



COS'È LA PREGHIERA

1. La preghiera è il primo atto della nostra fede e, di conseguenza, ciò che dice l'Apostolo, che è impossibile piacere a Dio senza la fede, bisogna dirlo della preghiera... In un certo senso si può dire che tutto quel che noi facciamo, perfino mangiare e dormire, è una preghiera, quando lo facciamo semplicemente secondo l'ordine che ci è prescritto, senza aggiungervi o diminuire nulla per nostro capriccio o per nostra volontà...

2. Quando arriva il tempo di metterci davanti a Dio per parlargli da solo a solo, chiamato propriamente preghiera, la sola presenza del nostro spirito davanti al suo e del suo davanti al nostro forma la preghiera, sia che abbiamo dei buoni pensieri e sentimenti, sia che non ne abbiamo. Occorre solamente che con tutta semplicità, senza fare alcun violento sforzo di spirito, stiamo davanti a lui con movimenti d'amore e l'attenzione di tutta la nostra anima, senza distrarci volontariamente; e allora tutto il tempo in cui stiamo in ginocchio sarà considerato preghiera davanti a Dio, che ama tanto la sofferenza umile dei pensieri vani e involontari che ci attaccano allora, quanto i migliori pensieri che abbiamo avuto in altri momenti; in quanto una delle preghiere più eccellenti è il desiderio amoroso del nostro cuore verso Dio e la sofferenza delle cose che ci dispiacciono... E quando arriva il tempo di finire l'orazione, si deve credere che si è pregato tanto quanto se non si avesse avuto alcuna distrazione...

3. Tutte le buone opere che farai nel corso della giornata, saranno gradite a colui che hai pregato e che ti ha riempito della sua luce divina invisibile e insensibile; in quanto spesso accade che quando pensiamo di avere la luce e le grazie, non le abbiamo; e quando pensiamo di non averle, le abbiamo, ... poiché l'operazione dello Spirito Santo nell'anima è tutta interiore e spesso sconosciuta all'anima stessa... Il cammino che il Figlio di Dio percorre quando entra nella nostra anima, ci è sconosciuto...; basta che s'intenda di averlo ricevuto dagli effetti prodotti tutti i giorni nel luogo in cui si vive per servirlo; basta che ci si senta in qualche momento della settimana o del mese più forti di quanto non si era, senza sapere come o quando questa forza sia venuta in noi; essa non può che essere venuta dall'orazione e dalle frequenti oblazioni che abbiamo fatto del nostro cuore a Dio.

Santa Giovanna di Chantal, Colloquio IX, Sulla preghiera

L'AUTORE: Figlia del presidente del Parlamento di Digione, dove nacque nel 1572, Giovanna Frémyot incarna la parte profondamente cristiana della nobiltà togata che ricostruisce la Francia all'indomani delle guerre di religione. Vedova inconsolabile del barone di Chantal a 29 anni, madre di quattro figli, l'incontro con Francesco di Sales tre anni dopo, sconvolgerà la sua vita: diretta da lui interiormente ed esteriormente, sulla base di un'amicizia tanto trasparente quanto esigente, ella diverrà la pietra angolare della Visitazione (86 monasteri fondati durante la sua