



PREGARE SENZA SAPERE DI PREGARE

1. Ci sbagliamo nel credere che la preghiera reale sia solo quella espressa, formale, sensibile e della quale possiamo rendere testimonianza a noi stessi. Da questo scaturisce l'idea di molti di non fare nulla nell'orazione quando in essa non vi è niente di evidente, niente che lo spirito o il cuore scorgano o sentano: il che porta spesso a rinunciarvi. Si dovrebbe però riflettere che «*Dio sente, come dice Davide, la preparazione del nostro cuore*» (Sal 9,17); che non ha bisogno né delle nostre parole né dei nostri pensieri per conoscere la disposizione intima dell'anima; che la nostra preghiera, ancor prima di essere sviluppata con parole o in pensieri, si trova già in germe e in essenza nel profondo della volontà [...]. Così, quando fu chiesto a s. Antonio quale fosse il miglior modo di pregare, rispose: «*È, disse, quando si prega senza pensare di pregare*». L'eccellenza di questa forma di preghiera sta nel fatto che l'amor proprio non vi trova più nulla a cui appigliarsi, né potrebbe sporcarne la purezza con i suoi sguardi.

2. La preghiera continua non è difficile in se stessa, nondimeno è molto rara, perché pochi sono i cuori disposti, come si deve, ad esercitarla, e abbastanza coraggiosi e fedeli per perseverarvi. Si comincia ad entrare in essa solo quando si è pienamente fatto dono di sé a Dio. Ora ben poche sono quelle anime che si donano a Dio senza riserva: quasi sempre, in questo dono, ci sono delle segrete restrizioni dell'amor proprio, che il tempo non mancherà di svelare. Quando questo dono è pieno e totale, Dio lo ricompensa all'istante con il dono di sé. Fissa la sua dimora nel cuore, formando in esso quella preghiera continua che consiste nella pace, nel raccoglimento, nell'attenzione a Dio nel proprio intimo come anche in mezzo alle occupazioni ordinarie.

3. All'inizio questo raccoglimento è sensibile: se ne gode, sapendolo. In seguito, diviene tutto spirituale: si possiede, ma non si sente più. Se si rimpiange questo sentimento così dolce, così consolante che si è perduto, se si vuole richiamare, questo è effetto dell'amor proprio. Se si crede di non essere più nel raccoglimento e di non praticare più la preghiera continua perché non si sente più niente, è un errore. Se sorge il pensiero di abbandonare l'orazione e gli esercizi ordinari con il pretesto di non fare nulla, questa è una pericolosissima tentazione. Se vi si soccombe, se si allenta la fedeltà, se si va a cercare presso le creature la consolazione che non si gusta più in Dio, si perde il dono della preghiera continua, decadendo dal proprio stato ed esponendosi a divenire peggiori di quanto non si era prima di donarsi a Dio.

Jean-Nicolas Grou (1731-1803), Manuale delle anime interiori, La preghiera continua.

L'AUTORE e IL TESTO Cfr. *Semi* n° 68 e 121.

§ 1. La maggior parte delle persone prega molto più di quanto non immagini. In effetti, pregare non è accorgersi di pregare, così come amare non è accorgersi di