutti i grandi del regno e i principi, come era amato da Dio e fatto degno... di fare anche miracoli. Una volta infatti... stava salendo in una barca con tutta la famiglia per andare oltre il Galatàs presso un anacoreta... per una preghiera e una benedizione. Per via chiese ai suoi domestici se avessero preso qualcosa da mangiare per andare da quel padre e offrirglielo. Quelli dissero che per la fretta se ne erano dimenticati e non avevano preso niente. Quel benedetto si rattristò un po' ma non disse nulla, soltanto mentre andava avanti con la barca, mise la mano in mare e

con una silenziosa preghiera mentale supplicò Dio, padrone del mare, di fargli pescare qualcosa. Dopo un'oretta... ritrasse la mano dal mare tenendo un grossissimo lupo marino e, gettandolo dentro alla barca davanti ai suoi domestici, disse: «Ecco che il nostro Signore si è dato pensiero anche del padre suo servo e gli ha mandato qualcosa da mangiare!» [...]. Pertanto, fratelli miei carissimi, io vi esorto, assieme al divino Crisostomo, per la salvezza della vostra anima, a non trascurare questa opera della preghiera. Imitate coloro di cui abbiamo detto e, per quanto possibile, seguite le loro orme" [Gregorio il Sinaita, op. cit.]. Anche san Basilio il grande vescovo Cappadocio, fondatore di numerosi monasteri e intensissimo uomo di preghiera e di azione scrive che bisogna pregare incessantemente e ci spiega anche come farlo: "La preghiera è la domanda di un bene rivolta dai fedeli a Dio. Questa domanda non è limitata, secondo noi, alle parole. Non riteniamo infatti che Dio abbia bisogno di parole per ricordarsi, perché egli sa, anche se non lo preghiamo, ciò di cui abbiamo bisogno. Ma che intendiamo con ciò dire? Che non si deve far consistere la preghiera solo nelle sillabe, ma se ne deve riporre la forza piuttosto nelle scelte dell'anima, e nella pratica delle virtù estesa a tutta la vita. «Sia che mangiate, dice l'Apostolo, sia che beviate, sia che facciate qualsiasi cosa, fate tutto a gloria di Dio» (1 Cor. 10,13). Sedendo a ta-



vola, prega; prendendo il pane ringrazia chi te lo dona; rinfrancando col vino il corpo estenuato, ricorda chi ti porge questo dono per rallegrare il tuo cuore e rinfrancare la tua debolezza. È finito il pranzo? Non cessi il ricordo del tuo benefattore. Se indossi l'abito, ringrazia chi te lo ha dato; se ti getti sulle spalle il mantello, cresci nell'amore di Dio il quale ci provvede d'estate e d'inverno degli abiti adatti per proteggere la nostra vita e nascondere le nostre vergogne. È finito il giorno? Ringrazia colui che ci dona il sole per lo svolgimento delle opere diurne e ci elargisce il fuoco per illuminare la notte e servire agli altri bisogni della vita. La notte poi ti porti altri motivi per pregare. Quando vedi tutti i viventi giacere nel sonno, adora ancora colui che col sonno interrompe, anche nostro malgrado, la serie delle nostre fatiche, e con un breve riposo reintegra il vigore delle nostre forze. La notte, dunque, non sia, per così dire, proprietà piena e assoluta del sonno: non permettere che metà della tua vita sia inutile per l'incoscienza del sonno, ma dividi il tempo della notte tra il riposo e la preghiera; anzi, il sonno stesso sia per te esercizio di pietà. Le fantasie notturne, infatti, sono ordinariamente quasi l'eco delle nostre preoccupazioni diurne: quali sono le nostre occupazioni nella vita, tali sono necessariamente anche i nostri sogni. In questo modo «pregherai senza interruzione», se non limiterai la tua prece alle sole parole, ma ti unirai a

Dio in tutta la condotta della tua vita, sicché il tuo stesso vivere sia una preghiera continua ed incessante” [Basilio il Grande, “Omelia per la martire Giuditta, 3-4] Cioè la preghiera deve essere l'espressione di una vita mutata dalla grazia possente di Dio, in tal modo diventa sicuramente incessante. Colui che prega avvinto dall'amore di Dio lascia che lo Spirito Santo faccia crescere in lui “il frutto dello Spirito” e che questo frutto sia evidente: “Come l'opera della preghiera è più grande delle altre, così occorre anche maggiore fatica e cura a chi è innamorato di essa per non dovere inavvertitamente sopportare un furto da parte della malizia. Infatti, il Maligno attacca con una tentazione maggiore coloro che si danno cura di un bene maggiore, cosicché sarà necessaria molta sobrietà a chi è perseverante nella preghiera, perché ogni giorno nascano per lui frutti di carità, di umiltà, di semplicità e bontà e inoltre di discernimento, che manifestino il suo progresso e la sua crescita nelle cose di Dio e confortino gli altri a un pari zelo” [Macario l'Egiziano, «Parafraresi di Simeone Metafrasto», “Filocalia”, 3, 19, Gribaudo, p. 277]. San Gregorio di Nissa infatti afferma e precisa che: “I frutti della preghiera pura sono la semplicità, l'amore, l'umiltà, la forza, l'innocenza, e altre simili virtù, che l'impegno dell'uomo diligente fa fiorire già durante questa vita, prima ancora dei frutti celesti. La preghiera si adorna di questi frutti, ma

se ne è priva rende inutile ogni fatica. E non solo la preghiera, ma qualsiasi pratica virtuosa se ha questi germogli è veramente una strada di giustizia che porta al retto fine, mentre se ne è priva lascia solo un vuoto nome, e diventa come le vergini stolte che nel momento del bisogno non avevano l'olio necessario per entrare nella camera nuziale” [Gregorio di Nissa, «Fine, professione e perfezione del cristiano», Città Nuova Ed. Collana testi patristici, 15, p. 58]. Tuttavia ciò che fa utile e bella la preghiera non è la quantità ma la qualità. Dice Nilo l'Asceta: “L'eccellenza della preghiera non consiste nella semplice quantità, ma nella qualità. Lo dimostrano quei che salivano al tempio, e il: «Voi pregando non sprecate parole», ecc.” [Nilo l'Asceta, «Discorso sulla preghiera», 151]. Lo stesso autore ci invita tuttavia a renderci conto che il Maligno ci disturberà sempre durante la preghiera, per non permetterci l'abbandono totale in Dio, e racconta alcuni episodi di santi monaci che hanno strenuamente lottato per non lasciarsi vincere dai suoi inganni e dalla ferocia delle sue tentazioni. Essi sono l'esempio da seguire nel non staccarci da Dio, nel non abbassare le braccia, nel considerare l'amore per Dio più importante della stessa vita, nel sopportare qualsiasi sofferenza pur di rimanere faccia a faccia con Dio: “Abbiamo sentito dire che il Maligno fece tanta guerra a un santo in preghiera che, mentre egli teneva le



mani tese, quello prese la forma di un leone ed alzava le zampe anteriori per stare ritto in piedi e configgere le proprie unghie, da una parte e dall'altra, nei due fianchi del lottatore; e non si allontanava finché non gli avesse tirato giù le mani; ma quello non le calava mai finché non avesse terminato le solite preghiere. Tale fu, come sapemmo, Giovanni il piccolo - o meglio - grandissimo monaco, che conduceva la vita solitaria in una fossa; egli rimaneva immobile, per la sua unione con Dio, mentre il demonio sotto l'aspetto di un serpente gli si avvolgeva intorno, gli mangiava le carni, gli vomitava in faccia... Di un altro fratello spirituale abbiamo letto che, mentre pregava, una vipera entrò e gli si attaccò al piede. Ma egli non abbassò le mani finché non ebbe finito la consueta preghiera. E non ricevette alcun danno, lui che aveva amato Dio più di se stesso... Un altro santo che pregava intensamente e conduceva vita solitaria nel deserto, fu assalito dai demoni che per due settimane se lo gettavano come una palla, lo lanciavano per aria e lo riprendevano nella stuoia; e non riuscirono in alcun modo a far discendere il suo intelletto dalla preghiera infuocata" [Nilo l'Asceta, op. cit., 106.107.109.111]. Perseverare nella preghiera è certamente una fatica spirituale, ma c'è anche il risvolto della medaglia: una preghiera sentita nell'intimo dell'animo, vissuta nell'abbandono tra le tenerissime braccia di Dio, nella coscienza del-

la sua santità e del suo immenso amore, è una grande esperienza spirituale, capace di soddisfare le aspirazioni e di riempire la vita di ogni uomo che abbia scelto di immergersi nel Dio-Agape: "Per i principianti la preghiera è come un fuoco di letizia che sale dal cuore; per i perfetti, come profumata luce operante. O ancora, la preghiera è annuncio degli apostoli, operazione della fede, o piuttosto fede non mediata, sostanza delle cose che si sperano, amore operante, movimento angelico, potenza degli incorporei, opera e letizia loro, vangelo di Dio, piena certezza del cuore, speranza della salvezza, segno di purificazione, simbolo di santità, conoscenza di Dio, manifestazione del battesimo, lavacro di purificazione, caparra dello Spirito Santo, esultanza di Gesù, letizia dell'anima, misericordia di Dio, segno di riconciliazione, sigillo di Cristo, raggio del sole intelligibile, stella mattutina dei cuori, garanzia di cristianesimo, manifestazione della riconciliazione di Dio, grazia di Dio, sapienza di Dio, o piuttosto principio della sapienza stessa, manifestazione di Dio, opera dei monaci, modo di vivere degli esicasti, causa di esichia, contrassegno della vita angelica. E che diremo di più ancora? La preghiera è Dio che opera tutto in tutti, perché è un'unica operazione del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo, che tutto opera in Gesù Cristo" [Gregorio Sinaita, «Ultimissimi Capitoli in Acrostico», "Filocalia" 3, 113 Gribaudo, p.

558]. Non bisogna però scoraggiarsi se le preghiere che abbiamo fatte a Dio non vengono subito esaudite; Giovanni Climaco sostiene infatti che questo è uno dei mezzi per difenderci dall'assalto dei demoni contro la nostra preghiera: "Non angustiamoci quando pregando le nostre richieste al Signore non veniamo esauditi entro il tempo che desideriamo; vero è che Egli vuole impassibili tutti gli uomini e che lo diventino in un istante, anche se chi ha fatto a Dio le sue richieste non le vede esaudite" [Giovanni Climaco, «La scala del Paradiso», 155]. Nemmeno dobbiamo permettere che le esperienze spirituali più straordinarie distruggano colui che prega dalla gioia sublime di stare davanti a Dio in preghiera, se egli la vive intensamente e in purezza di cuore: "Ancora mentre un altro amico di Dio, immerso col pensiero nella preghiera, camminava nel deserto, sopravvennero due angeli e facendo la strada con lui lo misero in mezzo. Ma egli non badò affatto ad essi per non perdere la cosa migliore. Perché ricordò la parola dell'Apostolo che dice: «Né Angeli, né Principati, né Potestà potranno separarci dall'amore di Cristo»" [Nilo l'Asceta, op. cit., 153]. Lo stesso autore infatti gode così tanto lo stare con Dio, che stabilisce questo test della vera preghiera: "Quando, mentre preghi, ti trovi al di sopra di ogni altra gioia, allora hai veramente trovato la preghiera" [Nilo l'Asceta, op. cit., 153].

# Abbiamo letto per voi

Quando in comunità riflettemmo a voce alta della preghiera personale, constatammo con non poca sorpresa che è possibile parlarne senza perdersi nei meandri della propria anima, meandri che conosce solo il Signore, con il quale, proprio durante la preghiera personale, siamo in intimo contatto. La preghiera personale è un rapporto diretto con Dio, diverso; il carattere della persona, il suo stato di vita e di salute, gli avvenimenti e il contesto nel quale essi si manifestano, queste e molte altre cose condizionano la nostra preghiera personale. Parlarne non si può in modo assiomatico, definitivo (nel senso di "ultimo" e di "circoscritto"), ma solo in modo particolare, riferito a un momento nella vita o nella giornata a valevole solo per quel momento, in quella condizione, in quel contesto. Con questi presupposti ho cercato, fra i diversi libri che Don Roberto mi ha proposto, quello che mi prometteva, dopo averne seminato i pensieri in queste pagine, un più abbondante raccolto di riflessione e di attuazione da parte di voi che leggete. Ne ho trovati due, che propongo a mia volta, nella speranza che vi siano davvero utili, come lo sono stati a me: uno di Dom Miguel e uno di Enzo Bianchi.

Dom Miguel è Abate nell'Abbazia di Ligugé, il più antico monastero d'Europa, un luogo di preghiera per eccellenza. Dom Miguel ha raccolto in questo libro pensieri e parole intorno alla preghiera, tramandati da monaci vissuti tra il 3° e il 20° secolo. Può sembrare strano, ma i 49 (quarantanove!) monaci di questa breve scelta non parlano molto della loro preghiera nei loro scritti, Pudore spirituale? Umiltà? O piuttosto quella incapacità che avevamo sperimentato anche noi, una incapacità tutta umana, di partecipare ai fratelli anche solo una traccia esteriore della propria esperienza con Dio? Eppure, Dom Miguel con la sua piccola selezione di testi ci presenta un vero e proprio "trattato" sulla preghiera. Lo divide in capitoli, facendo dire agli stessi monaci che cos'è la preghiera, quali sono i suoi caratteri e le sue condizioni, cosa pensano della preghiera comunitaria e della preghiera personale, come si arriva a partecipare della vita stessa di Dio. Egli interviene con una breve annotazione all'inizio di ogni capitolo e con una più lunga annotazione iniziale, nella quale spiega quali sono i tre tipi di preghiera praticati dal monaco: la "lectio divina",

l'"opus Dei" e l'"oratio continua". La lectio divina e l'oratio continua hanno di per sé il carattere della preghiera personale, mentre l'opus Dei, come i monaci chiamano la preghiera liturgica, non è di per sé personale, ma lo può facilmente diventare; anzi, ogni monaco che prega sentirà tanto più intensa la sua appartenenza alla comunità in cui vive e prega, quanto più personale e profondamente interiore sentirà la preghiera liturgica che rivolge a Dio insieme ai suoi fratelli. Ogni monaco - o anche ciascuno di noi che vive in comunità - potrà prediligere l'una o l'altra forma di

preghiera personale a seconda del suo bisogno di presentare al Signore i suoi problemi o i suoi slanci. Io personalmente prediligo la "lectio divina". Intendo così dire che ho bisogno di appoggiarmi alla Parola di Dio per farmi dire da LUI ciò che desidera dirmi e per rispondere alla sua parola, nella quale ricorre costantemente una sua affermazione: "Sono io il solo che ti salva... lo ti amo... Tu sei la creatura che ho stimato degna del mio sacrificio estremo". E la mia risposta, che è, sì, personale, ma data in seno alla comunità, vale anche per essa, come con-unità.

Il libro di Enzo Bianchi è una vera e propria introduzione alla "lectio divina", il titolo del volumetto è "Pregare la Parola". Il suo autore è Priore della Comunità di Bose, sorta dopo il Concilio nella provincia di Vercelli. Poiché il Concilio Vaticano II ha restituito la Parola al popolo di Dio, questo ha bisogno di essere avviato all'approccio della Scrittura, e il Bianchi ci fa qui una proposta, come avvicinarsi ad essa e farla diventare preghiera. In realtà con il suo libro l'autore ci rivela tutta la sua esperienza vissuta in seno alla comunità, la sua capacità di guidare i fratelli, e anche i lettori, a seguire la Via, che è anche la Verità e la Vita cioè Gesù, il Cristo. Si tratta di un libro che ci aiuta davvero a riscoprire la Parola di Dio, a scoprirla non solo in senso intellettuale e storico, ma che ci aiuta soprattutto a vedere e leggere la Storia, e anche la mia storia, e la tua, con gli occhi di Dio. L'autore si domanda: "Scrittura non è forse quel che Dio legge e vede dell'uomo e del mondo?" E poi: "Occorre sentire la voce e ascoltare la Parola che viene a noi sempre in un oggi:" sempre in obbedienza alla proposta del Salmista: "Ascoltate oggi la sua voce" (Sal 95,8). Così la lettura sarà "viva, capace di messaggio, fonte di creatività; solo così avremo coscienza che è Dio a parlarci, oggi, attraverso il Cristo... Il vostro unico sforzo dev'essere quello di rimanere nella Parola: "Se rimarrete nella mia Parola, sarete veramente miei discepoli e conoscerete la verità" (Giov 8,31-32). Rimanere nella Parola significa rimanere accanto a Cristo per divenire suoi discepoli". Se ogni fratello, ogni sorella, resterà accanto al Cristo, se cioè la sua preghiera personale sarà viva in Forza della Sua Parola, l'unità di vita nella comunità sarà fatta dal Cristo stesso, e sarà intensa, vera, sensibile, così che lo Spirito Santo potrà agire in larga misura al rinnovamento dei cuori nostri e di tutta la Chiesa.

Marisa Longo  
Comunità San Giuseppe - Terni

Dom Miguel - I monaci e la preghiera - Ed Paoline 1985  
Enzo Bianchi - Pregare la Parola - P. Gribaudi Ed. Torino 1991



Venite  
e Vedrete

40

"In profonda comunione  
con ogni fratello e sorella  
nella fede e animato  
da sincera amicizia per tutti,  
voglio rimeditare e annunciare  
il Vangelo della vita,  
splendore di verità  
che illumina le coscienze,  
limpida luce che risana  
lo sguardo ottenebrato,  
fonte inesauribile  
di costanza e coraggio  
per affrontare  
le sempre nuove sfide  
che incontriamo  
sul nostro cammino".

(Giovanni Paolo II,  
*Evangelium Vitae*,  
Lettera Enciclica,  
25 marzo 1995, n. 6)

236

## Evangelium vitae

Il valore e l'inviolabilità  
della vita umana

Lettera enciclica  
di Giovanni Paolo II

edizioni paoline

NOVITÀ

244

## Ut unum sint

L'impegno ecumenico

Lettera enciclica  
di Giovanni Paolo II

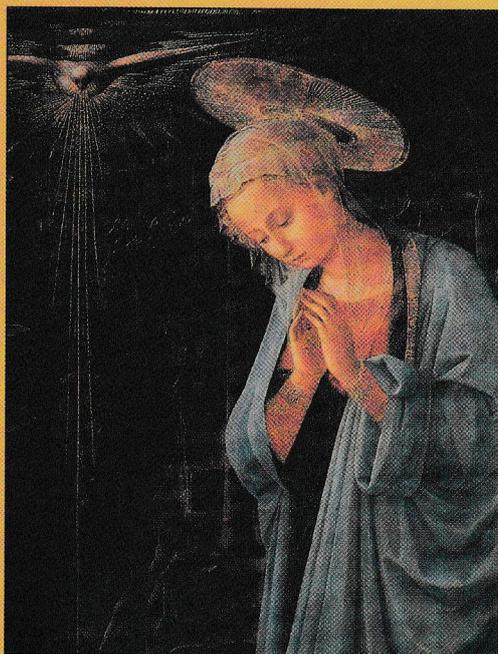
edizioni paoline

"La testimonianza coraggiosa di tanti martiri  
del nostro secolo, appartenenti anche ad altre  
Chiese e Comunità ecclesiali non in piena  
comunione con la Chiesa cattolica, infonde  
nuova forza all'appello conciliare "Ut unum  
sint!" e ci richiama l'obbligo di accogliere e  
mettere in pratica la sua esortazione. Questi  
nostri fratelli e sorelle, accomunati  
nell'offerta generosa della loro vita per il  
Regno di Dio, sono la prova più significativa  
che ogni elemento di divisione può essere  
trasceso e superato nel dono totale di sé alla  
causa del Vangelo. Cristo chiama tutti i suoi  
discepoli all'unità".

(Giovanni Paolo II, *Ut Unum Sint*,  
Lettera Enciclica, 25 maggio 1995, n. 1)

P. JACQUES PHILIPPE

# Un tempo per Dio



RnS

*Molte persone oggi - e ci si deve rallegrare - hanno sete di Dio e sentono il desiderio di una vita di preghiera personale, profonda e intensa; vorrebbero fare orazione, ma incontrano diversi ostacoli ad impegnarsi seriamente in tale via e, soprattutto, a perseverare in essa. [...] Vorremmo, in questo piccolo libro dare alcuni consigli e orientamenti, i più semplici e concreti possibile, in modo da aiutare ogni persona di buona volontà e desiderosa di pregare, a impegnarsi e a perseverare nel cammino dell'orazione, senza lasciarsi abbattere dalle difficoltà che inevitabilmente s'incontrano.*