

René Voillaume

# PREGARE PER VIVERE

## INTRODUZIONE

«Pregare sempre senza stancarsi» (Lc. 18, 1). La preghiera di Gesù resta per noi un mistero, della stessa profondità del suo mistero personale di Figlio di Dio fatto uomo. La sua preghiera era un colloquio inalterato e inalterabile con il Padre. Per lui non vi erano difficoltà nella preghiera e, tuttavia, è proprio come uomo, della stessa nostra umana natura, che egli pregava; la sua preghiera nel Getsemani ce lo testimonia eloquentemente.

Gesù ha pregato suo Padre così come noi lo preghiamo, con tutto l'ardore del suo animo umano e con la semplicità di un figlio d'uomo. Così, noi lo vediamo ritirarsi nella solitudine per pregare: non soltanto per darcene l'esempio, ma proprio perché anche egli, come creatura umana, ne sentiva la necessità, e la sua preghiera era divinamente filiale, così come perfettamente filiale era il suo abbandono al Padre.

Noi non possiamo parlare della preghiera del Cristo se non balbettando: essa era l'eco, nella sua intelligenza e nella sua sensibilità umana, degli scambi di conoscenza e di amore che scaturivano dal seno stesso della Trinità. Ed è appunto là che Gesù vuole trascinarci, così che anche noi si arrivi a questa preghiera filiale. Come nostro capo, Gesù ha pregato per tutti e in nome nostro. Il Vangelo stesso ci mostra come la sua preghiera personale fosse tutta modellata dal suo essere e dalla sua missione di salvatore, e anche quando sul Tabor egli lascia trapelare lo splendore della sua divinità, lo fa per parlarci della sua morte imminente. Come la passione, la croce e l'offerta della sua vita hanno marcato profondamente la preghiera del Salvatore, così deve essere per ognuno di noi.

## IL CLIMA DELLA PREGHIERA

*Perché pregare?*

Chiamandoci a seguirlo, il Signore Gesù ci ha, allo stesso tempo, chiamati a pregare con lui. Al momento di metterci in preghiera, chiediamoci cosa stiamo per fare e perché lo facciamo. Dobbiamo pregare, innanzi tutto, perché Dio ci ha fatti per lui ed è a lui che dobbiamo tornare; e la preghiera è la molla che accelera e provoca questo moto di ritorno verso il Padre. Dobbiamo pregare, perché il Signore Gesù ci ha amati per primo e il nostro amore ne è la risposta: l'amicizia esige un dialogo intimo nel quale poter esprimere tutto l'amore e la conoscenza per l'essere che amiamo. Si tratta di tendere a una conoscenza di Dio molto semplice, generalmente oscura, al di là di ogni linguaggio umano, dove le cose divine siano gustate nella loro dolcezza, ma anche nella loro amarezza. Talvolta, infatti, la nostra preghiera si ridurrà a essere soltanto una chiamata profonda, in una attesa umile, silenziosa, ma colma di desiderio della scienza di Dio che solo lo Spirito Santo ci può rivelare. Dobbiamo pregare, perché siamo infinitamente miserabili e piccoli. e, per essere totalmente veri, dobbiamo esprimere questa dipendenza del nostro essere, supplicando il Padre di colmare la nostra insufficienza con la sua pienezza. Infine, dobbiamo pregare perché il Salvatore Gesù ci ha chiamati a lavorare con lui per la salvezza delle anime, non soltanto dividendo la sua croce, ma anche pregando costantemente e prendendo la nostra parte nella sua sofferta preghiera nell'orto degli ulivi. Noi siamo caricati di anime: non saremo mai sufficientemente convinti di questa realtà. Ricordiamo, quindi, che pregare significa fare per loro il massimo bene, aderendo al piano divino che ha voluto legare la loro sorte spirituale alla nostra miserabile collaborazione. È questo uno dei grandi compiti della nostra vita e nulla al mondo ci deve e ci può impedire di compierlo. Ricordiamo queste cose e andiamo a pregare.

«*Vigilate e pregate*»

L'insegnamento evangelico sulla preghiera si può sintetizzare in due punti essenziali: *una promessa* che Dio ci verrà incontro quando e come vorrà, e questa è la parte del lavoro di Dio, la principale, poiché rappresenta per noi la speranza - che non potrà essere delusa - che la nostra preghiera terminerà in lui; *un invito pressante* alla perseveranza, qualunque cosa succeda e malgrado tutte le apparenze sfavorevoli, e questa è la nostra parte di lavoro. Che bisogno abbiamo di saperne di più? Per imparare a pregare, bisogna dunque semplicemente pregare, pregare molto e saper ricominciare senza stancarsi: anche se non vi è risposta, anche se non vediamo nessun risultato palese. Gesù ha tanto insistito sulla perseveranza, perché sapeva che ci sarebbe stata difficile a causa del nostro bisogno di cambiamenti e di novità. Un aiuto a perseverare ci verrà dal ricordo frequente delle normali caratteristiche della preghiera di fede. Non aspettiamo di pregare quando ne sentiamo il desiderio: lasceremmo la preghiera proprio nel momento di maggior bisogno. È una illusione pericolosa a cui molti devono il loro allontanamento dal Cristo. Il desiderio della preghiera non può nascere che dalla fede; desiderare di pregare è già un

effetto della preghiera. Ci basti sapere che Dio ci attende; Dio desidera sempre vederci pregare, anche quando non ne abbiamo voglia e, forse, soprattutto allora. Non dimentichiamo che meno pregheremo, più lo faremo male e ne avremo sempre meno il desiderio. Naturalmente non dobbiamo aspettarci nulla per noi stessi dalla preghiera. Dobbiamo pregare per il Padre e non per averne soddisfazione e tanto meno per l'ambizione di pregare bene e con ottimo metodo. Non desideriamo altra preghiera che ci viene data dallo Spirito. Non ci risulta che nel *Padre nostro* ci sia alcuna domanda la cui risposta possa apportarci una personale soddisfazione e neppure un risultato immediatamente costatabile. Bisogna perseverare senza vedere e saper quindi ricominciare senza scopo, solo per lui. Se tutto si svolge veramente così ciò equivale a dire che ci occorrerà molto coraggio per pregare.

«*Se avrete una fede che non esita...*»

Solo la fede è capace di farci raggiungere realmente Gesù, non per astrazione né per via intellettuale, ma nella concretezza di una realtà percepita oscuramente e invisibilmente, sulla parola di Dio. Dobbiamo imparare a sopportare l'oscurità, spesso così fredda della fede nuda e collegarvi un amore che, come Gesù ci ha insegnato, consiste nel fare la volontà del Padre; e, tuttavia, non dimentichiamo che il meglio della nostra sensibilità umana, del nostro cuore, non possono essere assenti in un mistero d'amore che non ha avuto paura dell'incarnazione, delle lacrime, del cuore trafitto da una lancia e del corpo e del sangue dati in nutrimento. .Quale equilibrio dobbiamo mantenere nel nostro modo di amare Dio, di amare Gesù e Maria, nostra madre! Tutto deve essere incentrato nella fede, che sola ci introduce nel mistero dell'amore invisibile. Essa non è opposta ai sensi, ma li trascende, altrimenti Dio non avrebbe scelto di proporre al nostro amore degli «esseri visibili per introdurci all'amore delle cose invisibili», come dice così bene il prefazio del Natale e del Corpus Domini. Nella: nostra vita donata agli uomini e volutamente attenta alle loro necessità quotidiane, al loro lavoro, alle loro sofferenze, non siamo forse totalmente presenti alle cose e agli esseri visibili? Ed è appunto nel contesto di una vita, spesso travagliata, che deve svilupparsi in noi un amore autentico per il Cristo, ora invisibile per noi, ma i cui segni di amore ci sono sensibili nel pane consacrato, nelle parole del Vangelo e della gerarchia ecclesiastica. Non coltiveremo mai abbastanza la nostra fede per renderla forte, viva, abitualmente posta alla base delle nostre decisioni, dei nostri giudizi e, soprattutto, della nostra preghiera. La nostra sensibilità dovrebbe normalmente sostenere ed esprimere la nostra fede. Non si tratta di distruggere questa sensibilità, ma la fede deve, con altrettanta sicurezza, sia farne a meno che superarla o includerla nel movimento stesso dell'amore di cui essa ,ne è la sorgente. Dobbiamo essere uomini di fede tanto nel lavoro, nella preghiera, nell'accogliere gli ospiti, come nel silenzio. Ognuno, nella propria strada, deve mettere le energie e le ricchezze del suo cuore e del suo temperamento al servizio della fede; e faremo ciò solo amando. Supplico

Gesù, perché ciascuno di noi impari a vivere di fede: a guardare le cose, gli esseri, le situazioni con gli occhi stessi di Dio e a reagire in ogni circostanza con la forza del suo amore.

«Dov'è il tuo tesoro, là c'è il tuo cuore...»

La continuità della presenza di Dio non è nella *coscienza attuale*, esplicita, soprattutto, per via di idee o di immagini di questa presenza, ma risiede nella *vigilanza dell'amore*: è in lui e per lui che si attua l'unione con Cristo. L'attenzione immaginativa o intellettuale è solo un mezzo per ottenere questa vigilanza. Il cuore deve e può vegliare anche quando l'uomo si dà totalmente alla sua opera per farla nel migliore dei modi.

«Venga il tuo Regno, sia santificato il tuo nome»

Ci sono due modi di agire sul mondo. Il primo è immediato nel tempo e nello spazio e ci appartiene in modo del tutto personale: è il frutto della nostra intelligenza, della nostra inventiva, della nostra volontà, del lavoro delle nostre mani. È un bisogno vitale; tutti gli uomini lo desiderano e vi aspirano, ciascuno nella misura delle proprie capacità e del proprio ideale. L'altro modo di agire sul mondo non lo si può scoprire che dopo essersi persi nella rinuncia a ogni attività immediata. Allora, una tale attività diventa illimitata nel tempo e nello spazio, in profondità e in larghezza, e ci tiene continuamente assorbiti in una ambizione sempre crescente, di agire ovunque vi siano dei fratelli, nella speranza che una tale attività cresca e continui per sempre. Questo desiderio assoluto è il segno di una vocazione contemplativa e non può saziarsi che nella cooperazione all'attività stessa di Dio. Ed è a questo punto che ogni attività esterna, anche se apostolica, ci lascia insoddisfatti. Una tale collaborazione alla azione onnipotente del Cristo, non può essere altro che frutto di un amore contemplativo. Per mantenere nella propria vita questa gerarchia di valori, è necessario tenere lo sguardo interiore della fede puntato sulle realtà, che stanno a fondamento di tale attività e che rendono possibile un amore così esclusivo. Tutto è fondato nell'amore: sì, ma ciò che caratterizza il modo di amare di un contemplativo, è che il suo amore deve essere tale da ispirargli non solo il coraggio per una attività immediata e visibile nella carità, ma anche quello, altrettanto difficile, di restare fedele a un apostolato invisibile, la cui realizzazione suppone un grado di distacco, se non più totale, certo più profondo. In questa prospettiva egli deve orientare ogni sua azione. Non si può seguire fedelmente un tale cammino, senza una fede viva e sostenuta dalla grazia di una conoscenza contemplativa di Gesù, della sua croce sul Calvario e di quella che, nel cuore di ciascuno di noi, continua a operare per la salvezza di tutti gli uomini.

# L'AMICIZIA CON GESÙ

Se non restiamo uniti a Gesù non potremo essere dei poveri come egli vuole, non potremo avere il coraggio di prendere su di noi la pena dei lavoratori e dei malati, non sapremo amare con un cuore sufficientemente umile e fraterno. È nella contemplazione continua del suo «*beneamato fratello e Signore Gesù*» che Carlo de Foucauld attinge il bisogno imperioso di rassomigliargli in tutto. Ma c'è molto di più; potremo essere tentati di considerare la preghiera, in unione con Gesù, come il mezzo per realizzare la vita secondo il Vangelo che ci attira. Sarebbe un completo rovesciamento dei valori e un non aver compreso nulla dell'anima del padre de Foucauld. Rileggiamo le sue meditazioni e capiremo che Gesù è colui che è amato sopra ogni cosa, per se stesso. È la testimonianza che il mondo attuale attende. La nostra intimità semplice e ardente con Gesù sia la nostra forza e la nostra luce. Questa intimità con Gesù è un elemento troppo importante, perché se ne parli con brevi accenni, ma voglio semplicemente ambientare qui, nella nostra vita di Piccoli Fratelli, il posto principale della preghiera. Come padre de Foucauld, dobbiamo avere fede in Gesù, padrone dell'impossibile. Dobbiamo credere che Gesù ci ha scelti, e trovare nella realtà di questa chiamata il coraggio per accettare una vocazione che, forse, esigerà da noi l'eroismo di «tutto osare» per lui. Questa stessa fede porta padre de Foucauld verso l'eucaristia con un amore e un rispetto infiniti. È attraverso essa, e nel sacrificio eucaristico, che dobbiamo arrivare a questa amicizia tenera e forte con la persona di Gesù. Per padre de Foucauld, Gesù non. è mai, né potrebbe esserlo, qualcuno lontano e astratto, anche quando deve lottare nell'oscurità della fede per conservare il contatto personale - ma di cui non ha più consapevolezza - con colui che è. il suo unico amore, oppure per continuare con paziente perseveranza una preghiera coraggiosa e spesso dolorosa. In questo, come su gli altri. punti, egli deve esserci guida. Lo spirito di, Gesù non prega nei nostri cuori se noi non ci siamo mossi incontro a lui, se non gli abbiamo aperto la strada. *Pregare è pensare a Dio amandolo.* Questa semplice definizione dell'orazione, data dal padre, ci indica a sufficienza che dobbiamo porre tutta la nostra attenzione nell'imparare a pensare a Dio. Padre de Foucauld è ugual: mente lontano da un atteggiamento passivo che aspetti tutto dallo Spirito Santo, come da una eccessiva utilizzazione di un metodo per dirigere il nostro pensiero verso Gesù. Ma nel suo modo di pregare vi è un impegno fervido, coraggioso, preciso, in cui mette tutta la sua volontà, tutto se stesso. Inoltre, fratel Carlo di Gesù, ha sempre meditato le parole stesse di Dio nel Vangelo per conformarvi la sua vita. Se lo leggeremo con amore, e sapremo ricevere nel nostro cuore le parole di Gesù come comandi da tradurre in atti, il Vangelo diventerà veramente per noi una regola attiva di vita. Più ci confermeremo a esso, più lo capiremo. Non riceviamo mai una luce, per debole

che sia, senza farla subito passare in atto nella nostra vita. Non vi è nulla di più snervante e inutile che meditare in circolo chiuso, restando sul piano della intelligenza, delle verità o dei valori morali, senza tradurli in atti nella nostra vita.

## L'INTIMITÀ CON IL CRISTO

*I nostri rapporti con Dio*

Quando si tratta dei nostri rapporti con Dio, corriamo sempre il rischio di concepirli sul piano dei sentimenti umani. Ora, noi sappiamo per esperienza, che sentimenti e affetti sono instabili. L'esperienza che facciamo con l'avanzare degli anni ci dimostra anche che non dobbiamo fidarci molto dei sentimenti per conoscere il Cristo e per vivere veramente uniti a lui. Scopriamo, così, che si tratta di ben altro, ma ci può allora accadere di impostare tali rapporti sul piano dell'azione, basandoci sull'affermazione di Gesù: che tutto ciò che facciamo al nostro prossimo è come se lo facessimo a lui. Ma che genere di amore proviamo per il prossimo? E quest'ultimo, può veramente prendere tutto il posto del Cristo? Abbiamo il diritto di lasciare affievolire in noi l'amore supremo per il nostro Dio, al punto di «accontentarci» di volerlo raggiungere unicamente consacrandonci agli uomini?

Questo problema è grave, perché prevede, oggi più che mai, la perseveranza e il fiorire della carità nella nostra vita religiosa; e non credo che si possa parlare di vita di preghiera, della sua importanza e del suo valore, senza prima sapere se ci è permesso e se ci è possibile, avere dei rapporti intimi e personali con Dio attraverso il Cristo.

*Un «terzo mondo»: quello di Cristo*

A questo punto, è bene tener presente che Dio abita una sfera a noi inaccessibile e che non c'è alcuna misura comune fra «il mondo di Dio» e «il mondo del creato». La storia di Israele ci mostra chiaramente a che punto l'avvertimento che Iahvé aveva dato a Mosè sul Sinai: «L'uomo non può vedermi e rimanere in vita», aveva penetrato la coscienza religiosa del popolo dell'antica alleanza. Dio è, di per se stesso, inaccessibile alla conoscenza umana; anche ciò che ci è manifestato attraverso la testimonianza che gli rendono le sue opere, non è certo un'evidenza per l'intelligenza dell'uomo. Questo spiega il fatto sorprendente e inquietante, per cui una parte importante dell'umanità possa cooperare al suo progresso, pur continuando a professare un ateismo non turbato da dubbi.

Lasciato a se stesso (non parlo qui di ciò che l'uomo può intravedere nel suo cuore toccato dalla grazia), l'uomo non vede e non può raggiungere direttamente che il mondo visibile e materiale.

Confessiamo, d'altronde, che anche a noi che crediamo in Dio accade talvolta di essere sorpresi e turbati, poiché non solo la fede lascia insoddisfatto il nostro desiderio di conoscenza, ma Dio stesso rimane tremendamente silenzioso nella nostra vita.

Noi non siamo immediatamente colpiti dal «mondo di Dio», perché in effetti esiste un «terzo mondo», quello di Gesù Cristo, che sta fra quello inaccessibile di Dio e quello delle creature. È il mondo non del Dio invisibile, ma del suo Verbo fatto carne, con tutto ciò che vi è legato come suo principio e sua fine: la Vergine Maria, la Chiesa, i sacramenti, l'universo soprannaturale della grazia cristiana. Questo mondo è il mondo della rivelazione, che solo ci fa «comprendere con tutti i santi, la larghezza, l'altezza, la lunghezza e la profondità, conoscere l'amore di Cristo che sorpassa ogni conoscenza» (Ef. 3, 18-19). Per noi è quindi fondamentale il prendere coscienza di questo mondo del Cristo e della sua vera natura. Se dinanzi al mondo di Dio, trascendente, incorporeo, invisibile, noi restiamo a volte disorientati, poiché sfugge totalmente alla nostra esperienza umana, quando si tratta del Cristo, che è stato visto e ascoltato sulla nostra terra, che ha un corpo e che è uomo per sempre, che pretesto potremmo addurre, per non sforzarci di conoscerlo e di raggiungerlo? È un grave problema per ogni cristiano e, quanto a noi, come possiamo pensare di edificare la nostra vita religiosa e sacerdotale, se non nei rapporti intimi con il Cristo?

E c'è di più. Noi viviamo in un'epoca dove l'ambiente sociale ci distoglie da Dio. Dobbiamo riconoscere che nel passato, l'aspirazione religiosa dell'uomo fu troppo spesso fondata sulla sua ignoranza delle leggi della natura, al punto che i «misteri» che il mondo gli mostrava, gli sembravano altrettanti segni della presenza e dell'azione di un Dio invisibile. Ma ora, l'uomo pensa di aver penetrato i segreti della natura e pretende di conoscere tutto; per l'«uomo moderno» non ci sono più misteri nel mondo. Egli conosce la sensazione esaltante della ricerca, quasi illimitata, dell'intima struttura della materia, dei processi vitali, dei sistemi celesti. Nella sua coscienza, ha l'impressione di possedere l'intera creazione e si ritiene certo di poter capire e spiegare ogni cosa. L'uomo ripone, sempre più, le sue speranze nel progresso scientifico e ciò sviluppa una mentalità, da cui il sentimento religioso spontaneo va progressivamente scomparendo.

Ora, questa situazione riguarda anche noi religiosi e religiose, poiché viviamo immersi nella struttura della vita moderna e nelle sue attività e la nostra mentalità non può sfuggire alla loro influenza, soprattutto in coloro che sono

impegnati nell'azione. È questo il motivo per cui occorre, nella pienezza della fede, penetrare il mondo del Cristo, per inserirvi la nostra vita.

*È possibile vivere nell'intimità con Dio qui sulla terra?*

Si pone quindi per noi questa prima domanda: in questo mondo del Cristo, accetteremo forse di restare anonimi, di essere un numero sperduto nella massa? No, questo non è possibile! Possiamo trovare in questo mondo un'intimità personale con lui, il Figlio di Dio, che riesca a soddisfare tutte le nostre aspirazioni a un amore assoluto, alla verità, all'amicizia personale con Dio? Esitiamo a rispondere a una tale domanda, perché la nostra ragione non riesce ad ammettere che noi si possa veramente essere oggetto dell'attenzione di Dio. D'accordo, noi accettiamo di essere salvati da lui, ma fino a interessarlo? Ci sono stati e ci sono troppi uomini sulla terra e la nostra immaginazione e i nostri sentimenti ne restano disorientati. C'è, inoltre, la coscienza della nostra nullità, il disgusto di noi stessi, che ci confermano che noi non sapremmo davvero interessare Dio. Ma se Dio ci ha dato una personalità cosciente del proprio io, non è certo per prendersi gioco di noi; e noi sappiamo anche, che il nostro completo sviluppo nella visione beatifica, sarà il possesso personale, eterno, diretto, limpido, della sovrana verità, del sovrano amore, della sovrana bellezza. Se, dunque, è questo il fine riservato a ciascuno di noi, non è normale che si possa cominciare a realizzarlo già quaggiù?

Come è difficile credere a un tale destino, quando si vedono sulla terra miriadi di uomini che, a causa della miseria alla quale sono costretti, non sono in grado di praticare la legge morale più elementare! A maggior ragione, non posseggono nemmeno le minime condizioni richieste per dedicarsi alla preghiera contemplativa. Questa situazione è, forse, per noi fonte di dubbio e di scandalo. La salvezza di ogni uomo e la sua crescita nella carità restano il segreto di Dio; vi sono anime che sembrano essere chiamate a raggiungere tutta la pienezza dell'amore già quaggiù, mentre ve ne sono altre che non la raggiungeranno che nell'altra vita.

*È Gesù che sceglie*

Un'altra fonte di luce sull'argomento che stiamo trattando è il modo con cui il Cristo si è comportato durante la sua vita terrena; sappiamo, in effetti, che egli ha avuto degli amici; sappiamo che, fra i discepoli che lo seguivano, egli ne chiamò alcuni per un compito tanto particolare, come quello dell'apostolo, o per restargli più vicini: «Va', vendi tutto ciò che hai e seguimi». Tutti questi furono chiamati a divenire suoi amici. Presso di essi, Gesù si è riposato e ha pianto sul sepolcro di Lazzaro.

C'erano certo molti uomini attorno a lui, in quel tempo, ma Gesù, vero uomo

che conosce il valore e la necessità dell'amicizia, non ne ha scelti che un piccolo numero per essere suoi amici. Questo esempio di Gesù, non ci è forse dato per ricordarci che, anche nella vita religiosa e sacerdotale, noi non potremmo fare a meno dell'amicizia? Se dunque Gesù si è scelto degli amici, durante la sua vita terrena, perché non dovrebbe continuare a farlo anche ora? Solo la gratuità del suo amore determina una simile scelta.

Ma egli vuole anche, manifestando in modo più marcato i suoi rapporti di amicizia con alcuni, testimoniare sulla terra, fra gli uomini, la tenerezza e la profondità dell'amore che è celato in Dio. In un certo senso, le affermazioni della rivelazione e gli insegnamenti della Chiesa, non ci sono sufficienti: abbiamo bisogno di «esempi vivi» per essere in grado di credere a tale amore gratuito. Soprattutto nel campo dell'amore, ci sono certe sfumature che non si possono trasmettere solo con l'insegnamento. Quando si legge la vita di una santa Caterina da Siena, quando si meditano i suoi scritti, ebbene, si è in grado di scoprire qualcosa di inimmaginabile altrimenti, dei rapporti che Dio può e vuole avere con l'anima! È allora che noi ci domandiamo se questo concerne anche noi!

*Dio ci ha amati per primo*

Non intendo soffermarmi qui dettagliatamente sulla preghiera contemplativa; ma mi sembra importante di ben definire la ragione d'essere di una simile vita di preghiera, poiché, quando se ne è compreso il senso e la necessità, il resto rimane più facile. Per cominciare, ho già sottolineato il pericolo che corriamo nell'impostare i nostri rapporti con Gesù esclusivamente sul sentimento; e ciò nonostante, bisogna ammettere che ci è molto difficile pensare all'amore senza mettere in gioco il nostro cuore, i nostri sentimenti, la nostra sensibilità: e ciò è anche naturale! Ora, all'amore che noi portiamo al Cristo, molto spesso, non risponde che il suo silenzio e ci vediamo, quindi, costretti ad ammettere che non possiamo raggiungere Gesù così come raggiungiamo un altro uomo. Il nostro amore non ha un costrutto visibile e sensibile, poiché risiede necessariamente nella fede, ed è proprio l'aiuto della sola fede che ci permette di affrontare le diverse tappe in cui la nostra carità verrà messa alla prova, affermata e accresciuta nel suo slancio verso Dio.

La verità, la convinzione sulla quale dobbiamo stabilire solidamente la nostra vita di preghiera, è la certezza di essere amati da Dio, di essere amati dal Cristo, non di un amore qualunque, ma di un amore di scelta e di amicizia: questa certezza di fede è un preliminare indispensabile durante tutto il nostro cammino verso Dio. Finché non abbiamo scoperto ciò, non potremo avanzare né nell'amore di carità, né nella vita di preghiera, poiché il nostro amore per Dio non può essere che una risposta e come potremmo noi essere capaci di amare veramente, se prima non siamo amati? Sta di fatto, che gli uomini fanno più fatica a credere di essere amati che a credere ai poveri sforzi di cui sono capaci

nell'amore: quando pretendiamo di amare, facciamo sforzi di cui siamo coscienti e questo ci fa credere che possiamo dare qualcosa a Dio! Ma saperci amati, anche quando siamo nel peccato, o quando siamo nella freddezza, nell'oscurità, quando soffriamo o quando siamo scandalizzati dal comportamento di Dio nella sua provvidenza, è cosa di estrema difficoltà. Non ci pensiamo mai abbastanza, assorbiti come siamo dai nostri meschini sforzi di amore!

E poi c'è il male, il grande problema del male! È proprio attraverso tutte le sue apparenze ingannevoli che dobbiamo credere di essere «amati di vero amore!». Colui che ha scoperto ciò, ha trovato il suo giusto terreno sulla strada che porta all'amore di Dio, a condizione, però, che ne mantenga vivo il ricordo, e ben radicato nel suo cuore. Naturalmente non si tratta solo dei sentimenti particolari provati nel giorno dell'ordinazione o della professione, di quei sentimenti sentiti in certe ore gloriose della nostra vita spirituale, quando il Signore permette che godiamo delle sue gioie interiori, per aiutarci a scoprire l'amore che egli ci porta. Si tratta di un sentimento ben più profondo, di qualche cosa di più forte e capace di resistere a tutte le tentazioni, gli scandali: la certezza di sapersi amati!

*Accettarci come siamo: peccatori*

Dobbiamo innanzi tutto accettare da Dio, con riconoscenza, l'esistenza e la vita, così come ci sono state donate. C'è chi non è soddisfatto e si lamenta di essere ciò che è. Penso che siamo più o meno tutti in questa condizione. Non siamo soddisfatti di quello che Dio ci ha dato, della parte che egli ci ha assegnato; non vorremmo avere le difficoltà interiori che sentiamo, essere soggetti a tentazioni che ci umiliano, non vorremmo essere oppressi da quei complessi che ostacolano i nostri rapporti con gli altri uomini; vorremmo, infine, essere degli altri, essere diversi da ciò che si è in realtà. Inoltre, Dio ha creato il mondo, ed è prima di tutto attraverso questo mondo, così com'è, attraverso la nostra stessa esistenza, che dobbiamo imparare a scoprire l'amore di Dio per le creature.

Dobbiamo amare *tutto* della creazione, non solo in linea di massima ma concretamente. È una tale disposizione di fede, di ottimismo vero e soprannaturale, che dava a certe dichiarazioni di papa Giovanni XXIII questa grazia particolare di comunicare la pace e la serenità a tanti uomini. Siamo felici di essere come siamo, di esistere, felici di esistere ora nel nostro tempo! Questo sembra nulla, ma un tale atteggiamento è la base per scoprire che siamo amati.

Sappiamo trovare anche nelle nostre imperfezioni e nelle nostre debolezze il segno dell'amore di Dio! L'accettazione del nostro stato di povertà e di miseria spirituale dà occasione al Cristo di avvicinarsi a noi per guarirci. Dobbiamo lasciarci guarire. Avremmo preferito essere al posto del fariseo o del

pubblicano, nel Tempio?

Perché non trovare un motivo di azione di grazia e un segno dell'amore di Dio nelle nostre debolezze? È attraverso la debolezza dell'uomo che Dio manifesta la sua potenza. Senza la coscienza della nostra miseria come potremmo capire ciò che significa la parola «misericordia», questa inclinazione che è nel cuore del Cristo e che è in lui qualcosa di specificamente divino, che gli permette di affermare, nella pienezza, la sua divinità compatendo la nostra miseria e perdonando i nostri peccati? Per noi, poveri peccatori, è il cammino di accesso verso Dio: sapersi amati al punto di essere totalmente perdonati; e, per mantenere questo sentimento alla base della nostra vita spirituale, ci occorrerà molto spirito di fede!

*Stabilirsi al centro dell'amore salvifico*

La seconda tappa consiste nel credere alla presenza di Gesù, come alla conseguenza del suo amore creatore e salvifico. Il Cristo è risuscitato, noi lo crediamo! Gesù è salito al cielo, in quanto egli non ha più rapporti diretti con la terra, con la sua umanità, come al tempo in cui gli apostoli potevano vederlo e toccarlo; ciò nonostante, Gesù resta presente a noi, vale a dire che ci vede, ci conosce nel più profondo di noi stessi e in ogni istante della nostra vita. Dobbiamo ricordarci di quanto Gesù sia interamente proteso verso di noi, che la Chiesa stessa ci appartiene e che noi siamo il centro dell'universo soprannaturale, in quanto, per la nostra vita divina, la nostra redenzione e la nostra beatitudine spirituale, noi abbiamo bisogno non di un solo frammento o di una semplice particella, ma di tutto intero questo mondo soprannaturale! È errato credere che il sangue di Gesù, la sofferenza del Calvario e, più profondamente ancora, l'oblazione interiore del Cristo obbediente in vista della redenzione, non fossero necessarie nella loro totalità per ciascuno di noi, e che una goccia del suo sangue, una sola parte della sua passione ci fossero destinate. No, Dio non si divide, il Cristo non si divide, né il suo sangue, né il suo sacrificio e nemmeno il suo amore. Se ci fosse stato sulla terra anche un solo uomo, sarebbe stata necessaria tutta la passione per salvarlo, per fare di lui un figlio di Dio e condurlo alla visione beatifica. È questo che dobbiamo capire se vogliamo comprendere a che punto il Cristo ci ama, a che punto gli apparteniamo e lui appartiene a noi. Non è frutto di un'ambizione smisurata o di folle immaginazione, credere, come santa Teresa del bambino Gesù, che Gesù si occupa totalmente di noi! Al contrario, è una profonda intuizione del mistero della semplicità divina, che si dona sempre per intero. E deve essere così nei nostri rapporti con il Cristo: sappiamo inserirci *al centro del suo amore*, come se lo possedessimo interamente e saremo, allora, nella verità.

Pensare diversamente, è frutto della nostra sensibilità e della nostra immaginazione, perché queste si oppongono a una tale visione di fede, che ci

colloca direttamente nel mondo del Cristo sorpassando tutto ciò che ne pensiamo in proposito. A noi spetta di apprendere e conoscere Gesù Cristo sempre meglio e ogni giorno di più. Perché, come potremmo continuare ad amare o, più esattamente, credere all'amore, se non cresciamo «in saggezza e intelligenza spirituale» nei confronti di colui che amiamo? L'esigenza, il desiderio di conoscere il Cristo, è uno dei primi segni dell'amore vero.

*La conoscenza del Cristo: rivelazione dello Spirito*

Desideriamo veramente conoscere il Cristo? E, in caso affermativo, come possiamo arrivare a conoscerlo? Troppo sovente noi siamo in balia di una conoscenza vaga e sentimentale. Che idea ha di Dio la maggior parte dei cristiani? Certo, ci è impossibile pensare a Dio o a Gesù senza l'interferenza di una forma intellettuale o immaginativa, per quanto spirituale possa essere. La grazia può servirsi e vivificare una conoscenza molto imperfetta e lo Spirito Santo lavora nei cuori. Ma io parlo qui della conoscenza oggettiva di Dio e del Verbo incarnato. Quando noi pensiamo al Cristo, ci raffiguriamo qualcuno e questa è necessariamente una forma immaginativa, spesso in correlazione con immagini della nostra infanzia, della nostra educazione. Ma il più sovente, questa raffigurazione del Signore resta troppo umana, incompleta, per non dire addirittura deformata. Un esegeta non-credente che studiasse la Scrittura e il Vangelo, sarebbe in grado di farsi un ritratto del Cristo, di descriverci le sue reazioni, il suo carattere, di riassumerci i suoi insegnamenti; ma questo significherebbe conoscere veramente il Cristo? Gli apostoli stessi, pur presagendo il mistero della sua messianicità, ebbero all'inizio una tale conoscenza del Cristo, basata sull'esperienza sensibile: essi lo vedevano, lo sentivano e solo a poco a poco si affermò l'intuizione soprannaturale della fede approfondita, che permise loro di giungere alla vera conoscenza del mistero personale e propriamente divino del Cristo.

«Ma voi, chi dite che io sia?... Beato te Pietro, perché questa rivelazione ti è stata fatta non dalla carne o dal sangue, ma dal Padre mio che è nei cieli» (Mt. 16, 15-17).

Abbiamo dunque bisogno di conoscere Gesù in un modo più approfondito; ma per quale cammino dobbiamo progredire in tale conoscenza? Nella Chiesa del Cristo, ci vengono offerte due strade. Quella della meditazione della Scrittura, illuminata dagli insegnamenti dottrinali del magistero e attraverso l'esempio vivente dei santi, ci conduce a una reale conoscenza del Cristo nella fede. E nella misura in cui questa conoscenza è assimilata dalla carità, giungiamo a poco a poco a «questa intelligenza spirituale» del Cristo, di cui parla anche Paolo in una lettera ai Colossesi, che non ha nulla in comune con la conoscenza immaginativa e sentimentale che noi possiamo avere.

Essa è anche frutto della nostra più intima esperienza personale: quando si è stati molto perdonati, si possiede una conoscenza sperimentale della misericordia di Dio, che non ha certo chi non l'ha provata. Ed essa si dilata in una intuizione di fede, che non si può né descrivere, né esprimere e nemmeno immaginare, ma che diventa uno dei fondamenti della nostra vita di preghiera.

Inoltre, c'è il cammino attraverso cui ci conduce lo Spirito Santo. Senza il suo intervento, noi non possiamo assolutamente conoscere il Cristo in un modo perfetto, nemmeno a prezzo di notevoli sforzi di riflessione, di studio e di meditazione, anche con l'amore più grande. Ma noi, prendiamo sul serio le promesse e gli avvertimenti del Signore nel suo discorso di addio, la sera del giovedì santo? Perché, non si crede maggiormente all'azione efficace e reale dello Spirito Santo in un'anima, nel momento della preghiera? Non vi crediamo abbastanza! È per questo che non abbiamo ardire e che la nostra speranza è tanto debole! Sul cammino dell'intimità con il Cristo, rimane da percorrere un'ultima tappa ed è quella della sua imitazione; se non gli assomigliamo, molti aspetti della sua insondabile ricchezza ci passeranno inosservati. Non potremo giungere a conoscere veramente Gesù, se prima il nostro cuore e la nostra vita non saranno stati trasformati dalla carità e dallo spirito delle beatitudini. San Giovanni ci avverte: «Colui che intende rimanere in lui, deve comportarsi come egli si è comportato» (1 Gv. 2, 6). Ma contemporaneamente è vero anche il contrario: noi non possiamo vivere pienamente la carità senza conoscere Gesù. È facile costatare fino a che punto noi siamo incapaci di manifestare interamente la carità: è proprio su questo piano, che si riscontra la mancanza di unità che c'è in noi, il dualismo fra spirito e materia insito nell'uomo caduto e ferito dal peccato. Ora, è la *contemplazione* nella luce dello Spirito, che sola può assicurare l'unità fra la preghiera e il dono di sé agli altri, tra l'amore per Dio e quello per i fratelli. E c'è un'illuminazione su ciò che l'amore ci chiede, che non potremo avere se non conosciamo il *cuore del Cristo*; c'è una conoscenza del Cristo che è indispensabile per farci scoprire le sollecitazioni della carità nelle sue manifestazioni più esteriori e concrete, più umili e più eroiche. Ci sono delle sfumature di delicatezza, di tenerezza, di rispetto per gli uomini, di infinita misericordia che non riusciamo a manifestare, se prima non saremo in grado di contemplarle nel cuore del Cristo e se il Cristo non verrà in noi. Senza questo, siamo costretti a delle approssimazioni inette in materia di carità e, forse, a delle falsificazioni. L'esercizio della carità è come razionalizzato dalle nostre vedute ristrette. Senza un certo grado di contemplazione, non credo si possano mettere in pratica i comandamenti di Gesù e sforzarsi di essere perfetti come il Padre celeste è perfetto! Ogni santo è, in un modo o nell'altro, un vero contemplativo del Cristo. Non sapremmo dividere i santi fra quelli contemplativi e attivi in base ai loro intimi rapporti con il Cristo, ma secondo il loro stato di vita esteriore. Lo stesso sant'Ignazio, insegnava che bisognava essere contemplativi nell'azione. Questa esigenza contemplativa nella nostra vita cristiana e religiosa è tanto più importante ai giorni nostri, in cui il mondo nel quale siamo

impegnati ci sollecita in modo multiforme sia sul piano dell'apostolato, che su quello delle opere così dette di carità: non vi sapremo dunque far fronte senza un avanzamento nella contemplazione. Più il corpo si fa pesante e complesso, più l'anima deve essere forte, vigilante e vivente. Senza questo progresso nella contemplazione si rischia lo squilibrio, non soltanto nelle congregazioni religiose, ma nella Chiesa stessa. È dunque a un approfondimento della vita di preghiera, che Dio ci invita attraverso le stesse circostanze della vita attuale.

### *I mezzi di unione a Dio*

Non voglio terminare senza dare alcune indicazioni concernenti i mezzi di vita contemplativa; indicazioni brevi e sommarie, poiché infinite sono le strade che possono condurre alla contemplazione una determinata anima, in una determinata forma di spiritualità e in un certo stato di vita. Quando si parla di mezzi di unione a Dio, è utile ricordare che possono essere di due specie. In primo luogo ci sono i mezzi che, di per se stessi, favoriscono il raccoglimento o la conoscenza di Dio. Sono i mezzi tradizionali e sperimentati nella vita della Chiesa, come il silenzio, il ritiro dalle attività umane, ogni occupazione che, per la sua natura stessa, concorre a sviluppare la nostra fede: la lettura spirituale, la meditazione del Vangelo, lo studio della teologia. Questi mezzi sono come brace ardente che, essendo infiammata, può rianimare un fuoco anche se completamente spento. Poi ci sono tutte le altre attività umane che, esse pure, possono alimentare il nostro amore per il Signore e la nostra preghiera. Strettamente parlando, queste azioni non sono dei mezzi di contemplazione, ma possono essere materia, occasione e incitamento per una preghiera contemplativa, a condizione, però, che noi si abbia un cuore sufficientemente preparato, sufficientemente ardente di carità, di vera carità! Queste azioni diventano, allora, come dei carboni spenti che, a contatto con un fuoco abbastanza forte per arderli, vengono ad accrescerne la vivezza. Ma se il fuoco nel quale queste azioni vengono buttate è troppo debole, anziché alimentarlo lo spengono. È per questo che le nostre azioni comuni e quotidiane, tutte le nostre attività possono avere un doppio effetto, per quanto concerne i nostri rapporti con il Cristo. Esse possono lentamente soffocare lo spirito, allontanarci dal Cristo, prendendo il primo posto nei nostri pensieri, poiché non hanno in lui le loro radici. Al contrario, possono alimentare la purezza della nostra carità e, di conseguenza, disporci meglio alla preghiera. Penso che ciò che attualmente manca nella vita religiosa è il saper salvaguardare la possibilità di una vita spirituale in mezzo alle nuove attività del mondo moderno. Intendo dire, con ciò, che un certo numero di religiosi e religiose - e questo riguarda anche i laici - non hanno ancora scoperto l'ascesi appropriata per conservare nel mondo la padronanza di sé e quindi la possibilità di raccoglimento. Penso che questa ascesi si potrebbe definire necessaria quanto il mantenersi in uno stato fisico, nervoso e psichico, tale che si possa essere spiritualmente *attenti al momento presente*. Credo che questa capacità di vivere, completamente vigilanti, il

momento presente sia il grande segreto della vita spirituale e, qualora non si riuscisse più a farlo, ci si troverebbe incapaci di raccoglimento e di un'autentica vita spirituale. In effetti, il non riuscire più a essere attenti al momento presente è il frutto di un lavoro troppo intenso, di mancanza di distacco dalle cose e dalle situazioni che ci premono, del voler fare troppe cose alla volta, in una parola, insomma, non è che la conseguenza di aver perso il controllo di se stessi.

## I FONDAMENTI UMANI DELLA PREGHIERA

Ho avuto più volte occasione di constatare che, quando pretendiamo di non aver tempo per pregare, si tratta, nella maggior parte dei casi, non di una reale mancanza di tempo, ma di una specie di impossibilità psicologica di trovare il tempo necessario provocata da uno stato interiore di precipitazione e di tensione. La nostra vocazione ci obbliga a trovare la via di una preghiera contemplativa senza smettere di frequentare la società degli uomini, ed è quindi indispensabile per noi usare i mezzi necessari per pervenire a uno stato di calma interiore. Questa condizione preliminare ci sembra forse molto terra terra e di ordine puramente psicologico, e saremmo portati a credere che sia più perfetto il prodigarsi senza limite e l'attendere tutto dall'azione della grazia, nella nostra vita di relazione con Dio. Certo, Dio può fare in questo campo ciò che vuole. Tuttavia sarebbe sbagliato trascurare di metterci in uno stato di calma interiore, senza il quale non vi è raccoglimento. Sarebbe errore grave il non prendere in considerazione tutte le condizioni naturali che possono aiutare la fedeltà alla preghiera. Quante famiglie religiose, quanti sacerdoti sono oggi sciupati per questa mancanza di semplice saggezza elementare! Perché, questo stato di precipitazione interiore è così frequente, e quali ne sono le cause? In primo luogo, vi è una predisposizione dovuta al temperamento o ad abitudini interiori; possiamo sempre migliorare il nostro temperamento con la grazia di Dio e con pazienza instancabile, con l'umiltà e la perseveranza. Non dobbiamo mai pretendere un risultato immediato, né superare con sforzi immani la possibilità psicologica del momento. La generosità è totale quando mettiamo tutto il nostro sforzo: andare oltre, non è più generosità, ma presunzione o errore di valutazione della nostra natura umana. Vi è poi l'influenza dell'ambiente esterno, con tutte le conseguenze di nervosismo, di fatica, di mancanza di sonno sufficiente. In questo campo non si fa, certo, sempre come si vorrebbe, ma è già molto cercare di fare tutto ciò che si può, nei limiti del proprio dovere. Talvolta crediamo che la generosità e la grazia di Dio possano permetterci di affrontare, senza danno, qualsiasi ritmo di vita o qualsiasi

atmosfera di eccitazione sensibile. Molto spesso, la causa più importante e più sottile di questo squilibrio va ricercata in noi stessi: ed è un vago senso di insoddisfazione profonda, di frustrazione o la mancanza di una felicità che vediamo sfuggirci. Non osiamo confessarlo a noi stessi e, per generosità e fedeltà, in una continua tensione della volontà, ci sforziamo di donarci a Dio e agli uomini, in una spogliazione che ci appare inumana. Si ha come l'impressione che la nostra vita spirituale sia diventata una costruzione instabile e che tutto precipiterebbe se ci si fermasse a riflettere, nella paura di prendere coscienza della propria insoddisfazione. Dov'è dunque l'errore? Le rinunce dei santi del passato, ci sembra avessero un altro accento: sacrificio di sé, rinuncia totale, sì, ma accompagnata da un senso di pienezza e di pace. Sentiamo confusamente che nell'atmosfera spirituale del mondo attuale vi è qualcosa di inafferrabile, una tendenza, una predisposizione al pessimismo, alla disperazione, che si stempera anche su di noi e ci colora di sé. Non osiamo più confessare di aver un bisogno irresistibile di felicità e di pieno sviluppo personale! Si muore di sete di felicità e ci si immagina che Gesù ci chieda di essere pronti a rinunciarvi e, nel nostro intimo, proviamo un senso di disagio, di inferiorità nei confronti di coloro che, non senza ironia, proclamano il carattere mitico ed egoista della fede nella felicità perfetta di un altro genere di vita. Crediamo di essere obbligati all'«amore puro», cioè a una forma di amore che pretenda di rinunciare definitivamente e per l'eternità a ogni desiderio di personale soddisfazione, nel timore di non essere perfetti nella carità. Dobbiamo ritrovare l'equilibrio dell'uomo, così come Dio lo ha fatto e il Cristo l'ha rifatto, e avere il coraggio di guardare Dio come alla sorgente più completa della felicità e dello sviluppo totale di ogni uomo. La rinuncia che Gesù ci chiede non è di rinnegare i desideri essenziali della nostra natura umana, ma una temporanea astensione da beni limitati, per meglio assicurarci il possesso definitivo di un bene supremo più grande. In fondo, consiste nel prendere l'abitudine di aspettare una gioia più grande e completa, non solo per lo spirito, ma per tutto il nostro essere. Il Cristo ci parla di tesori che si possederanno e asserisce che quanti rinunceranno a ciò che sembra loro tanto desiderabile quaggiù - famiglia, moglie, figli, ricchezze materiali - riceveranno il centuplo! Finché non avremo accettato, come ragione ultima della nostra vita cristiana, il bisogno di trovare una via più sicura verso una più grande felicità, non attueremo le condizioni di un completo equilibrio spirituale. Certo, dovremo passare attraverso la croce, ma essa sarà come una operazione chirurgica, che guarisce noi e gli altri. Bisogna passare per essa, guardando al di là. Non sapremo far meglio di Gesù stesso, che aveva paura di passare per l'agonia del Getsemani e per la croce del Calvario, perché aveva sete, una sete ardente di altro: della fine della sofferenza e della risurrezione e glorificazione della sua umanità.

# LE TAPPE DEL CAMMINO DELLA PREGHIERA

Vi sono due tappe nel cammino della preghiera, separate dal deserto di una grande povertà. Durante la prima, la nostra preghiera ci sembra essenzialmente un'opera personale. La nostra fede, appoggiata sulla meditazione, nutrita dai sentimenti, si sforza di imporre ai sensi, all'immaginazione, allo spirito, un atteggiamento di figli di Dio, atteggiamento che non è per noi né spontaneo, né naturale. Ancora vincolati in tutto ciò che è sensibile, appesantiti dai nostri istinti naturali, sentiamo il bisogno di appoggiarci su qualcosa di esterno. Abbiamo necessità di essere socialmente aiutati dai nostri fratelli, dagli insegnamenti dei santi; facciamo nostre le loro preghiere, i loro sentimenti verso Dio, poiché non siamo ancora noi stessi dinanzi a lui. Siamo come in fase di «muta» spirituale. È il tempo in cui la meditazione domina tra i mezzi a nostra disposizione, per concentrarci in Dio. Poi, viene il tempo dell'impoverimento dello spirito durante la preghiera, cioè il distacco dalle cose, la perdita di sé, la lenta maturazione dello spirito oltre il sensibile. La passione di Gesù deve attraversare la nostra vita, e la nostra preghiera ne è il segno. Diventiamo *poveri* davanti a Dio, perché abbiamo imparato a essere, dinanzi a lui, ciò che realmente siamo. A poco a poco, ci abituiamo a ricevere nella preghiera, senza sentire ciò che riceviamo, invece di sforzarci di dare, consci di ciò che diamo. Il nostro essere, nella sua povertà, impara a offrirsi e ad abbandonarsi a Dio, non a sentimenti o a parole, ma nella verità dolorosa: nasciamo alla croce. Ed è allora che inizia la seconda tappa, alla quale si applica principalmente ciò che ho scritto sulla «preghiera della povera gente». Non vi è opposizione tra queste due forme di preghiera, né intendo inseguire due diverse strade, ma due tappe di uno stesso cammino. Naturalmente, non esistono frontiere ben distinte tra questi due tratti di strada e, forse, era necessario che «la preghiera della povera gente» fosse scritta per prima, onde illuminare, con la sua povertà, lo svolgersi necessariamente più riflessivo e più elaborato della prima tappa, durante la quale dobbiamo mettere più del nostro, consolidare la nostra fede ed esercitare la volontà nel lavoro dell'amore, così da essere, poi, in grado di venir semplificati attraverso un impoverimento che non sia prematuro, né anteriore all'azione di distacco che Dio opera in noi. Soltanto il possedere la ricchezza di Dio può renderci poveri, altrimenti rischiamo di perdere la nostra vita, ma senza poterla poi ritrovare.

## IL CAMMINO DELLA PREGHIERA

## *Le difficoltà*

Abbiamo sperimentato quanto sia difficile essere fedeli all'adorazione e mantenersi in tale atteggiamento quando si prega. Alcune difficoltà incontrate sono indipendenti dalla nostra generosità e non ne siamo responsabili. Vi sono infatti materiali che non possiamo modificare: la cappella è calda, vi si sente la radio del vicino, si ha appena il tempo di fare l'adorazione e ci si deve spicciare, le visite arrivano proprio al momento in cui si sta andando in cappella... Vi sono anche altre difficoltà più interiori su cui non possiamo nulla: si ha la testa vuota, perché è sera e si è studiato tutta la giornata, ci si sente abbruttiti per la fatica di un pesante lavoro manuale o insonnoliti per una notte troppo breve. Oppure è il vagabondare dell'immaginazione lontano dal Signore, le fantasie che ci mantengono nel vago o gli affanni e le preoccupazioni del lavoro che invadono la nostra memoria, quando non sono le immagini impure che si impadroniscono di noi... Tutte queste difficoltà, esterne e interne, devono essere sopportate con pazienza e possono essere progressivamente superate nella misura in cui ciò è possibile all'uomo. Ma a queste difficoltà altre se ne aggiungono, di cui siamo più o meno responsabili e di cui dobbiamo cercare di eliminare la causa. Molti di questi ostacoli provengono sia da idee inesatte sulla preghiera, sulla vita di fede e sulle leggi del loro sviluppo, sia da una formazione alla preghiera, ancora incompleta, sia infine - bisogna riconoscerlo - dalla negligenza o da una obbedienza imperfetta alle direttive, che ci sono state date. Vi è dunque uno sforzo da fare per meglio pregare: ma di quale natura deve essere questo sforzo?

## *Povertà di spirito e indigenza spirituale*

Un'ora di adorazione è, a parere di tutti, un'opera dura e difficile; sovente ci si trova assaliti da distrazioni e da preoccupazioni che - anche quando si scacciano - lasciano spesso apparire solo una specie di vuoto interiore. Ci si sforza allora di «resistere» per tutto il tempo che si deve passare in cappella: la preghiera finisce così per apparire sotto l'aspetto di un sacrificio da sopportare e da offrire coraggiosamente al Signore. Alla maggioranza di noi, la preghiera appariva più facile all'inizio della vita religiosa: poi, abbastanza rapidamente, il senso di «vago» è venuto, e ci si è abituati a esso. Da principio si è cercato di reagire, poi si è finito per rassegnarsi a non poter far meglio, pur essendo coscienti che, forse, vi era qualcosa da fare. Ma *come*? Alcuni non sanno capire se questo vuoto doloroso della preghiera è voluto dal Signore o se deriva da una loro negligenza; forse non sanno *come* fare per pregare, mentre avrebbero pur dovuto imparare a farlo. Ci si domanda, allora, come va inteso l'insegnamento dato nel capitolo «La preghiera della povera gente». Alcuni sottolineano che la rinuncia alle condizioni e alle attività normalmente necessarie allo sviluppo dell'orazione può essere consentita solo in uno stato di orazione infusa, cioè in uno stato di preghiera estremamente semplice, prodotto dall'azione dello

Spirito Santo in una zona profonda dell'anima: stato contemplativo che ci unisce a Dio più profondamente di ogni altra forma di preghiera più sentita e che sarebbe il punto d'arrivo cosciente dei nostri sforzi di intelligenza, di immaginazione e di cuore. Questo stato di preghiera contemplativa, prodotto da Dio, non dipende quasi più dalle condizioni esterne e lascia libero il campo alla nostra immagine e consapevolezza; di qui una certa impressione di vuoto, di aridità interiore, che richiede generosità per essere sopportata a lungo. Ora, non si sa bene *come* distinguere questo stato, proprio della migliore preghiera, da quell'altro tipo di vuoto e di passività «vaga» che si prova talvolta dopo qualche anno, quando la preghiera affettiva non ci è più concessa. Senza dubbio, quando questo vuoto è riempito dalla presenza di Dio, questa si manifesta - quasi sempre - attraverso la consapevolezza di un certo assoluto e la certezza vitale che l'ora di adorazione è il momento più importante ed efficace della giornata. Questa certezza è spesso sentita al di fuori del tempo della preghiera, più che non al momento stesso in cui ci si dedica ad essa, perché, allora, l'oscurità invade l'anima insieme a un sentimento doloroso di miseria e di impotenza. È una conoscenza oscura, un amore senza gioia, ma forte e unito a una consapevolezza acuta di miseria morale e di mancanza di generosità. Si ha l'impressione di non poter più giudicare la propria preghiera: Dio solo sa ciò che essa è. Vi sono, certo, dei momenti di dubbio in cui ci si chiede se non sarebbe meglio far qualcosa per uscire da questo stato di orazione senza immagini e senza idee, in cui l'immaginazione continua spesso il suo vagabondaggio, il suo «cinema interiore». Bisognerebbe forse prendere un libro, meditare un passo del V angelo? Se a volte abbiamo la certezza che lo Spirito di Gesù preghi in noi in tal modo, vi sono invece altri momenti in cui Gesù attende da noi una collaborazione più attiva. Questo stato di vago in cui spesso ci troviamo nel momento dell'orazione non è né una preghiera, né una presenza oscura di Gesù, è semplicemente la conseguenza del fatto che non sappiamo pregare o che non siamo abbastanza generosi nella nostra perseveranza.

#### *Verso la preghiera contemplativa*

Se Gesù ci ha chiamati a seguirlo, non si è anche impegnato a darci le grazie necessarie per ben pregare? Sì, ma queste grazie non saranno, forse, per tutti, quelle della contemplazione infusa. E, tuttavia, dobbiamo avere fiducia che Gesù ci darà sempre la *possibilità* di condurre la nostra vita di unione con lui e di consacrarci alla preghiera di adorazione e di supplica con lui. Ma egli non farà nulla senza di noi: bisogna imparare a pregare fin dall'inizio e continuare poi a trattare la preghiera come un'opera importante, alla quale abbiamo il dovere di dedicare tutte le nostre cure. Non sapremo mai se Gesù ha deciso di darci, un giorno o l'altro, questo stato gratuito di preghiera contemplativa: e facciamo fatica ad accettare questa incertezza! Saremmo dunque ai suoi occhi come divisi in due gruppi? quelli che sono chiamati a ricevere la grazia della preghiera contemplativa, e quelli che - non essendo destinati a riceverla -

devono perseverare davanti alla porta bussando? No, non è così semplice! Certo, Gesù fa ciò che vuole ed è padrone dei suoi doni. Egli va e viene, visita ora l'uno, ora l'altro, viene subito o si fa attendere per tutta una vita. Quando diciamo che Gesù *viene*) intendiamo parlare di una presenza che si manifesta attraverso una certa conoscenza infusa, ma Gesù ha molti altri modi di essere presente in un cuore che si sforza il più possibile, con tutto il suo amore, di pregare con l'impressione che non vi riuscirà mai! È frequente - è anzi normale - che la nostra vita di relazioni coscienti con Gesù inizi con una fase di preghiera più facile, sorgente di gioia e di sentimenti d'amore, ricca di una conoscenza di Gesù che ci rende facile ogni distacco. È una tappa normale, stavo per dire classica, ed è augurabile che noi l'attraversiamo per un periodo più o meno lungo. Non bisogna cercare di abbreviarla, né distaccarsene prima del tempo; queste gioie, questa facilità vengono dal Signore e sono destinate a farci uscire da noi stessi, al fine di attirare il nostro amore a lui, alla Vergine e ai Santi. Dobbiamo solo essere attenti a non lasciarci andare alle imperfezioni e ai difetti a cui si è allora esposti. Ho detto che questa fase è normale. Che succede, allora, se non l'abbiamo attraversata? Se non abbiamo mai gioito di questa iniziazione alla preghiera, ricca della gioia di appartenere a Dio e, tuttavia, improvvisata da lui? Sarà colpa nostra? Non sempre. Ma può succedere, in realtà, che noi siamo più o meno responsabili di questa mancanza di gioia perché avremo trascurato d'imparare a ben pregare. Tuttavia, vi può anche essere dell'illusione nel far pesare tutta la responsabilità delle difficoltà incontrate nella preghiera su una mancanza di formazione o sull'assenza di un metodo. Non vi è un risultato soddisfacente nell'orazione, ed è la prima conclusione da ricordare, qualunque sia il fervore della nostra preghiera. Saremo, anzi, tanto meno soddisfatti della nostra preghiera, quanto più questa ci avrà avvicinati a Dio. Questo sentimento d'insoddisfazione è insito nella preghiera stessa: è il segno di un desiderio non soddisfatto che può crescere solo con la carità, e che cesserà soltanto nel momento in cui vedremo Dio faccia a faccia. Bisogna dunque accettare di non essere mai soddisfatti della propria preghiera e sforzarci continuamente di far meglio, convinti che questo - almeno in parte - dipende da noi, anche quando Dio si incarica di portare la nostra preghiera alla semplicità totale.

*«Fermi nella fede, radicati nella carità, voi conoscerete l'amore di Cristo»*

*Pregare è pensare a Gesù amandolo.* Nella preghiera impariamo a conoscere Dio e a meglio amarlo e, anche quando la conoscenza non si rivela appieno, quando è oscura, essa è sempre presente come un cammino invisibile per cui passa l'amore. Conoscere è amare; non è forse proprio questo che, raramente abbiamo l'impressione di fare in chiesa durante questi istanti troppo spesso invasi dalla fatica, dal sonno e dall'abitudine, istanti che ci riconducono, tuttavia, ogni giorno ai piedi del tabernacolo? Esiste una tendenza abbastanza generale a trascurare quella *ricerca della conoscenza di Dio*, senza la quale non ci può essere preghiera. Questa negligenza non è forse troppo spesso all'origine di questo

stato di *vuoto* che molti lamentano, con il senso di esserne almeno in parte responsabili?" È normale, in queste condizioni, che l'ora di adorazione appaia sempre più come un momento duro da passare ai piedi del Cristo crocifisso. Si è persuasi, tuttavia, che bisogna tener fede a questo atto gratuito, il solo, anzi, che ci appaia fatto unicamente per Gesù; offerta del nostro tempo, della nostra fatica, perseveranza nell'oscurità. L'ora di adorazione è un atto di coraggio, di amore, di presenza davanti a Dio; essa è un sacrificio. Certo l'orazione comporta questo aspetto di sacrificio, ma non può essere solo questo. Alla lunga, questi atti di coraggio in pura perdita di sé, quando non sono sostenuti da una conoscenza di Gesù costantemente rinnovata in una ricerca amorosa di fede, questi atti di pura volontà ci portano allo scoraggiamento. Un atteggiamento che sia frutto unicamente della volontà, durante la preghiera, rischia di farci trascurare le condizioni richieste per un'offerta di noi stessi a Dio, offerta che deve essere non un atto isolato di coraggio nel vuoto, ma un vero «abbandono» di noi stessi nelle mani di Gesù, crocifisso per amore: per questo la nostra generosità deve essere diretta, in una luce di fede, verso la persona stessa del Cristo. Ci rendiamo conto, d'altronde, che quel vago stato di passività spirituale, di cui abbiamo parlato, non ci permette di conservare il coraggio necessario per partecipare alla croce di Gesù. Siamo troppo unicamente chiusi in noi stessi e, così, sentiamo che nel nostro vuoto manca una luce, anche debole, per dirigere il nostro atto di volontà, penetrarlo di amore per Gesù e farne così una vera comunione al suo sacrificio. Fortunatamente non succede sempre così, ma dobbiamo metterci in guardia da una simile illusione e sforzarci di superarla. Ciò che più ci manca, nel momento della preghiera, è di conformarci alle leggi dello sviluppo della fede e dell'amore di carità. La preghiera non è altro che un momento specialmente consacrato a mettere in attività la nostra virtù di fede, non il desiderio di raggiungere Dio attraverso questa conoscenza oscura e al fine di amarlo di più: pensare a Dio amandolo. Non possiamo pensare a Dio senza conoscerlo, e questa conoscenza intima è interamente contenuta nella fede divina che ci porta attraverso la scoperta di Gesù fino al mistero di Dio, uno in tre Persone. Se si insiste sull'importanza dell'atto di fede è perché questo precede l'amore di carità. Il nostro errore è sovente di voler esercitare la carità senza preoccuparci abbastanza di alimentare la nostra fede. Abbiamo tendenza a credere che la fede possa esistere e crescere senza essere né alimentata né esercitata attraverso uno sforzo attivo delle nostre facoltà conoscitive. Forse questa è la nostra più grande deficienza e solo da noi dipende il rimediarevi, per imparare a meglio pregare. Non esiste forse nel nostro pensiero qualche equivoco quando parliamo costantemente di «vita di fede»? Questa espressione ha un contenuto «vago»: essa include, senza dubbio, la volontà di essere fedeli a Gesù, ma senza una sufficiente preoccupazione di un preciso atto di intelligenza. Oggigiorno, le menti sono naturalmente portate all'imprecisione, a una mancanza di obiettività; ci si accontenta facilmente di espressioni fatte, il cui contenuto intellettuale è ben poco preciso, ma che richiamano un atteggiamento

sentimentale. Vi è tendenza a diffidare di ogni disciplina, di ogni aiuto esterno, con il pretesto di essere veri, di restare se stessi; questa suscettibilità a salvaguardare la propria spontaneità, sulla quale viene fondato il valore essenziale della preghiera, impedisce di capire ciò che è la vera libertà. Questo orrore dell'artificiale, della forma esterna, dell'abitudine, ci fa rifiutare istintivamente ogni sostegno tradizionale della preghiera, ogni metodo, ogni mezzo per disciplinare l'immagine o la mente. Si è così portati spontaneamente a semplificare, in tale maniera, il quadro della vita spirituale - fosse anche quello della cappella e della vita liturgica - che si può giungere a privare le potenze naturali della conoscenza di un punto di appoggio per essere normale. Si ha sete di realismo e, a forza di volere evitare ogni rischio di restare a mezza strada, non si vuol più prendere nessuna via e ci si espone a perdersi in un vuoto prematuro, dove ci si trova nella impossibilità di progredire. È bene prendere coscienza di una certa tendenza a un vago sentimentale che indebolisce la disciplina della volontà; di una tendenza al reale che rischia, paradossalmente, di portarci ad abbandonare la realtà della preghiera attraverso il rifiuto dei mezzi esterni, semplicissimi, ma normali per degli uomini; di questo bisogno di spontaneità, che ci porta a trascurare, se non a rifiutare, il valore della disciplina e dell'obbedienza; infine di questo atteggiamento di diffidenza verso tutto ciò che può condurre a un'abitudine, perché si confonde l'abitudine con l'assuefazione. Ora, non vi è amore possibile al di fuori della volontà, né la possibilità di educare e di conservare la fede senza ricorso ai mezzi di conoscenza più umili, né infine si hanno le virtù - fossero pure le virtù teologali - senza l'abitudine acquisita attraverso la ripetizione degli atti. Nutrire la propria fede ed esercitarla con atti precisi e concreti ci prepara direttamente alla preghiera. L'orazione è un'abitudine dello spirito, fortificato e sopraelevato dalla grazia; essa è l'abitudine di guardare Gesù, di guardare Dio e di guardare il mondo come Dio lo guarda. Quest'abitudine si acquista, come ogni abitudine, attraverso determinati *atti ripetuti* e che, come tutti gli atti di conoscenza, devono avere un oggetto preciso, che in questo caso ci è dato dalla rivelazione. Non si può uscire di qui. Nessun sentimento soggettivo potrà supplirvi, e nessuna preghiera può raggiungere Dio attraverso il solo sforzo della buona volontà e del sentimento, al di fuori di una luce di fede. Non si improvvisa un'orazione: essa è troppo legata a noi stessi. La nostra preghiera è l'espressione del nostro atto interiore ed è, necessariamente, in stretto collegamento con il livello della nostra situazione generale di fronte a Dio. La nostra fede si sveglierà nel momento della preghiera nella misura della forza e della vita a cui è giunta nella sua crescita. Per lasciare alla fede questa libertà di esprimersi in un cuore a cuore con Dio bisogna che le nostre conoscenze di fede siano state sufficientemente alimentate al di fuori della preghiera. La nostra fede, per mancanza di alimento, può intristire fino a non poter più dare frutti. La fede è una realtà vivente; essa si nutre delle conoscenze che Dio le propone e si fortifica attraverso atti che essa suscita nella carità. Senza alimento ed esercizio, un essere vivente deperisce

perché non assimila. Manchiamo di logica e di buon senso se di fronte alla debolezza della nostra fede, ci lasciamo scoraggiare senza prendere, invece, la decisione di nutrirla e, quindi, di esercitarla. Dobbiamo certo imparare a presentarci davanti al Signore come siamo deboli, senza vero ardore, senza una sufficiente rinuncia. Non temiamo di esporci con Gesù. Ma questo modo semplice e vero di esistere davanti a Dio non basta, e non dobbiamo fermarci qui! Dobbiamo elevarci al di sopra di noi stessi ricevendo la scienza che Gesù ci dà per conoscerlo. Dobbiamo portare in noi, al momento della preghiera, questa conoscenza di fede, con il desiderio vivo di riceverne di più.

### *Alimentare la fede al pane della Parola*

Alimentare la propria fede significa, leggendo e ascoltando, scoprire gli insegnamenti di Dio su se stessi e sulla sua vita in mezzo a noi. Questa scienza divina può entrare in noi solo attraverso i nostri mezzi di conoscenza, che sono l'intelligenza e l'immaginazione. Si trascura troppo spesso questo aspetto della fede. Si vuole semplificare e ricevere questa conoscenza al di là delle immagini e delle idee, senza alcuno sforzo di immaginazione e di riflessione: e questo è un errore. Certamente, l'insegnamento più importante ci viene dallo Spirito Santo, ma se dobbiamo prepararci a questo insegnamento diretto dello Spirito e attenderlo con vivo desiderio, non dobbiamo però trascurare di alimentare la nostra fede con i mezzi normali, finché ci sarà necessario; e lo sarà sempre in qualche modo e al di fuori dei momenti in cui Dio stesso vi supplirà. Ora, il modo di prepararci a sentire la voce del Signore che ci istruisce direttamente in fondo al cuore nell'ora della preghiera, consiste nel porre, al di fuori dei momenti stessi della preghiera, le attività necessarie allo sviluppo della conoscenza di fede. Queste attività comprendono sforzi di riflessione, di meditazione e di memoria. Allora, la nostra preghiera potrà evolversi in modo più semplice, silenzioso, in un cuore meglio preparato. Sentiremo in noi la pace che viene dal sentimento di aver fatto tutto perché Gesù possa venire. Allora, senza presunzione, la preghiera potrà avere la semplicità del desiderio e dell'attesa. Le facoltà di conoscenza utilizzate dalla fede sono immaginazione, intelligenza e memoria. Quando dico immaginazione, intendo parlare di tutti i sensi, nella misura in cui sono mezzi di conoscenza a servizio dell'intelligenza. Da quando la Parola eterna di Dio ha assunto un corpo, nel seno della Vergine Maria, per vivere in mezzo a noi, parlarci con un linguaggio umano e compiere azioni umane, i nostri sensi hanno una parte importante da svolgere per la conoscenza stessa di Dio. Gesù ha un viso umano che dobbiamo scoprire e amare; bisogna immaginarlo nelle situazioni della sua vita terrena, vederlo nascere, amare gli uomini, guarirli e morire per loro. Udire le sue parole e conservare tutto ciò nella propria memoria. È la meditazione del Vangelo che nutrirà così la nostra memoria, imprimendovi il volto del Cristo come quello dell'essere che più di tutto amiamo. «Quanto a Maria, essa conservava con cura tutti questi ricordi e li meditava in cuor suo» (Lc. 2, 19). Ma questo non basta,

perché lo Spirito di Gesù fa anche vivere, agire, parlare la sua Chiesa e i santi. È il suo Spirito che ha ispirato la riflessione degli apostoli e degli evangelisti, riportata negli scritti del Nuovo Testamento, che ha assistito il magistero della sua Chiesa dalle origini fino a Pio XII e papa Giovanni XXIII, passando per tutti i teologi che, gli uni dopo gli altri, hanno accumulato nella Chiesa tutto ciò che l'intelligenza, fortificata dalla fede, poteva scoprire nelle rivelazioni e nelle confidenze fatte da Dio all'umanità. È qui, su un piano più intellettuale, il nutrimento più forte della nostra fede, nutrimento sano garantito dalla Chiesa. Questa alimentazione, a opera della teologia, è una base indispensabile: perciò tutti dobbiamo imparare a conoscere i misteri di Gesù e della vita divina attraverso lo studio teologico. Non si deve solo capire, assimilare, ma anche affidare alla memoria e ritenere ciò che si è appreso, affinché, nel corso della vita, lo Spirito di Gesù possa servirsi di questi elementi per illuminarli, farli rivivere dal di dentro, mediante la sua luce. Inoltre, la storia dei santi, la loro fisionomia umana, le loro azioni, le loro parole, sono un linguaggio che si rivolge alla nostra intelligenza, ma anche attraverso la nostra immaginazione. Vi è qui un complesso di insegnamenti che dobbiamo imprimere nella nostra memoria; essi fanno rivivere il Vangelo in uomini più vicini a noi e di cui, forse, conosciamo il volto: ciò è per noi un invito a fare come loro. La meditazione del Vangelo e della Scrittura, la lettura delle vite dei santi e degli scritti degli uomini di Dio, lo studio teologico nella misura delle proprie possibilità, sono delle basi indispensabili per la preghiera. Secondo il corso normale della prudenza soprannaturale ed eccettuati i casi eccezionali di grazia, è impossibile pervenire a una vita di orazione contemplativa nel mondo, senza la condizione indispensabile e preliminare di una sufficiente alimentazione della fede. Non si può camminare senza nutrirsi! Bisogna, anche, reagire contro la tendenza a disumanizzare i nostri mezzi di conoscenza, sotto pretesto di distacco e di povertà di spirito. Si tratta di conservare in noi la conoscenza di Gesù, dei suoi misteri e di ravvivarne il ricordo. Non abbiamo il diritto, per negligenza o per principio, di fare a meno dei mezzi *sensibili* per evocare persone e cose del mondo invisibile: Gesù stesso non ha voluto fame a meno e, istituendo i sacramenti, ci ha indicato che egli attribuisce importanza ai mezzi sensibili, per alimentare e mantenere la nostra fede. Il volto di Gesù crocifisso, dinanzi ai nostri occhi, nella nostra camera o sul nostro tavolo, ci aiuta nei momenti difficili a ricordare la realtà della croce. L'immagine di Maria ci richiama pure tante cose. E se non sentiamo più questo bisogno, è forse perché abbiamo trascurato di ravvivarlo, ricordandoci che dobbiamo amare con tutto il nostro cuore Gesù, la Vergine e i santi, con l'aiuto dei nostri poveri mezzi umani e con i nostri gesti di uomini. Capisco, tuttavia, che talvolta si possa reagire dinanzi agli abusi o all'effetto negativo di certe manifestazioni esterne di culto, dinanzi al loro inadeguarsi allo stile espressivo più sobrio e più virile del nostro tempo. Ma in un momento in cui, più che mai, ci si rivolge ai sensi attraverso le forme, i colori, i suoni, la musica, le immagini, il cinema, la televisione, la pubblicità, sarebbe un vero pericolo pretendere di fare a meno di ogni evocazione sensibile

del mondo invisibile, al quale dobbiamo sempre restar presenti con tutta la nostra fede. Sarebbe presunzione volersi comportare diversamente, assumendo un atteggiamento contrario alle leggi della condizione umana e al modo costante con il quale Dio ha voluto agire nei nostri confronti.

*Purificare il cuore con l'esercizio della fede*

Non basta nutrire la fede, bisogna incarnarla nelle nostre azioni. Se la nostra fede non è stata esercitata durante la giornata, non stupiamoci se la troviamo anchilosata nel momento dell'orazione. Ci sembra che i tre atteggiamenti interiori più necessari per avvicinarci a Dio, siano il distacco da ogni cosa e da noi stessi, la carità verso gli altri e l'obbedienza. Nessuno di questi atteggiamenti può essere spontaneo; essi sono delle abitudini lentamente acquisite attraverso atti coscienti. Vivere è agire. Vivere di fede è obbligarsi, per volontà, a dei sentimenti o a degli atti che non corrispondono alle nostre reazioni umane ordinarie, ma che sono una conseguenza logica delle realtà invisibili, a cui solo la fede può attingere. Per agire contro le nostre tendenze naturali, ci vuole un motivo chiaramente presente allo spirito, almeno in modo latente, ma sufficiente per provocare questa reazione soprannaturale. È uno sforzo sempre difficile all'inizio, ma che diviene impossibile se la fede non è alimentata in modo esplicito. Bisogna avere presente il volto del Cristo crocifisso o risentire nel cuore le sue parole sulla necessità di perdersi, per sottoporsi a un sacrificio volontario, che ci si presentasse all'improvviso. Mettere la propria vita in accordo con la propria fede, suppone che il contenuto di quest'ultima sia ben vivo nella nostra memoria e capace di tradursi in atti. L'orazione, essendo legata alla nostra vita, non può essere migliore di noi stessi. È un atto del nostro essere cristiani e sono le stesse virtù, le stesse abitudini, che ci fanno agire nella solitudine della preghiera o quando siamo mescolati, nella vita di ogni giorno, in mezzo agli uomini. Solo l'oggetto e la direzione dell'azione sono allora differenti. È in questo senso che vi è unità tra la nostra vita e la nostra preghiera. L'una è complementare dell'altra. Una vera preghiera è sempre «nella vita». È un errore il voler calare la preghiera nella propria vita, sforzandoci artificialmente di darle dei motivi e un orientamento in rapporto con le preoccupazioni umane. Quando andiamo a pregare, andiamo a far visita al Signore: siamo in casa sua. Certo, Dio risiede in mezzo agli uomini e abita in ognuno di noi; e, ogni volta che agiamo con carità verso gli altri, noi gli siamo uniti. Tuttavia, Dio resta trascendente a ogni creatura e per entrare in colloquio con lui, bisogna necessariamente lasciare tutto il resto, anche gli uomini, anche gli angeli, anche - e soprattutto - noi stessi. Nel momento della preghiera, bisogna essere capaci di preferire Dio a tutto, e questo sentimento non si improvvisa, lo si deve acquisire attraverso l'esercizio della fede. Non è forse vero che il frequentare gli uomini, soprattutto quelli che più soffrono e quelli che sono lontani da Dio, ci spinge a pregare e alimenta anche la nostra preghiera? Il contatto con il male non ci fa forse prendere più chiaramente

coscienza della necessità di riparare e dell'urgenza della nostra missione di permanenti in preghiera? Gesù volle che, nella sua Chiesa, la crescita della grazia fosse in rapporto con la preghiera di molti e più specialmente di alcuni, scelti proprio per questo. La preghiera del Cristo, quella che riempiva le sue notti solitarie, quella del deserto al momento della tentazione, quella che precedette la scelta degli apostoli, così come il dialogo con il Padre sul Tabor e al momento di risuscitare Lazzaro, quella che seguì la cena, come il suo lamento alla vista delle folle abbandonate e la sua supplica in lacrime al Getsemani, tutte queste preghiere di Gesù, come Figlio dell'uomo, in nome degli uomini, erano necessarie all'instaurazione del Regno di Dio in mezzo a noi. Esse lo sono ancora, ma ora devono essere continuate nei suoi membri. Dobbiamo pregare non solo *come* Gesù, ma *con lui*, offrendoci al Padre, così che egli possa prolungare la sua preghiera nella nostra. Gesù si è profondamente commosso dinanzi a tutte le miserie umane, che egli ha portato davanti al Padre, carico delle nostre debolezze e dei nostri peccati. Era proprio al Padre che egli parlava, era lui che ritrovava, quando si appartava dagli uomini per le lunghe veglie di preghiera. Gesù vedeva il Padre e, quindi, la nostra preghiera non può assomigliare alla sua che molto alla lontana, e la forma più perfetta che possiamo offrire a Dio, è una preghiera fatta con un cuore tale, che il Cristo possa abitare per continuare la sua stessa preghiera.

*Il contatto con gli uomini, beneficio per la nostra preghiera*

Come può il contatto intimo con gli uomini e l'amore che portiamo loro, contribuire ad arricchire la nostra preghiera? Prima di tutto, perché forse torneremo dalla nostra vita tra gli uomini più distaccati da noi stessi, più umili, meno egoisti; le stesse disposizioni di cuore e di spirito sono necessarie per amare Dio e per amare gli uomini come Dio li ama. L'impotenza a confortare le miserie morali di cui siamo testimoni e a rimediare al male del peccato, ci getterà con più forza, nella preghiera, non per trovarvi una facile soluzione, ma perché sentiremo più viva l'importanza della nostra missione. Proveremo anche il bisogno di gridare verso Dio, di supplicarlo e, soprattutto, di offrirgli la duplice sofferenza che proviamo alla vista del male e dell'impossibilità di porvi rimedio. Il ricordo degli uomini, che Dio ci ha spiritualmente affidato o che avranno posto in noi la loro speranza, deve ravvivare la fede nella nostra vocazione di *salvatori con Gesù*, spingendoci sempre più ai piedi del Cristo. Tuttavia, occorre fare attenzione, affinché la nostra sensibilità non sia ingombra da queste preoccupazioni, rimanendo liberi per Dio e per accogliere in noi tutti gli uomini. Il volere portare, in modo troppo sensibile, la sofferenza di alcuni, produce nel nostro cuore lo stesso accaparramento di una amicizia troppo umana. Il cuore non è più disponibile per una amicizia attenta a tutti e a ognuno, né per l'amore a Dio. Le sofferenze dell'umanità intera il Cristo le ha portate nella sua anima e non nella sua sensibilità. Per quanto gravati dal fardello dei nostri fratelli, non possiamo essere assorbiti più da ciò che da Dio, e

per entrare nella vera preghiera, distaccati da ogni cosa, non dobbiamo vedere altro che Dio. Tuttavia, dai nostri rapporti con gli uomini, possiamo trarre una preparazione più perfetta alla preghiera, una maggiore generosità per una preghiera di supplica; ma ogni adorazione, ogni accostamento a Dio, nella sua intimità soprannaturale, ogni vero dialogo con lui, non può essere minimamente il frutto dei nostri rapporti diretti con le creature, perché soltanto le virtù teologali possono essere per noi una via di accesso al cuore di Dio.

### *All'inizio della preghiera*

Il momento della preghiera, è dunque preparato dalla generosità di cui avremo dato prova durante le varie attività della giornata. Siamo uniti a Gesù nella misura con cui lo amiamo in realtà, e questo legame intimo che ci unisce a lui è lo stesso sia quando il nostro spirito è interamente impegnato dalla preghiera, che quando ci dedichiamo a una qualsiasi attività di lavoro o di relazione. È qui, che si trova l'unità della nostra vita. Ma al momento della preghiera, tutte le nostre capacità di conoscere e di agire, devono essere direttamente rivolte verso Gesù e assorbite in lui: da qui dipenderà tutta l'autenticità della nostra preghiera. Rivolgere tutte le nostre facoltà di conoscere e di agire unicamente verso Dio, presuppone, innanzi tutto, che prima le abbiamo distaccate dalle altre attività quotidiane. Arrestando le nostre attività fisiche e interrompendo ogni lavoro, dobbiamo disporci a far convergere verso Dio tutto ciò che ci serve a conoscere: i sensi, l'immaginazione, la memoria, l'intelligenza. Senza una certa abitudine al distacco, vi riusciremo con difficoltà, perché non basta staccarsi materialmente dalle cose e dagli uomini, bisogna anche lasciarle con il cuore e con la mente. Bisogna accettare di perdere se stessi, la propria vita. Staccarsi, è un atto cosciente dello spirito: dobbiamo prendere il tempo di ritrovare noi stessi nella calma e nella distensione. Non precipitiamoci mai frettolosamente in cappella, con il pretesto che si è in ritardo! L'importante non è di fare qualche minuto di più di adorazione, ma di farla bene! Una volta in cappella, il minimo che possiamo fare, è di manifestare, con i gesti e con l'atteggiamento, la fede che abbiamo nella presenza di Gesù eucaristia, il rispetto infinito e l'amore che proviamo per lui. Saremmo tanto meno scusabili non facendolo, in quanto tale forma di preghiera è sempre a nostra portata. In tema di preghiera, siamo troppo spesso illogici: ci rammarichiamo di essere incapaci di pregare e, nello stesso tempo, non compiamo nessuno degli atti che potremmo fare e che già rappresentano un inizio di preghiera ben fatta. Temo che l'omissione di questi umili mezzi espressivi, non sia causata solo da una negligenza volontaria o meno, ma provenga da una posizione di principio più o meno palese. Col pretesto di sfuggire al formalismo degli atteggiamenti e all'abitudine dei riti, arriviamo - e ciò sarebbe grave - a privarci dei mezzi elementari per ben pregare. La negligenza nelle piccole cose, causa inevitabilmente negligenza nelle grandi! Una mancanza di rispetto nell'atteggiamento esteriore non può certo corrispondere a- un sentimento interiore di infinito rispetto dovuto a Dio,

poiché siamo uomini, e l'unità della nostra natura è tale che i nostri più intimi sentimenti sono legati agli atteggiamenti del corpo, sia per esprimerli che per intensificarli. Tuttavia, il modo di manifestare esteriormente i sentimenti e il bisogno che se ne sente, variano a seconda delle razze e delle civiltà. Questa unità che esiste fra la preghiera e i gesti, è così profondamente umana, che lo stesso Figlio dell'uomo vi era assoggettato. Il nostro comportamento, durante la preghiera, deve manifestare la nostra adorazione a Dio e renderci, contemporaneamente, più facile il raccoglimento. Tale atteggiamento deve aiutarci a pregare e non va considerato, in primo luogo, come una mortificazione, poiché possiamo trovarci in momenti così difficili, in cui, apparentemente, non abbiamo altro da offrire al Signore, che l'atteggiamento raccolto della nostra persona. La preghiera, quando è difficile, deve essere costantemente rinnovata; e, poiché solo l'inizio della preghiera dipende da noi, durante l'adorazione dobbiamo, parecchie volte, ridonarci a Dio come se entrassimo in cappella per *la* prima volta.

«Signore, insegnaci a pregare...»

Gli apostoli sono stati spesso testimoni del modo con il quale Gesù era solito pregare a lungo, di notte o all'alba, nel deserto o sulla montagna: certamente essi avevano il desiderio di imitare Gesù, pregando come lui, e mettevano tutta la loro buona volontà nel seguirlo, senza però riuscirvi. Sul Tabor, al Getsemani, nei due momenti più gravi della preghiera del Cristo sulla terra, è accaduto perfino che si addormentassero! Forse scoraggiati da ciò, un giorno gli domandarono di insegnar *loro* a pregare: «Signore, insegnaci a pregare, come Giovanni *lo* ha insegnato ai suoi discepoli» (Lc. 11, 1). Noi non sappiamo nulla sul modo con il quale Giovanni insegnava ai suoi discepoli a pregare. Certamente doveva trattarsi di una preghiera silenziosa, interiore, altrimenti *gli* apostoli non avrebbero fatto questa domanda a Gesù. E Gesù rispose dicendo semplicemente il *Padre nostro*. Le domande contenute in questa preghiera esprimevano certo i sentimenti che animavano la preghiera stessa del Cristo. Egli si rivolge al Padre e tutto è centrato sull'adorazione e sull'avvento del Regno di Dio nel cuore degli uomini. È solo più tardi che Gesù dirà ai suoi di pregare nel suo nome. Se Gesù non ha detto nulla di più a questo proposito, è perché intendeva lasciare alla sua Chiesa, e ai maestri spirituali in essa suscitati dallo Spirito Santo, la cura di insegnare il modo di pregare, secondo il mutare dei tempi, dei luoghi, dei costumi e dei caratteri. Non sono solo le attitudini umane di coloro che pregano a mutar con i tempi: vi è anche, con lo sviluppo della vita spirituale della Chiesa, una penetrazione più profonda della natura della preghiera, dei suoi rapporti con l'avanzare del Regno di Dio sulla terra e una partecipazione più cosciente all'attività stessa di Gesù nel suo Corpo mistico, attraverso la sua stessa preghiera e il suo stesso sacrificio. L'ampliarsi della vita religiosa, prima solo monastica, verso forme nuove più direttamente apostoliche, la presa di coscienza dei problemi missionari, le rivelazioni del

Sacro Cuore, l'approfondimento della devozione eucaristica, hanno progressivamente fatto meglio capire, a che punto la preghiera dei cristiani, come la preghiera stessa del Cristo e in grazia sua, sia una attività di adorazione, d'intercessione e di riparazione in nome di tutta l'umanità. Oggi, questa consapevolezza è più viva che mai, al punto da suscitare un bisogno di concretizzare questa delega permanente alla preghiera, in nome degli uomini e in una reale compartecipazione alle stesse condizioni di vita. La nostra vocazione è proprio in questa linea. «Noi siamo la voce dei poveri, la loro liturgia», mi scriveva una persona. Questa nuova concezione della preghiera, che trova il suo punto di partenza e, in certo modo, la sua forma, nel quadro disadorno imposto dalla condizione dei poveri, unita a una mentalità modificata dal nuovo ritmo della vita attuale: tutto ciò fa sì che i modi di pregare insegnati dai maestri spirituali dei secoli passati, sembrano aver perso parte della loro efficacia. Per un certo numero di persone, sono divenuti persino psicologicamente impossibili. È questa, certo, una delle ragioni delle difficoltà che molti provano, attualmente, nell'arrivare al raccoglimento e nel mantenersi. L'uomo che per tutto l'anno subisce il ritmo vertiginoso di una città moderna, trova certamente una grandissima difficoltà nel padroneggiare la sua immaginazione e i suoi pensieri: la fatica nervosa, la continua tensione, il fatto stesso di esser obbligato a ricevere in continuazione, e in modo semi-cosciente, una folla di immagini, di luci e suoni, tutto ciò genera una maggior difficoltà di attenzione e di concentrazione interiore. È una debolezza, una povertà di mezzi nei confronti della vita contemplativa, a cui non possiamo rimediare completamente; però sarebbe pericoloso rassegnarsi e lasciarsi andare. Vi sono due cose da fare: prima di tutto, reagire per quanto possibile, preparandosi alla preghiera come abbiamo detto e, quando avremo fatto generosamente tutto ciò, allora soltanto avremo il diritto di offrire questa debolezza a Dio come umile sacrificio, supplicandolo di volersene servire per farci penetrare in una preghiera di semplice sguardo e di offerta di noi stessi, cosa che solo lo Spirito di Gesù può fare in noi. I doni dello Spirito di Gesù sono stati posti nella nostra anima come pegno di assistenza dello Spirito Santo, quando l'opera che ci è richiesta si rivela superiore ai nostri mezzi. Bisogna dunque fare umilmente tutto il possibile per pregare bene, supplicando lo Spirito Santo di venirci in aiuto e, nello stesso tempo, preparandoci, con grande desiderio e paziente attesa, alla venuta della preghiera stessa di Gesù nel nostro cuore. Quando abbiamo fatto tutto *ciò*, non ci rimane che perseverare con fiducia, con rispetto per la preghiera, senza stancarci di ben prepararla e di ricominciarla ogni giorno con tutto il nostro cuore, e restando in pace, certi che in questa oscurità - nonostante *ciò* che sentiamo - Gesù è presente, contento di noi e che la nostra preghiera è efficace. Ciò che ci manca è solo di sentire questa presenza e di gioirne. Ma la realtà, quando si identifica con Dio stesso, conta molto di più della sensazione che possiamo provare. È questa la legge della fede, alla quale saremo soggetti fino alla morte. È proprio questo, che ho voluto spiegare con «La preghiera della povera gente». Sarebbe, quindi, sbagliato

appoggiarsi a tale insegnamento per restare passivi, senza imparare a pregare e senza reagire contro le difficoltà inerenti alla nostra vita e che non possiamo completamente evitare. Ma tutto *ciò* potrà essere un mezzo di purificazione, attesa di una grazia di unione e offerta di un sacrificio a Dio gradito solo a condizione che noi si sia fatto del nostro meglio per dirigere la nostra preghiera, per farne un atto il più possibile perfetto e per diminuire al massimo le difficoltà materiali esterne, che normalmente la ostacolano.

### *L'utilità della preghiera vocale*

È bene iniziare l'adorazione con una preghiera vocale interiore pronunciata molto lentamente o a bassa voce, se si è soli. Esprimiamo così, in piena semplicità, il desiderio di offrire a Dio tutto il nostro essere, insieme al nostro ossequio è al proposito di ben pregare. Possiamo farlo anche se siamo abitualmente portati a una preghiera di semplice presenza: dobbiamo stare dinanzi al nostro Dio come uomini, e una preghiera vocale ben fatta è un'offerta. Non sarebbe normale iniziare invocando lo Spirito Santo con il *Veni Creator*? Non abbiamo, forse, bisogno immediato del suo aiuto, se aspiriamo alla contemplazione? È il momento di ricordare anche gli angeli, la vergine Maria, loro regina, poiché essi sono stati particolarmente designati da Dio per essere i messaggeri della nostra preghiera e incaricati di aiutarci efficacemente nel nostro sforzo malsicuro, per portare il nostro sguardo interiore verso il volto che essi contemplan senza veli.

È bene variare la preghiera, per evitare che diventi un atto meccanico, ma non dobbiamo confondere l'assuefazione con l'abitudine. Alcuni, *con* il pretesto di evitare delle preghiere meccaniche, tenderebbero a sopprimere dalla loro vita spirituale ogni preghiera vocale regolare e ogni espressione sensibile: infatti ci si abitua a tutto *ciò* che è sensibile. Ma ci si abitua anche a non fare alcuno sforzo spirituale, e questa strada porta al vuoto e alla tiepidezza. Non è certo sopprimendo l'esercizio che inizialmente era per noi un vero aiuto, che diventeremo più ferventi, ma facendo ogni giorno lo sforzo di attenzione e di amore per ridare a questo esercizio tutto il suo significato. Non dobbiamo abbandonare la preghiera vocale o l'esercizio di pietà, perché la nostra sensibilità è indebolita, ma dobbiamo proprio allora continuare a servircene come di un mezzo per esprimere dei sentimenti che sinceramente vorremmo provare e offrire a Dio. La liturgia della messa, l'ufficio divino, il Vangelo, il rosario, la visita a Gesù nel sacramento eucaristico, la via crucis, tutto è suscettibile di abitudine! È un'illusione voler cercare un rimedio alla ripetizione puramente meccanica, sopprimendo ogni espressione che potrebbe diventare abitudine. Si può certo tentare di combatterla variando le preghiere, ma sarebbe ancor meglio elevarsi al piano dello spirito e della fede che, anche se non è alimentata dal sensibile, può continuare però a servirsene come mezzo di espressione.

## *Lo sguardo fisso in Dio*

Durante la preghiera, si tratta di fissare su Dio lo sguardo della fede, per dirigere verso di lui i sentimenti che vogliamo esprimergli: adorazione, ringraziamento, gioia per la sua gloria e per ciò che egli è, intercessione e riparazione. E bisogna, altresì, mantenere il distacco da tutto il resto, evitando di essere vinti dalle distrazioni, da preoccupazioni e da fantasticherie. D'altra parte, le distrazioni sono più o meno inevitabili e l'essenziale è di sforzarsi di rimanere in pace. Non si deve lottare sempre direttamente contro le distrazioni o per imbrigliare la fantasia, sarebbe snervante e inefficiente: ci si deve semplicemente sforzare di ricondurre, nella calma, l'immaginazione e l'intelligenza verso Dio. Non esiste un metodo che possa far totalmente evitare le distrazioni al momento della preghiera. La sola cosa che possiamo dare totalmente a Dio, è il desiderio di amarlo e con tutta la nostra conoscenza. Ma l'attenzione del cuore dipende, tuttavia, dalla *semplice attenzione*. Il miglior rimedio alle distrazioni sta nell'essere fedeli a preparare con cura la preghiera: sforzo di distacco dalle nostre occupazioni interrotte, ritorno alla calma interiore ed esteriore, passaggio - il più netto possibile - dall'agitazione delle varie attività all'immobilità della preghiera. Dobbiamo purificare la memoria, imparando a rimandare a più tardi l'esame delle preoccupazioni e dei problemi che ci assillano. Il modo di comportarsi per mantenere fissa in Dio, nella fede, l'attenzione della mente, varierà molto da una persona all'altra: esso dipende dal carattere, dallo stato fisico, dal tipo di occupazione, dall'abitudine più o meno grande che abbiamo al raccoglimento nella preghiera, ma soprattutto dipenderà dall'accoglienza che faremo al lavoro dello Spirito Santo nel nostro cuore. Gli uni si serviranno di più dell'immaginazione fissandola sul Cristo, sulla passione e sui misteri della sua vita, oppure sulla vergine Maria, sui santi e sugli angeli, che già contemplanò il volto di Dio. Altri potranno arrivare più rapidamente a un raccoglimento dello spirito più semplice e spoglio. La semplificazione della preghiera è, in parte, il risultato dell'abitudine al raccoglimento, ma soprattutto è l'effetto dell'opera dello Spirito Santo. Non parlo qui dell'orazione di raccoglimento e di quella che non ha più alcun cammino, perché in questo caso non dobbiamo fare altro che lasciarci condurre da Dio. Dobbiamo anche evitare il pericolo di fermarci a una rappresentazione intellettuale o immaginativa, senza cercare di manifestare a Dio, in un intimo dialogo del cuore, i diversi sentimenti di amore, di riconoscenza, di rispetto infinito che gli dobbiamo esprimere. Fur cercando, ognuno di noi, di trovare il metodo per pregare che più conviene, è bene ispirarsi all'esempio di fratel Carlo. I due schemi che egli adoperava per la sua preghiera sono semplicissimi e di esempio di ciò che possiamo fare a sua imitazione. In essi abbiamo un esempio tipico del suo atteggiamento interiore e del modo con cui la sua fede, animata dall'amore, si serviva dell'immaginazione e di tutti i sensi per dare alle realtà invisibili una forza di presenza, quasi visibile, sufficiente per destare l'attenzione e spingere la volontà ad agire. Vi troviamo gli elementi per una

vera orazione, ai quali dobbiamo ispirarci per trovare la nostra strada, quella che meglio risponderà al nostro temperamento, alle difficoltà che abitualmente incontriamo, ma anche al modo con cui Dio ci ha condotti fino a ora.

### *Le due mense*

Per questo, il nostro sguardo interiore, secondo un atteggiamento tanto caro a frate Carlo, si fissa preferibilmente su Gesù a partire dalla presenza eucaristica e dalla meditazione della Sacra Scrittura. Dobbiamo rinnovare la nostra fede nella presenza reale di Gesù nel santissimo sacramento, recitando, se necessario, una preghiera o un inno eucaristico e fino a che la grazia di Gesù terrà desto in noi questo sguardo di adorazione e di amore, è bene prolungarlo senza curarsi d'altro. Ma se ciò non avviene, se in noi si infila un senso di vuoto, pieno di distrazioni, da non confondere con il vuoto colmo di una presenza divina oscura, allora dobbiamo collaborare attivamente con la nostra preghiera, mediante uno schema precedentemente fissato. Ciò ha lo scopo di aiutare la nostra attenzione sensibile e spirituale a dirigersi verso le cose di Dio in uno sguardo di fede. Inizialmente sarà più preciso, mentre poi tenderà a semplificarsi e a trasformarsi in una abitudine interiore a essere attenti alla divina presenza. Ma pecceremmo di negligenza, se non prevedessimo un metodo di preghiera adatto a noi, salvo a modificarlo in seguito.

### *Preghiera e culto eucaristico*

La preghiera può rivestire diversi aspetti secondo i momenti e le grazie che Dio ci concede: può essere serena contemplazione del volto di Dio, o essere marcata dalla sofferenza e perciò unita al sacrificio della croce. Può anche, se fatta dinanzi al tabernacolo, rivestire l'aspetto di culto reso all'eucaristia. Quando frate Carlo di Gesù pregava nella sua cappella, la sua orazione prendeva come punto di partenza un atto di fede nella presenza sacramentale. Il segno sensibile delle apparenze, sotto le quali si trova realmente presente l'umanità del Cristo, è un aiuto possente per suscitare e orientare la nostra adorazione. Ma non possiamo accontentarci di considerare la presenza eucaristica, nella nostra cappella, in rapporto a noi, come un mezzo di preghiera, e di comportarci in funzione dell'aiuto che vi troviamo, per alimentare la nostra vita di fede. Si tenderebbe, allora, a considerare la esposizione del santissimo sacramento solo come mezzo esteriore per sostenere il fervore della preghiera. Ognuno l'apprezzerrebbe diversamente, secondo le sue personali disposizioni, rischiando, però, di misconoscere l'aspetto essenziale del culto eucaristico, che consiste nel rendere omaggio di adorazione e venerazione al corpo e al sangue di Cristo. Questo culto deve essere esterno ed esprimersi in modo sensibile e visibile, sotto pena di trascurare il valore di segno essenziale del sacramento. Gesù, decidendo di restare visibilmente fra noi, sollecita per ciò stesso, un culto visibile di adorazione e di rispetto. È per questo, che tale culto ha tutta la sua

ragione di essere, anche se un poco ci disturba, anche se ci sembra che potremmo fare a meno di questa manifestazione esterna per restare fedeli alla preghiera. Non dobbiamo credere troppo facilmente che, essendo la carità e l'unione a Dio, attraverso la grazia e le virtù teologali, la cosa essenziale, il culto eucaristico sia secondario! No, esso è alimento per la nostra debolezza e un sostegno indispensabile, e non dobbiamo privarcene per negligenza o fuori dell'obbedienza. Vi sono delle ragioni del cuore che la mente non conosce e che avvalorano la nostra venerazione per il corpo di Cristo. Non ripeterò ciò che ho già detto sulla necessità dell'uomo di manifestare i suoi sentimenti con atti esteriori. Basta farne qui applicazione al culto eucaristico, e poiché in una fraternità il culto eucaristico è presso a poco la sola manifestazione esterna di carattere sacro, che contrassegna la nostra vita nascosta nel lavoro quotidiano in una società materializzata, ci può essere presunzione nel credere di poter fare impunemente a meno del *segno* che Gesù stesso ha voluto per la nostra vita terrena. Inoltre, sono veramente rari coloro che non hanno costatato le grazie di fervore ottenute da una fedeltà attenta e rispettosa del culto eucaristico. Un atteggiamento di umile docilità alle raccomandazioni della Chiesa e a quelle, così insistenti, di fratel Carlo di Gesù: soltanto un simile atteggiamento può completamente disporci a tutte le grazie della nostra vocazione. Certo, per restar fedele a una chiamata eccezionale, padre de Foucauld non ha esitato a sacrificare, per molti mesi, non solo il culto, ma perfino la presenza del santissimo sacramento e la celebrazione della messa; però, non si è deciso a questi estremi se non con titubanza e sofferenza e non ha mai cessato di desiderare il giorno in cui avrebbe ritrovato questa presenza, che era sempre stata per lui il cammino stesso verso il Padre. Anche noi, per obbedienza alla nostra vocazione, possiamo a volte trovarci nelle stesse condizioni e, in questi casi, il Signore supplirà alle grazie che ci vengono ordinariamente dal sacramento del corpo di Gesù e dal culto, ma, da parte nostra, dovremo essere più che mai desiderosi di venerare il corpo del Cristo e di partecipare alla sua mensa.

### *La contemplazione*

Nel timore possano sorgere equivoci sull'uso del termine «contemplativo», sarebbe utile cominciare a definire esattamente cosa s'intende con tale definizione. Prima di tutto, c'è la contemplazione soprannaturale: una cosa, uno stato d'animo, un genere di vita non si possono dire contemplativi che in rapporto a ciò. La contemplazione è una conoscenza sperimentale e soprannaturale di Dio, percepita attraverso l'amore e sotto l'influsso dei doni dello Spirito Santo. In senso lato, con lo stesso termine si definiscono gli stati di preghiera che preparano o precedono l'atto stesso della contemplazione divina. Di per se stessa, nella sua essenzialità, essa resta al di fuori della portata diretta della nostra anima: è una luce divina, di cui Dio solo è padrone assoluto. Tuttavia, c'è una preparazione che noi possiamo fare sul cammino della

contemplazione e che può concorrere al suo fiorire. Ed è pur vero che la contemplazione infusa viene negata a numerose anime, per il solo fatto della loro impreparazione a riceverla. L'azione diretta di Dio non supplisce che raramente a ciò che un'anima avrebbe potuto fare con i propri sforzi. Essenzialmente, credo che la disposizione dell'anima a ricevere la conoscenza infusa che è la saggezza, si possa riassumere in una sola frase: *la morte a tutto ciò che non è Dio*. Questa disposizione si inserisce direttamente sul piano dell'amore. Essa implica un distacco profondo da tutte le cose create e particolarmente da se stessi. Non che una simile morte a se stessi e al mondo sia completamente il nostro potere, poiché le grazie della contemplazione avranno esse stesse il compito di perfezionarla in noi, facendo discendere il fuoco dell'amore nel più profondo della nostra anima, dove, da noi soli, non possiamo più nulla. Ma tale morte, anche se attualmente non è realizzata in noi che in modo imperfetto, deve essere almeno intenzionalmente voluta, desiderata e amata. È dunque nell'ordine della carità che si inserisce la predisposizione essenziale alla grazia della contemplazione. Ciò che, d'altronde, è normale, poiché questa non è che il libero gioco del dono dello Spirito Santo in noi, il cui sviluppo è in rapporto a quello della carità. Dio solo sa a che punto l'amore è la causa del nostro avvicinarsi a lui. Lo spessore della porta che ci separa è ben poca cosa, e forse Dio è più vicino a colui che sta ancora battendo a tale porta, che a chi, avendola trovata aperta, può già gettare uno sguardo all'interno. Poiché è una manifestazione dell'amore di Dio nei nostri confronti di essere ammessi a perseverare nella speranza; dinanzi a una porta chiusa, senza cessare di bussare sulla fiducia della parola di colui che cerchiamo ogni giorno su un cammino deserto: «Domandate e vi sarà dato; cercate e troverete, bussate e vi sarà aperto. Poiché chiunque domanda riceve; colui che cerca trova e a chi bussa si aprirà» (Mt. 7, 7-8). Il nostro cercare è già di per se stesso un incontro, e la nostra attesa dinanzi alla porta ci ha già introdotti all'interno del mistero senza che noi lo si sappia. Accettiamo nella gioia la parte che il Signore ci ha riservato: qualunque essa sia, abbiamo la certezza che essa conterrà, per ognuno di noi, la propria parte di vita divina, di speranza, di luce e, soprattutto di partecipazione alla croce.

### *La lettura meditata delle Scritture*

La lettura meditata della Bibbia, in particolare dei libri del Nuovo Testamento, è il pane quotidiano per il nutrimento della nostra fede. Come ogni cibo, essa deve essere data con regolarità e assimilata. Dovremo cercare due cose in questa lettura: la conoscenza del vero volto di Dio e l'insegnamento delle regole che dobbiamo mettere in pratica per rassomigliare al Cristo.

La lettura meditata della Bibbia è un mezzo indispensabile per disporci alla contemplazione dei misteri di Dio. Non possiamo farne a meno. Una vita fervente di orazione è impossibile senza il basilare nutrimento del nostro

spirito, della nostra memoria e del nostro cuore, attraverso la meditazione della parola di Dio. La lettura meditata della Sacra Scrittura deve egualmente imprimere nella nostra memoria i gesti e gli insegnamenti di Dio, allo scopo di conformare in pratica la nostra vita. Noi non progrediamo nel capire la Scrittura, il Vangelo in particolare, se non metteremo in pratica ciò che leggeremo. È vivendo il Vangelo, *facendolo*, che esso diventa chiaro e che noi prendiamo parte alla saggezza di Dio. Non leggiamo la Scrittura solo per curiosità, ma per cercarvi una parola da realizzare all'istante. Dobbiamo essere trasformati con il mettere in pratica la saggezza evangelica, per essere in grado di ricevere la luce di Dio. In generale, i libri dell'Antico Testamento esigeranno da noi un tempo di lettura più prolungato: non potremo, quindi, fare tale lettura abitualmente ogni giorno, ma facciamola, nei limiti del possibile, una volta alla settimana. I libri del Nuovo Testamento, e i Vangeli in particolare, devono essere oggetto di quotidiana lettura. Sarà più o meno lunga a seconda del tempo di cui disponiamo e secondo la familiarità che avremo contratto con il tempo e alla luce di Dio, di tali testi sacri. Ci sono, in effetti, diverse tappe nella lettura della Sacra Scrittura.

La prima tappa, assolutamente indispensabile, è quella della scoperta del testo sacro e dell'acquisizione di conoscenze storiche ed esegetiche, senza le quali non sapremo scoprire il vero senso degli avvenimenti, dei fatti e degli insegnamenti, in esso riportati. La seconda tappa è quella della lettura meditata propriamente detta, per cui, attraverso la riflessione, e aiutati dalla grazia, ci sforzeremo di scoprire il significato profondo del testo, di ritenerlo e di assimilarlo. La terza tappa inizia quando la conoscenza familiare del testo è tale che abbiamo l'impressione di non aver nulla da scoprirvi: la forza delle parole è come affievolita dall'abitudine. È allora che dovremo riesaminare umilmente il testo sacro, il cuore dilatato da un grande desiderio di ricevere lo Spirito promesso da Gesù, il solo capace di rivelarci, a poco a poco, le ricchezze infinite della divina saggezza, nascoste sotto la debolezza del linguaggio umano. Questi tre modi di meditare la Bibbia non sono incompatibili fra loro. È bene ritornare all'uno o all'altro a seconda delle esigenze. Nella lettura meditata è bene cambiare i metodi. Giunti alla terza tappa, ci occorrerà molta pazienza, umile perseveranza e profonda fiducia, e dovremo ricordare che ciò che è detto a proposito della preghiera contemplativa si applica egualmente per la lettura meditata delle Scritture.

### *La preghiera vocale*

Non minimizziamone l'importanza. Da quando i misteri nascosti in Dio sono stati articolati dalle labbra umane del Verbo incarnato, si è reso necessario che i nostri sentimenti e la nostra preghiera si esprimano anche con le nostre labbra, in ossequio alla nostra condizione di uomini, come imitazione della preghiera del Cristo e in unione a essa. La preghiera ha un duplice scopo: manifestare

all'esterno ciò che sentiamo in noi sviluppare o rafforzare in noi i sentimenti espressi con le parole. La preghiera vocale è un'offerta a Dio: essa deve esserne degna. Ora, essa perde ogni significato se non diventa un atto umano fatto con rispetto e con attenzione. La preghiera vocale è anche la manifestazione della preghiera unanime dei fratelli, in comunione di spirito e di cuore, riuniti alla presenza del Signore e oranti nel suo nome. Ma ricordiamoci che non si recita una preghiera: si dialoga con Dio.

### *Gli esercizi di pietà*

Gli esercizi di pietà non sono certo la perfezione. Dobbiamo aggiungere che non sono preghiera, ma dei *mezzi* di preghiera. Si può quindi concepire una vita cristiana anche perfetta senza alcun esercizio di pietà, mentre non la si può concepire senza abbondante preghiera. Dobbiamo dire che ogni preghiera vocale è un esercizio? Fatta eccezione per le preghiere liturgiche, si dovrebbe considerare, come esercizio, una determinata formula di preghiera di cui ci si impone la recita abituale, sia in pubblico che in privato: per esempio l'angelus, il rosario. Ma una preghiera vocale che sgorga dall'animo, spontaneamente, come un grido o un colloquio con Dio, senza alcuna formula imposta, non è un esercizio. Nella vita del Cristo e della Vergine non ci fu certamente alcun tempo dedicato agli esercizi, poiché essi non ebbero - né l'uno, né l'altra - alcuna necessità di mezzi di preghiera. Le preghiere vocali furono per loro l'espressione spontanea dei loro dialoghi con Dio. Tali sono i magnifici zampilli di preghiera che sgorgano sulle labbra del Cristo durante la sua vita terrena, come la preghiera dopo la cena o quella dell'agonia; e così, sulle labbra della Vergine, come il *Magnificat!* Gli esercizi non hanno altro valore che quello di produrre in noi una vita di preghiera e di facilitare l'acquisizione o la pratica delle virtù cristiane. Ed è unicamente in funzione a tale rendimento che li dobbiamo apprezzare.

Ma in questo apprezzamento dobbiamo evitare degli errori in senso opposto: ci sarebbe la stessa mancanza di prudenza sia a sopprimere inconsideratamente l'uso di un determinato esercizio, con il pretesto che non corrisponde completamente alle nostre esigenze del momento, che ad aggrapparvisi come se la perfezione dipendesse da esso. Gli esercizi di pietà si potrebbero paragonare alle impalcature e ai tavolati, che servono per erigere un edificio. Se le impalcature vengono ritirate prematuramente, il lavoro rimane incompiuto; e se questo sembra terminato e si ritirano troppo rapidamente i tavolati si rischia un crollo generale o parziale dell'edificio. Al contrario, una volta terminato il grosso del lavoro, è spesso necessario, per continuare la costruzione più facilmente, smontare definitivamente certe sezioni più basse delle impalcature. Infine, quando la costruzione è solidamente e completamente terminata, essa non può essere valorizzata totalmente se non vengono tolte tutte le travi. Così avviene per l'uso degli esercizi di pietà. Ogni caso deve essere risolto da solo e

suppone una vera prudenza per essere trattato convenientemente. Non esiste alcuna ricetta o facile soluzione in questo campo. Ecco ora alcuni principi che non dobbiamo dimenticare. Non apprezziamo mai il valore di una nostra giornata in base alla semplice fedeltà materiale agli esercizi. Non permettiamoci mai di giudicare gli altri in questa materia. Si può e si deve porre come principio generale, anche se le eccezioni sono possibili, che più un'anima progredisce nella vita spirituale, meno sente la necessità degli esercizi. In certi casi, possono anche generare e costituire un vero ostacolo alla preghiera. Una serie di esercizi, materialmente ben fatti, possono dare delle illusioni e non essere di alcuna utilità all'anima, se non sono la diretta espressione della vita interiore o se non vengono attivamente adoperati per produrre in noi una vera preghiera e una crescita nell'amore. Un esercizio non deve mai essere subito passivamente.

## PERMANENTI IN PREGHIERA

*Presenti al mondo invisibile*

Ogni uomo è naturalmente e totalmente presente alla realtà del mondo visibile in mezzo al quale vive e al quale aderisce con tutti i sensi. Il cristiano e, a titolo particolare, il contemplativo, deve inoltre essere presente alla realtà invisibile. Caratteristica dell'uomo di preghiera è l'essere presente a tutto l'universo, quello delle cose visibili, ch'egli raggiunge con i sensi, e quello delle cose invisibili, che tocca mediante la fede. Queste ultime, devono essergli più presenti in quanto sono più reali, nel pieno senso del termine. Questa dualità di vita e di prospettive tormenta l'uomo di fede e ne fa, in un certo modo, un estraneo in mezzo ai suoi fratelli, i quali non portano dentro se stessi questa visione di un altro universo. In mezzo agli uomini, qualunque siano, compagni di lavoro, passanti, anche parenti e amici, ci sentiremo al tempo stesso molto vicini e molto lontani, e questa sensazione sarà, certi giorni, abbastanza forte da divenire dolorosa. Sarà come un senso di solitudine, d'impotenza a comunicare ai nostri compagni questa visione che il nostro amore ci fa tuttavia desiderare di ottenere loro. Il Cristo fu così tra gli uomini: nello stesso tempo totalmente presente e misteriosamente assente, con un senso di solitudine infinitamente più doloroso e profondo di quanto noi possiamo provare. Sarebbe grave errore voler sopprimere in noi questa sensazione e le conseguenze esterne che essa porta; il giorno in cui non fossimo più per gli uomini, sotto un certo aspetto, un punto interrogativo, potremmo dire di aver cessato di portare tra loro la presenza del *grande invisibile*. Non saremmo più per loro i testimoni della vita e della luce. Si tratta, dunque, di realizzare in noi questa totale presenza al mondo invisibile. È questa l'opera della fede, che sarà sviluppata al punto da

divenire abitualmente attiva nella nostra vita e sarà in noi un occhio sempre aperto sulle cose divine e pronto a riceverne le illuminazioni interiori. Questa visione di fede trova la sua sorgente e la sua espressione nella preghiera. Un Piccolo Fratello deve essere un *permanente in preghiera*. Mi sembra che questo termine, preso in tutta la sua ricchezza del senso concretissimo che gli si dà oggi nelle varie organizzazioni sindacali e professionali, caratterizzi perfettamente quello che deve essere il nostro atteggiamento interiore di fronte a Dio e agli uomini, ed esprima esattamente la nostra vocazione alla preghiera, con le sue caratteristiche. Un permanente è, prima di tutto, un uomo che è stato reso disponibile per un compito specializzato, al quale deve consacrare una parte del suo tempo, in vista del bene comune di tutti; analogamente il Piccolo Fratello deve essere in stato interiore costante di disponibilità per la preghiera. Un permanente, come lo indica il termine stesso, deve anche assicurare una permanenza, ciò che suppone una certa continuità nella presenza; così il Piccolo Fratello deve essere presente a Dio e al Cristo, in modo permanente, attraverso lo stato di preghiera che tende a stabilirsi in lui. Infine, un permanente è sempre un delegato dei suoi compagni; e deve conservarne il senso, se vuol lavorare in spirito di servizio, a eseguire perfettamente il mandato che gli è stato affidato. È esattamente lo stesso per il Piccolo Fratello sul piano delle responsabilità spirituali che egli, in virtù dell'unità del corpo mistico di Cristo, si assume, e che fanno di lui, alla lettera, un delegato alla preghiera dai suoi fratelli.

#### *Necessità vitale della preghiera*

Dobbiamo essere totalmente disponibili per la preghiera. Ora, è assolutamente certo che non saremo veramente disponibili se non crediamo effettivamente all'importanza vitale della preghiera. Come esigere che qualcuno sia disponibile per un compito all'importanza del quale non crede nel suo intimo? Non è perché siamo stati fedeli a osservare, con un massimo di buona volontà, un regolamento che ci impone delle ore di preghiera, che crediamo all'importanza della preghiera. Fintanto che non avremo compromesso nella preghiera il nostro essere e la nostra vita, in modo del tutto personale, impegnando la nostra responsabilità, malgrado le fatiche del lavoro, le sollecitazioni delle cose e delle persone, è probabile che non si sia ancora del tutto disponibili alla preghiera. La nostra vita di preghiera riveste due aspetti: vi sono, in primo luogo, i momenti di pura preghiera, momenti di ritiro, di silenzio e di arresto totale di ogni attività terrena, e vi è anche la permanenza dello stato di preghiera, durante tutte le nostre attività umane di lavoro e di relazione. Bisogna parlare innanzi tutto della prima forma di preghiera, che d'altronde, qualunque cosa se ne pensi, condiziona la seconda. Nell'epoca attuale, gli uomini vivono in mezzo a una intensa superattività, né vi sfuggono i sacerdoti e i religiosi che si trovano sollecitati da compiti apostolici urgenti e così numerosi, da non poter affrontarli tutti. In mezzo a questo dilagare di vita e

di attività, i periodi di preghiera tenderanno a presentarsi come dei vuoti, delle soste, che forse si osservano per un residuo di scrupoli, oppure perché c'è stato ripetuto che cesseremmo di essere dei veri apostoli se non ci arricchissimo durante questi momenti di orazione o di meditazione. Ora, molto spesso, non abbiamo affatto questa impressione, mentre, l'attività apostolica e il dedicarsi agli altri ci dà un reale senso di arricchimento. Considerando l'urgenza delle sollecitazioni esterne, si arriverà a guardare a questi momenti di ritiro e di silenzio come a reali perdite di tempo, e si finirà con il ritenere «più perfetto» il darsi interamente alla attività esterna, purché l'unione permanente con Dio la trasformi in una preghiera incessante. Ma, se non è errato il pretendere di fare di tutta la propria vita una preghiera permanente, è errore assai grave il pensare che la pura preghiera possa divenire inutile. Essa è obbligatoria, non solo come sorgente di ciò che oggi si è convenuto chiamare «orazione diffusa», ma come attività superiore, indispensabile alle nostre relazioni con Dio e dalla quale nessuna potenza del mondo potrebbe dispensarci. Chi, più del Cristo, fu permanentemente in stato di adorazione e di preghiera davanti al Padre, poiché la visione di Dio dimorava nell'anima sua in mezzo a tutte le sue attività di uomo? Tuttavia, vediamo Gesù cogliere, appena può, le occasioni per immergersi nel silenzio e nella solitudine di una pura preghiera: «E, avendo congedate le folle, salì sul monte, in disparte, per pregare» (Mt. 14, 23). «Il mattino, molto prima dell'alba, egli si levò, uscì e andò in un luogo solitario. E là pregava» (Mt. 1, 35). Questi momenti di preghiera Gesù li sottraeva alle giornate massacranti, durante le quali non cessava di appartenere ai suoi discepoli, ai malati, alla folla che gli si accalcava intorno e lo cercava. Alla sera, di notte, al mattino, fuggiva per pregare. Gesù, come uomo, sentiva il bisogno di istanti di preghiera, liberi da ogni attività umana. Per un'anima che ha il senso di Dio, una simile necessità non offre dubbi, ed è, nella misura in cui l'uomo perde il senso del divino, e, di conseguenza, quello del suo essere di creatura, che perde anche il senso della preghiera come «pura perdita di sé» davanti a Dio. La preghiera di adorazione, che è l'essenziale della preghiera, non serve a nulla nel senso proprio del termine e, finché non si sarà attuato a fondo questo, non si potrà pregare veramente. Che utilità può derivare dalle prime tre domande del *Padre nostro*? Vedremo la forza e la luce che ci darà questa verità, quando ne saremo praticamente convinti e avremo cominciato ad agire in conseguenza. Malgrado tutto ciò che pensiamo teoricamente della preghiera di adorazione e dei nostri rapporti con Gesù e con Dio, vi sono forti probabilità che, più o meno inconsciamente andiamo ancora all'orazione per ricavare qualcosa di tangibile, per prendere coraggio, per alimentarci e, come si direbbe oggi, per rifornirci alle fonti. Perciò, quando improvvisamente si inserirà in noi un'orazione di fede, nell'aridità dei sensi e con il vuoto dell'intelligenza, ci sarà uno sconcerto: e per questo, basterà un cambiamento di quadro, di ambiente, nella pesantezza e nella fatica del lavoro. Basterà per questo, che Gesù sospenda semplicemente di attirarci con attrattive esterne a lui stesso. Allora ci sarà lo scoraggiamento, la stanchezza nell'orazione, e non crederemo più abbastanza,

nella sua importanza per restarvi fedeli. Non saremo più disponibili per la preghiera.

### *Impegnarsi concretamente nel distacco*

Bisogna assolutamente che ci convinciamo che andiamo all'adorazione non per ricevere, ma per dare, e per dare spesso senza comprendere, senza vedere ciò che diamo. Vi andiamo per abbandonare a Dio, nella notte interiore, tutto il nostro essere. Bisogna che comprendiamo tutto ciò che le parole «abbandonare a Dio tutto il nostro essere», racchiudono di fede oscura, talvolta di sofferenza e sempre di ricchezza d'amore. L'adorazione, la preghiera, non è in primo luogo un sentimento né un pensiero, ma è il riconoscere la presa di possesso di Dio su di noi, sul più intimo di noi stessi; è un'opera più grande e più assoluta di quanto possiamo averne coscienza. È un atto che suppone molto coraggio e abbandono di sé a una attività del Cristo in noi: è spesso terribilmente dolorosa. Capiremo meglio, con l'esperienza, fino a che punto l'orazione suppone un distacco radicale da tutto il creato. Al momento stesso della preghiera deve, in modo veramente attuale determinarsi una specie di morte a tutto quello che non è Dio. È per questo, che molti, fra cui preti e religiosi, rifuggono dalla vera preghiera per rifugiarsi in una semplice formalità di preghiere vocali che illudono, o nel surrogato di una riflessione meditata su un soggetto morale. Spesso, coscientemente o no, si ricorre a queste scappatoie, quando non si compie l'atto sostanziale del dono di sé, che si dovrebbe fare come condizione preliminare dell'orazione. Il che non vuol dire che si debbano trascurare le preghiere vocali o le riflessioni di fede sul Vangelo e sulle verità cristiane. In certi casi, esse possono servire da alibi a un'anima che si rifiuta. La nostra disponibilità per la preghiera suppone dunque, non solo la fede nell'importanza della preghiera, ma un vero lavoro di distacco interiore che, in linea di massima, dovrebbe essere radicale e senza limiti, della misura stessa del nostro amore. Quanto alla fede nell'importanza della preghiera, essa dovrà tradursi per noi in atteggiamenti molto concreti. Dobbiamo, per prima cosa, *desiderare* la preghiera. È evidente che, se i momenti di adorazione rappresentano veramente per noi il dono totale al Cristo, il nostro amore per lui ne accrescerà il desiderio. Non crediamo, tuttavia, che questo desiderio nasca da solo. Esso non è naturale nella condizione in cui è l'uomo, ed è facile e spontaneo solo in caso di grazia veramente soprannaturale. Normalmente è un esercizio di fede. Atto di fede vuol dire atto di volontà che impone a tutto il nostro essere, e spesso malgrado la sua resistenza e nell'oscurità, di assumere un atteggiamento che risponda alla realtà delle cose invisibili: perciò niente è più vero di un atteggiamento interiore o di un atto comandato dalla volontà alla luce della fede. Bisogna evitare di pensare che un atteggiamento è vero solo quando è naturalmente spontaneo. Solo la fede ci farà desiderare i momenti di preghiera. Questo desiderio si radicherà in noi a poco a poco, preparando così la strada all'orazione. Ma il modo migliore di desiderare l'incontro con Gesù nell'adorazione è di andarvi

effettivamente. Più pregheremo e più desidereremo la preghiera. È allora che sentiremo accentuarsi e rafforzarsi in noi questa divisione tra Gesù e gli uomini, tra l'amore di Dio e l'amore degli uomini, che è il segno dell'anima contemplativa. Bisogna dunque passare alla pratica diventando, non solo interiormente, ma effettivamente, disponibili per la preghiera. Se ci limitiamo a dare a Dio solo il tempo rigorosamente prescritto e non sentiamo il bisogno di passare, di tanto in tanto qualche momento in preghiera gratuita solo per amore di Gesù che ci aspetta, significa che non siamo ancora dei veri disponibili alla preghiera. Sta di fatto che un'anima di preghiera trova sempre, di quando in quando, il tempo per pregare.

### *L'amore, legame fra l'azione e la preghiera*

Vi è troppo spesso una reale frattura fra la preghiera e la vita. Non basta, per soddisfare la nostra vocazione, consacrare all'orazione dei momenti determinati delle nostre giornate; bisogna tendere costantemente a osservare il precetto del Cristo sulla preghiera continua. Tutta la nostra vita deve essere preghiera. Per prepararsi a ciò, mi pare necessario un triplice sforzo: acclimatare la nostra preghiera alla vita concreta nella quale deve inserirsi, impegnarci affinché essa sia veramente un atto vivo di amore e di dono di sé, e sforzarci di fare, delle nostre azioni, una preghiera autentica. Per pregare, abbiamo bisogno di un certo numero di disposizioni psicologiche e di mezzi per esercitare la nostra fede, e questo in misura tanto maggiore, quanto meno la nostra preghiera è sotto l'azione dello Spirito Santo. È in questo campo, che deve farsi ciò che ho chiamato l'acclimatarsi all'ambiente reale. Ora, assai spesso, la nostra vita spirituale, è adattata a un quadro troppo intellettuale e, benché passi sovente del tutto inavvertita, è questa una delle principali cause di molti squilibri, soprattutto nei preti e nei religiosi, e di molti abbandoni della preghiera. Non bisogna perdere di vista che l'amore è il legame - il solo legame - che può fare unità in noi e nelle nostre giornate, e più particolarmente tra la preghiera e l'azione. Lo si dimentica troppo spesso; la preghiera è l'opera dell'amore e così pure il servizio del prossimo. Ciò che Gesù ci comanda, è di amare Dio e gli uomini, nostri fratelli, fino alla morte di noi stessi: questa è la perfezione. È dunque essenziale, per colui che ha ricevuto da Dio la chiamata a una vita contemplativa, e più ancora per gli altri, vegliare affinché la sua preghiera sia opera d'amore, sia autentica e vivente. Non bisogna credere che questo succeda da solo. Anche nell'atto dell'orazione è utile ricordarci delle forti parole di san Paolo: «Se io parlassi le lingue degli uomini e degli angeli e non avessi l'amore, non sarei che un bronzo risonante o un cembalo squillante; e se avessi il dono della profezia e conoscessi tutti i misteri e tutta la scienza e se avessi tutta la fede così da trasportare le montagne, e poi mancassi di amore, non sarei nulla» (1 Co. 13, 1-2). Troppo spesso, le nostre preghiere non sono che esercizi senza vita! Come stupirsi, poi, che vi sia una frattura tra la vita e una tale forma di preghiera? Una preghiera è vivente quando è un atto vitale di ciò che è vivo in

noi: la fede è l'amore. Bisogna anche che la preghiera sia vera perché sia un incontro tra noi - così come siamo, con le nostre fatiche, le nostre miserie, i nostri peccati, le nostre tentazioni - e il Cristo che è tra Dio e noi. Si noterà che sottolineo soprattutto lo sforzo, quasi sempre oscuro e arido, di una fede alla ricerca di Dio, senza menzionare l'azione più o meno permanente dei doni dello Spirito Santo. In effetti, solo la fede esige da noi questo sforzo attivo, 'mentre non possiamo che subire l'azione dello Spirito Santo che viene, da se stesso, a concludere il nostro sforzo, spesso, così miserabile nei suoi risultati. Con la stessa purezza di intenzione e nello stesso movimento di amore andremo dunque alla preghiera, al lavoro e al servizio degli uomini. Allora ci sarà unità in tutta la nostra vita. Resterà in noi, nell'intimo dell'anima nostra, un perpetuo desiderio di amare e di testimoniare questo amore, e sarà ora pregando in silenzio, ora lavorando, ora conversando. Ciò suppone, come acquisita, una certa padronanza di sé in una spogliazione reale di ogni nostro desiderio. Solo a questa condizione potremo dominare l'insieme delle nostre attività di preghiera o di lavoro per farne l'espressione multipla di un unico moto d'amore.

*Tutta la nostra vita deve essere preghiera*

Si deve ancora imparare a pregare in permanenza, al di fuori dei momenti di preghiera pura. Sono necessarie qui delle precisazioni, perché talvolta ci si fa delle idee più o meno esatte a questo proposito, che sono causa di scoraggiamenti perché ci portano a ricercare un fine inaccessibile. Quando si parla di preghiera, di presenza, si tratta sempre, più o meno, di un atto di fede e non solo di un atto di amore. Tutto questo è strettamente connesso e, nella realtà, non si ha l'uno senza l'altro; ma non si può dire che le nostre azioni e le nostre giornate siano una preghiera, solo perché le viviamo per amore. Vi è qui un abuso di linguaggio e si finisce con il non sapere più ciò che le parole significano. Pregare è un atto in cui entra sempre, più o meno, l'intelligenza e la fede che adora o chiede con parole o senza parole. Pregare è almeno guardare; è pensare, parlare, supplicare con lacrime, sia con parole pronunciate, con idee e immagini che semplicemente con lo sguardo infinitamente più profondo, ma oscuro, della contemplazione. Se non vi è questo, non si può dire che vi sia preghiera nel senso proprio del termine. Come dunque si può fare per prolungare l'orazione durante tutta la nostra giornata, come fare di tutte le nostre azioni una continua preghiera? Un sacrificio può essere considerato come una preghiera in azione, in senso lato. In questo senso la nostra vita può dunque già essere una preghiera se è semplicemente offerta soprattutto in una unione al sacrificio eucaristico. Una tale disposizione di offerta, rinnovata esplicitamente a ogni messa, conferisce realmente a tutte le azioni della nostra giornata un carattere di offerta che ne fa una vera preghiera vivente. Di qui, l'importanza dello spirito di immolazione per fare della nostra vita una vera preghiera. La nostra vita può essere una preghiera, se in ogni occasione conserviamo la libertà di spirito che è la prima condizione per la preghiera.

Restiamo così in costante disponibilità in rapporto alla preghiera. Tocchiamo ancora con mano la necessità di una ascesi interiore, perché la libertà di spirito è sinonimo del distacco da ogni creatura, da ogni attività. Dobbiamo imparare a conservare questa libertà pur sapendo di donarci semplicemente e gioiosamente al nostro lavoro, ai nostri amici, ai nostri compagni, ai nostri fratelli. È al momento di metterci in preghiera che ci accorgeremo se abbiamo o no conservato questa libertà interiore, che chiamerei anche silenzio interiore. È l'amore della croce di Gesù che ci permetterà di conservarla. Ma sentiremo tutti il bisogno di qualcosa di più: della pratica di una vera orazione diffusa. Questa consisterà nel disseminare le nostre giornate di istanti di preghiera più o meno frequenti. Imparare a pregare il più semplicemente possibile con parole o con un semplice sguardo dell'anima, dappertutto, e ogni volta che Dio ci solleciterà con la sua grazia. Questa permanenza della preghiera, nel senso proprio del termine, assumerà tante forme diverse quante sono le tappe dello sviluppo della fede e quanti sono i diversi caratteri. Potrà essere il richiamo di un versetto evangelico, un semplice sguardo al Cristo, il senso della presenza della Vergine; sarà ancora, nell'intimo del cuore, un moto di offerta per un compagno o per tutti gli uomini, suscitato da un contatto amichevole, dalla vista del male o dallo spettacolo di una folla indifferente. In una parola, si tratta di una reazione della nostra fede che, a poco a poco, tende a essere abitualmente in atto e a farci guardare le realtà invisibili del mondo. Questi atti intermittenti di fede preparano lo stato di semplice contemplazione che può essere realizzato in noi solo dai doni dello Spirito Santo. Dobbiamo esercitarci a ciò. Vi è, infatti, un modo di guardare con gli occhi della fede l'uomo, il lavoro, il piacere e le sue sollecitazioni, che ci mette in piena verità umana e divina, visibile, ed è come una preghiera allo stato iniziale.

### *Una preghiera redentrica*

Un aiuto potente per acquistare questo spirito di fede ci verrà dalla consapevolezza di essere realmente i delegati degli uomini davanti a Dio; bisogna ancorare in noi questa visione del mondo nella fede, ritornandovi incessantemente. In virtù dei legami del corpo mistico di Gesù, siamo solidali gli uni agli altri. Il contatto quotidiano con gli uomini dovrà contribuire a sviluppare in noi il senso di questa solidarietà spirituale. I legami di amicizia, di cameratismo sul lavoro, di aiuto reciproco nel bisogno, saranno per noi la figura di un aiuto scambievole ben più efficace e profondo. Attraverso queste manifestazioni visibili di unità, ci eserciteremo a vedere con gli occhi della fede i legami invisibili che ci fanno partecipi della sofferenza, del peccato, della miseria morale e dei bisogni degli altri uomini. Mediante la preghiera e l'offerta di noi stessi, possiamo dare un senso alla sofferenza senza scopo del mondo. Accettiamo e portiamo questa sofferenza, come Gesù l'ha portata, con lui e in lui, con umiltà, dolcezza e amore. La nostra visione del mondo invisibile, che in un certo senso fa di noi degli estranei, non deve tuttavia renderci lontani e

indifferenti; anzi, deve essere il contrario. Vi è un altro male, la cui presenza e importanza possono sfuggirci se non vi facciamo attenzione. Intendo parlare del peccato e del male morale, di tutti i peccati, compreso quello del rifiuto esplicito di Dio. Dobbiamo conservare il senso del peccato, di quello che è in noi, come di quello che è nel mondo, in ogni uomo, qualunque sia. Se abbiamo il senso di Dio, ma soprattutto se siamo penetrati nel mistero del cuore di Cristo e se viviamo nella sua intimità, non potremo sfuggire alla sua agonia davanti ai peccati dell'umanità tutta. Per amore suo e degli uomini, la preghiera in noi si farà supplice e riparatrice.

In questo senso deve svilupparsi la nostra solidarietà spirituale con l'umanità. Però non facciamoci illusioni: se il contatto con la miseria fisica e morale degli uomini ci è benefico per invitarci al distacco da noi stessi e spronarci sulla via dell'amore, ciò deve servire a portarci ad aderire più intimamente a Gesù. È la nostra unione al Cristo che è primaria ed è in noi la sorgente di ogni fecondità spirituale. Non possiamo essere salvatori con Gesù se prima non siamo salvati da lui.

## LA PREGHIERA DELLA POVERA GENTE

*Attendere la venuta di Gesù*

Le nostre pesantezze e impotenze al momento di pregare ci portano, talvolta, a chiedere se non vi sia qualche metodo misterioso che ci possa indicare, finalmente, la via da seguire. Non credo che tale metodo esista e, comunque, non potrebbe essere diverso da ciò che il Signore ci ha già detto nel Vangelo. Gesù resterà sempre il maestro supremo della preghiera, non solo perché ne ha parlato con conoscenza di causa, ma per l'esempio della sua vita, perché ha pregato meglio di qualsiasi altro! Gesù ha vissuto la preghiera perfetta, in una vita particolarmente disturbata e talvolta schiacciante. Ma, soprattutto, egli resta il maestro della nostra preghiera perché lui solo, gratuitamente e per amore, può metterci nella intelligenza, nella memoria e nel cuore il vero spirito di preghiera. Ogni volta che Gesù aveva voluto condurre alcuni dei suoi apostoli a pregare con lui, il Vangelo nota che, benché scelti, essi finivano con l'addormentarsi. Sul Tabor, mentre il loro maestro parlava con Mosè ed Elia della sua prossima morte, «Pietro e i suoi compagni erano oppressi dal sonno» (Lc. 9, 32). Al Getsemani «egli ritorna dai suoi discepoli e li trova addormentati» (Mc. 14, 37-40). Ma Gesù non si è né scoraggiato, né impazientito. Gli apostoli erano uomini rudi, costretti alla pesca notturna e abituati a recuperare un

arretrato di sonno in qualunque momento della giornata. Chi di noi, nella pesante stanchezza di uomo della vita operaia, non ha sperimentato questa rivalsa del corpo sullo spirito? Ci si addormenta, non importa dove! Credo che dovette succedere qualche volta anche al Signore di riposarsi di giorno delle notti abbreviate dall'afflusso dei visitatori o dalla preghiera troppo mattutina: durante l'attraversata del lago in tempesta, «egli stava a poppa dormendo sopra un guanciale» (Mc. 4, 38). Questi fatti ci mettono a nostro agio e nella realtà della nostra esistenza poiché, malgrado tutto, Gesù ha ben trovato il modo di lavorare il cuore dei suoi apostoli fino a insegnare loro a pregare. Non bisogna, tuttavia, concludere che noi non abbiamo altro da fare che attendere la visita dello Spirito di Gesù. Dobbiamo andarvi incontro e sforzarci lungo la via stretta. Bisogna sforzarsi alla preghiera e, contemporaneamente, attendere il Signore per pregare veramente. In tutto ciò, non vi è contraddizione. Salvo quando il Signore viene a fare tutto da solo, bisogna saper tenere conto di queste due realtà: la speranza umile e sempre rinnovata della sua visita e la nostra attesa nello sforzo.

#### *Le condizioni di una preghiera autentica*

La nostra costante inquietudine è quella di sapere come trovare nella nostra vita le condizioni per una preghiera autentica e come fare per dedicarci generosamente. Ci è forse successo di dubitare, in certi momenti, che la cosa sia possibile. Davanti alla gravità di questo problema, confesso di essermi sentito talvolta come all'inizio di una via sconosciuta, di un sentiero terribilmente stretto e pericoloso. Una delle principali obiezioni mosse alla vita che conduciamo è che la fatica, il chiasso di cui per lo più siamo circondati e, insieme, la pesantezza di spirito provocata da uno sforzo fisico penoso e prolungato, sembrano escludere qualsiasi possibilità di una autentica vita di orazione. Questo problema è grave non solo per noi, ma per milioni di povera gente, di lavoratori asserviti per vivere a un lavoro spesso massacrante. Capisco bene che ci dovrebbe essere una risposta a questa obiezione. Dio ci spinge a condividere sempre più integralmente la sorte dei poveri, pur approfondendo nelle anime nostre il senso della nostra vocazione alla preghiera; e poi, leggendo il Vangelo, non sembra che Gesù abbia mai voluto fare della preghiera qualcosa di raro, di riservato agli uomini che godono della calma e della libertà, necessarie a una meditazione fruttuosa: «Venite a me, voi tutti che siete affaticati e oppressi, e troverete il riposo per le anime vostre» (Mt. 11, 28-30). Sì, bisogna ammetterlo: al momento della preghiera noi saremo, per lo più, incapaci di meditare, di pensare. E tutto il problema è di sapere se abbiamo un'altra via per raggiungere Dio nella preghiera. Per un certo periodo, più o meno lungo, secondo i casi, sarà normale e anzi utile che il nostro dialogo con Dio inizi con uno scambio in cui abbiano la loro parte il pensiero, l'immaginazione e le emozioni sensibili. Ma questo dialogo deve poi progredire verso una zona di noi stessi situata molto al di là della sensibilità, delle

immagini, della riflessione. A ogni tappa, non temiamo di semplificare, e anche di attualizzare, il nostro incontro con Dio. All'inizio della nostra vita di preghiera - inizio che può durare a lungo - sappiamo per esempio aprire il Vangelo o la Bibbia, non tanto per meditare le parole divine, quanto per tenerci sotto la loro luce, leggendo e rileggendo attentamente i versetti senza analizzare, senza discutere con noi stessi. Tutto ciò è semplice, compatibile con la dura fatica delle giornate di lavoro. E sono inizi a cui converrà talvolta tornare, molto più tardi, lungo la strada. Ma soprattutto non ancoriamoci mai a dei mezzi, qualunque siano. Andiamo a Dio con tutto il nostro essere, come possiamo; innanzi tutto con le nostre attività umane, che la presenza della grazia in noi rende soprannaturali. Ma sono la fede, la speranza e la carità, viventi in noi, che ci portano in Dio stesso. Qui ci vorrà molto coraggio. Ma bisogna sapere che tali atti non dipendono dalle impressioni sensibili e confortanti che ne riportiamo; ci basta sapere che *siamo* figli di Dio e che *vogliamo* darci a lui. Dimentichiamo, generalmente, che la parte migliore del nostro essere non è quella che possiamo sentire. Possiamo certo aver coscienza di noi stessi mediante i nostri pensieri, atti di volontà e sentimenti; ma la nostra natura di figli di Dio ci sfugge. Potremo così giungere a esercitare in modo vitale la fede, la speranza e la carità, il che è già una preghiera vera, anche se spoglia. Forse, allora, il Signore verrà lui stesso a completare in noi le sue misericordie. Non è necessario che lo sentiamo. La nostra preghiera non è mai così reale, così profonda, come quando si svolge al di fuori del campo della coscienza sensibile. Il vero orante si perde di vista, il suo unico sguardo è rivolto a Dio ed è uno sguardo di pura fede, di speranza e di amore che niente di sensibile, e spesso niente di *sentito* consolerà. Ci sembra di mancare di fiducia, e ogni punto di appoggio ci viene a mancare; tuttavia, è allora che cominciamo ad agire sul piano propriamente divino. Crediamo di essere a un cattivo passo ed è proprio allora che la nostra vita si ordina finalmente come Dio la vuole. Quando camminiamo solo spinti dalla fede pura, quando restiamo davanti al Santissimo senza troppo saperne il come e il perché, quando le parole del Vangelo o della liturgia ci sembrano spoglie di ogni sapore, di ogni potere emotivo, allora, se siamo stati fedeli e se Dio lo vuole, si compie in noi il mistero della fede e incominciamo a penetrare nella zona dell'anima nostra in cui sgorga la vita divina. È solo alla luce di questa prospettiva e convinti di una tale verità, che possiamo riflettere sul problema della preghiera. Meditare non è dunque pregare; tutt'al più la meditazione può essere la preparazione alla preghiera e, per alcuni, la porta d'ingresso. La meditazione non è preghiera e non è neppure essenziale come preparazione alla preghiera quando circostanze indipendenti dalla nostra volontà ci obbligano a seguire un'altra strada. Poiché, vi è un'altra strada. Ancor più: la meditazione può talvolta diventare un ostacolo alla preghiera, come uno schermo fra Dio e noi, una strada troppo facile che invita al girovagare. Dio non può venirci incontro che nella misura delle realtà del nostro amore e questa non si trova che sul sentiero della fede pura. Questo sentiero passa per l'oscurità della spogliazione della ragione e del

sensibile. Ora, una tale spogliazione è richiesta non solo dalla natura stessa della purificazione, ma anche dal modo abituale di agire del Signore Gesù che non può accostarsi a noi senza bruciarci con la sua agonia e la sua croce. Coloro che passano per la meditazione dovranno necessariamente arrivare qui, e lo Spirito Santo, se sono fedeli, verrà alla sua ora a spezzare un ordinamento troppo razionale della loro «vita spirituale», rendendo impossibile ogni meditazione, per obbligare la loro volontà a tendere direttamente verso Dio solo, al di là di ogni idea e di ogni sentimento. Poiché neppure il sentimento, più della meditazione, è preghiera. Dobbiamo credere fermamente che la verità della preghiera, la via dell'unione a Dio è al di là dei sentimenti, delle parole, delle idee. Si minimizza troppo la realtà della preghiera, non se ne ha un'idea abbastanza elevata. Non si crede abbastanza che Dio possa venire veramente in noi, per fare la nostra preghiera; oppure, se ci si crede, si ha tendenza a riservare la riuscita a un piccolo numero di privilegiati, a coloro a cui il chiostro procura una cornice di silenzio favorevole alla meditazione. Perché dovrebbe essere così? Coloro la cui condizione di vita impedisce di meditare sarebbero, perciò, impossibilitati a pregare? La preghiera non è forse al di là della riflessione? I poveri non possono meditare; non hanno testa per fare ciò; non hanno la cultura richiesta, non conoscono il meccanismo della meditazione, oppure sono troppo stanchi. Condividendo la vita dei lavoratori, noi dobbiamo condividere anche il loro modo di pregare. A forza di coraggio perseverante, con atti di fede e di amore semplici e nudi potremo metterci davanti a Dio e attenderlo aprendogli il fondo del nostro essere, così come è. Il risultato sarà spesso una preghiera dolorosa, pesante, in apparenza poco spirituale; ma attraverso questo sforzo di fede, nell'atteggiamento coraggioso del corpo, si tradurrà la sete e l'attesa di Dio che, nondimeno, è nell'intimo nostro. La volontà vuole pregare; essa desidera e chiede la preghiera. Certi giorni, avremo solo questa povera cosa da offrire al Signore, ed è a lui che competerà di fame una vera preghiera e un mezzo di unione con lui. Dovremo, senza dubbio, essere pazienti, costantemente pronti a una coraggiosa perseveranza, attraverso le oppressioni e gli abbrutimenti. Per alcuni, questa continua vigilanza nell'esercizio, già molto spoglio, delle virtù teologali, durerà forse tutta la vita. Dio, che ci guida, lo sa. Ma noi possiamo e dobbiamo domandare, umilmente e incessantemente, al Signore Gesù di compiere in noi questo dono, di venire lui stesso a pregare in noi, in modo inenarrabile, quella preghiera che lui solo può dire al Padre suo. E bisogna pur direi che un'autentica unione, nella dura vita fisica, come può essere la nostra, potrà rivestire delle forme così semplici, direi volentieri così banali, che non avremo sempre necessità di riconoscerla come tale. Non dobbiamo dunque subire la nostra vita di fatica e di lavoro come una condizione inferiore e sfavorevole, ma abbracciarla risolutamente come un mezzo privilegiato di purificazione e per noi di introduzione, se Dio lo vuole, al dono gratuito dell'unione divina. Dobbiamo avere il desiderio di andare direttamente verso una preghiera dolorosa di fede. L'impossibilità a meditare, benché provenga da circostanze esteriori puramente materiali, potrà allora

divenire, sotto l'azione divina, un vero passaggio all'orazione di fede. Il Signore non ci ha promesso altro. Per la povera gente, sono sicuro che il Signore deve accettare questo itinerario ridotto; ma credo che, per meritare questo gradimento, bisogna essere umili e veramente piccoli.

### *Perseverare con coraggio*

Non abbiamo paura di perderci su questo cammino; non potremo temere nulla, a patto di perseverarvi con coraggio: è questa, anzi, la sola condizione veramente essenziale. Gesù non ci ha chiesto altro. È notevole, che riunendo tutti gli insegnamenti del Signore sulla preghiera non vi si trova quasi che una sola raccomandazione: la perseveranza! Non temiamo di sentire nella nostra preghiera e dalla nostra preghiera stessa, un senso di completo disgusto per le nostre debolezze, le nostre colpe, la nostra miseria. Rileggiamo la parabola del fariseo e del pubblicano, entrambi saliti al tempio per pregare, e capiremo perché le preferenze del Signore sono chiaramente per il pubblicano, timido e consapevole delle sue colpe. È anzi probabile che più la nostra preghiera sarà stata generosa, e più sarà stato lancinante e opprimente il senso della nostra Incapacità. Che importa! Andiamo dunque innanzi a Dio così come siamo, e accettiamo di pregare come Dio ci chiede di farlo e non diversamente. Soprattutto, non temiamo di alleggerire la nostra preghiera e di renderla sensibile prendendo un libro. Probabilmente perderemo il nostro tempo. Si tratta solo di essere realmente presenti a Dio, non con il pensiero, l'immaginazione o i sentimenti, a cui succederà di vagabondare altrove, ma con il desiderio continuamente rinnovato della volontà. Talvolta, l'unico modo possibile di esprimere questa volontà ben reale, sarà il rimanere fisicamente presenti, in ginocchio, ai piedi del tabernacolo. E questo basterà. Nel tempo della preghiera, bisogna saperne accettare le esigenze. Dovremo quindi spesso andare alla preghiera come alla croce; ciò è assai più profondamente vero di quanto pensiamo, poiché è proprio nella preghiera che siamo associati al lavoro di redenzione che si operò sulla croce. Andiamo alla preghiera per perderci e saremo sicuri di realizzare pienamente la volontà del Signore, «poiché chi vorrà salvare la sua anima la perderà, ma chi perderà la sua anima per causa mia la salverà» (Mt. 16, 25).

### *La preghiera dei Piccoli Fratelli di Gesù*

I Piccoli Fratelli di Gesù sono chiamati, da parte loro, a vivere uno sforzo di preghiera e di fede che talvolta sgorgherà dalla sofferenza della loro vita, ma più spesso, forse, dalla piena comunione con la miseria fisica e morale di coloro che li circondano. Questo inserimento nell'umanità dolorante è veramente legato allo sgorgare della loro preghiera, e per essi non ci può essere dosaggio in questo campo. Non meravigliamoci, dunque di scoprire che la nostra preghiera dovrà il più delle volte prendere la forma di uno slancio doloroso, di

una oscura attesa o di una sete insoddisfatta tesa verso Gesù salvatore, in una consapevolezza della nostra totale incapacità, così chiara, in certi momenti, da essere dolorosa. Non credo che sia nella nostra vocazione ricevere una forma di orazione in cui potremmo fermarci a riposare. Per amore, noi abbiamo legata la nostra sorte agli uomini che sono penosamente in marcia verso la luce. Attraverso l'esercizio della preghiera di fede, otterremo loro quel minimo di fede indispensabile per orientare le loro vite verso Dio; con lo sforzo della speranza che, in certe ore, solleverà pesantemente il nostro cuore verso Gesù, daremo sollievo a quelli che disperano; e con un amore che sarà soprattutto una sete mai spenta di trovare Gesù o di possederlo maggiormente, con questa forma di amore che è desiderio, più che riposo nel possesso, otterremo per gli uomini, curvati verso terra, di desiderare, sia pur confusamente, colui che è tutto l'amore. È in questo senso, che lo Spirito Santo lavorerà nel nostro cuore, ed è bene che sappiamo in quale direzione ci condurrà per non disturbare la sua azione in noi, e perché siamo a nostro agio in questa forma di preghiera. Come sempre, Gesù deve essere il nostro modello. Noi siamo più specialmente chiamati a rivivere la preghiera che saliva dal suo cuore quando era premuto dalla folla dei malati e dei poveri, stanco della fatica del cammino, tra la polvere delle strade, quando era disturbato e sollecitato da tutti, al punto da non trovare più il tempo per mangiare. È anche la faticosa e sanguinosa preghiera dell'agonia nel Getsemani, quella preghiera di offerta di se stesso, unita a una visione acuta della miseria degli uomini, questa miseria che noi accostiamo e che niente dovrebbe riuscire a farci dimenticare. È la preghiera che è rimasta come la piccola fiammella vacillante di un lume celato sotto il pesante mantello della stanchezza del suo corpo ferito, mentre si trascinava sulle pietre della via, schiacciato dalla croce e durante gli ultimi sforzi dell'agonia. Il più grande atto della vita di Gesù, la più grande prova del suo amore, l'atto che salvò il mondo, non si è compiuto nel riposo e nel fiorire di una preghiera calma - come avrebbe potuto avvenire - ma nello sforzo doloroso di una preghiera che non trovava più un cammino facile fra le fatiche di un corpo spezzato dalla sofferenza. La nostra preghiera non è separata dalla nostra vita di carità, di disponibilità, di partecipazione agli affanni e al lavoro dei poveri. L'abbiamo provato tutti; tutti abbiamo meglio capito che non potremmo separare questo ricordo da quello di Gesù e facilmente ci sale dal cuore un gran desiderio di preghiera contemporaneamente a un doloroso sentimento di impotenza. Bisognerà far crescere questo desiderio di preghiera ma, soprattutto, bisogna che esso si concluda in un atto di preghiera. L'azione dello Spirito Santo è abbastanza multiforme per far nascere e stabilire in noi una preghiera continua, quella alla quale Gesù chiama tutti gli uomini, tutti i poveri peccatori, e alla quale dobbiamo tendere con tutta la nostra fede; Gesù non può burlarsi della povera gente e, se esige da noi una cosa, è perché essa è possibile con il suo aiuto. Portare alla perfezione dell'amore la preghiera del pubblicano, quella della peccatrice, quella di tutti i malati e i ciechi che assediano Gesù giorno e notte: è a questa grazia che dobbiamo aprire il nostro cuore. Allora, la nostra preghiera

sarà nella nostra vita e non a fianco di essa, e vi troverà il suo alimento, perché avremo imparato a guardare ogni cosa, nella fede, con gli occhi stessi del Signore. La nostra preghiera deve anche essere una adorazione. Il contatto troppo continuo con gli uomini rischia di farci dimenticare questo aspetto. Non lasciamoci trascinare, sotto il peso delle sofferenze dell'umanità, a cedere alla tentazione, provata dagli apostoli quando furono testimoni dell'atto di inutile sciupio di Maddalena, che spargeva un profumo prezioso sul corpo del Cristo. Gesù merita per se stesso di essere adorato, amato, che si perda del tempo per lui, anche quando vi sono al mondo esseri che piangono e soffrono. Vi è in questo aspetto di *perdita di tempo* per amore, sotto cui ci si presenta talvolta l'atto della preghiera pura, un mezzo per verificare il valore della nostra fede nella trascendenza divina e per purificare i nostri rapporti con gli uomini. Raramente questo aspetto della nostra vita che non serve a niente e non è utile a nessuno sarà capito, e questo costituirà una tentazione di più, soprattutto in un ambiente in cui l'efficacia acquista un criterio di valore assoluto. Mi pare, tuttavia, che anche allora, la nostra preghiera non potrà tendere alla contemplazione nel mistero di Dio allo stesso modo di quella di un solitario: anche qui non potremo separarci dal peso delle anime e dalle loro miserie, che sentiremo sempre gravare su di noi. La nostra preghiera sarà più vicina a ciò che avveniva quando Gesù, stanco per la fatica, saliva sulla montagna a pregare in segreto. Come non avrebbe portato con sé, nella sua anima di redentore, tutto quel cumulo di sofferenze morali e fisiche che gli erano sfilate davanti durante la giornata? Ritroveremo, forse, attraverso ciò, un'adorazione più pura. L'adorazione è l'ammirazione del mistero supremo e nascosto della divinità. Sappiamo, da Gesù, che questo è un mistero di amore e di misericordia, poiché si è espresso interamente nei gesti divini della incarnazione e della redenzione. Una adorazione che sgorga da un cuore totalmente disponibile al prossimo è la vera e pura adorazione.

## IL RITMO DELLA VITA DI PREGHIERA

*Non rompere il ritmo del riposo*

Ogni vita, nell'universo visibile, è ritmica: quella della pianta, come quella del corpo e dello spirito, e i due tempi di questo ritmo sono in opposizione, come l'esercizio al riposo. Qualsiasi orientamento di vita la espone al pericolo che il ritmo si rompa per causa dell'abuso di utilizzare un solo tempo di questo ritmo a spese dell'altro. La vita divina dell'uomo e la sua preghiera non sfuggono a questa legge e ai suoi rischi. Il modo di vivere delle fraternità, quello della povera gente, presa nell'ingranaggio delle preoccupazioni quotidiane, comporta

dunque dei pericoli propri, così come la vita del solitario o del monaco comporta i suoi. Nel lavoratore, l'intorpidirsi dell'intelligenza può portare a una certa pesantezza della volontà, l'eccesso di fatica può rompere l'equilibrio nervoso del dominio di sé, così come l'agitazione e il continuo rumore possono alterare, con il tempo, il silenzio interiore del cuore. È perciò indispensabile trovare, a intervalli regolari, dei periodi di riflessione sulla fede, sul Vangelo, su se stessi, per non illudersi sulle proprie intime disposizioni. Non potremo dunque fare a meno di ricorsi periodici a momenti di calma fisica, di riposo, di silenzio esterno. Questo ritmo è insieme vitale e profondamente umano. Gesù stesso ne ha sentito il bisogno e rispettate le esigenze: i suoi tre anni di vita pubblica non solo iniziano con un ritiro di quaranta giorni, ma sono disseminati di fughe notturne o mattutine nel deserto, per pregare in pace alcune ore, o per condurvi i suoi apostoli per una sosta di qualche giorno. È il caso di richiamare qui il grande comandamento del riposo settimanale imposto da Dio all'uomo fin dall'inizio del mondo. Questo riposo del settimo giorno è un ritmo talmente essenziale, che la creazione ne è segnata da Dio nel suo primo slancio vitale. Esso ci appare legato all'azione creatrice stessa, da cui procede come un riflesso, una imitazione: «Ricordati di santificare il giorno del sabato. Per sei giorni lavorerai e attenderai a tutte le tue opere. Ma il settimo giorno è il sabato del Signore Dio tuo. Infatti in sei giorni il Signore fece il cielo, la terra, il mare e tutto ciò che è in essi e nel settimo giorno si riposò: per questo benedisse il Signore il giorno del sabato e lo chiamò santo» (Es. 20, 8-11; Gn. 2, 1-3; Es. 31, 13-14). Si tratta di un precetto particolarmente grave e sacro; sotto l'antica alleanza, il suo trasgressore era punito con la morte, come se avesse attentato a un'opera viva dell'umanità. Questo ritmo di riposo è sacro, concorre a compiere nell'uomo la rassomiglianza divina sul piano dell'azione, al punto che l'inosservanza di questa legge, porterà in lui una degradazione dell'immagine di Dio. L'umanità ha perso il senso di questa legge divina e se ritrova il principio del giorno settimanale di riposo, non sa più viverlo come il riposo di un uomo creato a immagine di Dio. Gli uomini non sanno più arrestare le loro attività, incatenate le une alle altre. La stessa cristianità non è sfuggita a tale contagio e non osserva che il contenuto materiale del precetto della Chiesa, spesso solo per il formalismo, dimenticando la sostanza del precetto, sempre valido, dettato dal Creatore, e la cui ampiezza trascende le prescrizioni della Chiesa, venuta a precisare e perfezionare, non ad abolire. Non ci siamo sdebitati con Dio per aver assistito alla messa e sospesi i lavori detti *servili*) alla domenica, se ingombriamo il resto della nostra giornata con attività di altro ordine, ma altrettanto invadenti e accaparranti. È lo spirito della legge che bisogna capire: il ritmo periodico del riposo per il corpo e per l'anima è un obbligo di coscienza. Quando lo possiamo, sappiamo ancora sottometterci umilmente alla legge del riposo fisico, della necessaria distensione nervosa? Il disobbedire a una legge, così essenzialmente vitale, è fonte di conseguenze. Ma vi è anche, ed è il più importante, quantunque dipenda dal primo, il ritmo della vita dell'anima ed è per questo che Dio ha santificato il giorno di riposo. Vi sono

in gioco i nostri rapporti diretti con lui. Certe condizioni di lavoro sono incompatibili con il fiorire di una vita cristiana, perché i riposi giornalieri o periodici che consentono, sono insufficienti per permettere il minimo indispensabile di riposo spirituale, di preghiera silenziosa, di una seria riflessione per nutrire la fede.

#### *Importanza dell'alternativa: lavoro-riposo*

Questo ciclo vitale di respirazione spirituale si concretizza per noi in una mezza giornata alla settimana di silenzio, di lettura e di preghiera, in un giorno al mese di ritiro e di esame della vita, senza contare il ritiro annuale e il ritmo più vasto di sessioni periodiche di studio e di soggiorno nelle fraternità di adorazione, previsti a intervalli più o meno lunghi. Dobbiamo essere molto fermi nell'osservanza di questi ritiri periodici. Senza dubbio, le esigenze del lavoro e della carità verranno a volte a disturbarne l'ordine. Occorre, senz'altro, una certa elasticità di realizzazione, lo sappiamo per esperienza, ma siamo molto fermi su tale principio! È necessario capire bene la portata di questa alternativa, che ci fa ricercare l'unione con Dio in due direzioni diametralmente opposte. Da una parte, le giornate di lavoro, opprimenti per la fatica e disturbate dall'importunità di quelli che hanno bisogno di noi, ci obbligheranno a una preghiera oscura, informe, talvolta dolorosa, di cui ora conosciamo il valore di purificazione e di unione con Dio nella fede; dall'altra, le ore più prolungate di raccoglimento e di silenzio ci troveranno, per contrasto, alquanto inadatti psicologicamente, almeno all'inizio. È normale. Esse ci obbligheranno così a uno sforzo spirituale sul piano della lettura meditata e dell'approfondimento della fede, tanto più vero, quanto meno avremo la tentazione di compiacercene con il fermarvici. Faremo, ugualmente, più fatica a metterci senza transizione, nel silenzio esterno; ciò non vorrà dire, necessariamente, che manchiamo di generosità o di silenzio interiore. Si tratterà, allora, di un semplice disorientamento e lo sforzo per superarlo darà il suo pieno valore di spogliazione al silenzio esterno, che osserveremo durante questi brevi periodi di ritiro «nel deserto». Esso ci permetterà così di assicurarci della realtà del silenzio interiore, che avremmo dovuto conservare nell'intimo, durante la vita quotidiana. Questo alternarsi di vite diverse è per noi una garanzia di verità nella fede. Dandoci generosamente all'una e all'altra, senza cercare di sfuggire a ciò che ognuna di esse offre di occasione di spogliazione, di dono generoso, eviteremo i rischi inerenti a ciascuna di queste forme di vita. Insisto sul valore di avvio all'unione divina, che possiede, nel nostro ritmo di vita, il periodo di lavoro e di fatica. Non è un tempo in cui viviamo come di rendita, spendendo le energie spirituali accumulate durante i periodi di ritiro, come un serbatoio riempito che si svuota in poco tempo. Una tale concezione è radicalmente sbagliata; significherebbe rifiutare alla vita di preghiera, condotta coraggiosamente in circostanze difficili, un valore di crescita nell'amore. Un corpo vivente si fortifica tanto con l'esercizio che con il riposo. Questi due

elementi sono ugualmente necessari alla sua salute e al suo sviluppo. Così è della nostra preghiera vivente.

## CON GESÙ NEL DESERTO

### *La necessità del ritiro*

Anche noi, come Gesù durante la sua vita terrena, abbiamo bisogno di periodi di ritiro e di deserto, che non devono sembrarci periodi sottratti agli uomini. Non è valida l'obiezione che gli altri non potrebbero concedersi tali ritiri e che quindi non possiamo separarci dai poveri e dai lavoratori ritirandoci, così, per periodi un po' lunghi, perché essa deriva da un ragionamento troppo materialistico. Gesù avrebbe dunque avuto torto nel dire ai suoi apostoli di abbandonare le loro reti, i loro parenti, i loro compagni di lavoro per condurre al suo seguito, e spesso nel deserto, una vita, tutto sommato, meno faticosa della pesca notturna sul lago? I nostri ritiri sono un lavoro con Gesù. Dobbiamo essere molto rigorosi quanto alle condizioni di silenzio, di isolamento, di sospensione di ogni corrispondenza e attività umana da osservare durante questi periodi.

### *I periodi di deserto*

I periodi di deserto sono essenziali per approfondire la nostra vita di preghiera. Deserto non è sinonimo di ritiro: non ogni luogo di ritiro è un deserto e ciò che normalmente si chiama *esercizio di ritiro spirituale* non è paragonabile a un periodo di deserto. Ogni luogo porta in sé un significato spirituale nella misura in cui, attraverso i nostri sensi, contribuisce a imprimere un segno sul nostro spirito. San Giovanni della Croce aveva capito l'importanza dei luoghi come mezzo per disporre alla contemplazione. Il deserto non è solamente un luogo solitario e silenzioso, come se ne possono trovare molti nel mondo e persino nel cuore delle nostre città. Il deserto è più di un luogo di ritiro, perché nella sua estensione e nel suo vuoto porta dei valori che gli sono propri. In quanto tale, il deserto non serve a nulla all'uomo e lo spazio occupato da queste solitudini aride sembra senza senso di fronte agli spazi più ristretti riservati alle regioni fertili e sovrappopolate. Come la preghiera di pura adorazione, di cui è l'immagine, il deserto non è apparentemente di alcuna utilità per l'uomo. Il deserto porta l'uomo al limite della sua debolezza e della sua impotenza e lo obbliga a cercare forza in Dio solo. Porta in sé il segno della povertà, dell'austerità, dell'estrema semplicità, della totale impotenza dell'uomo che scopre la sua debolezza, poiché l'uomo non è in grado di autosussistere di per se stesso di fronte al deserto. D'altronde, è Dio che conduce al deserto, poiché lo spirito non può rimanervi senza essere nutrito direttamente da Dio. È in questo,

che un periodo di deserto differisce da un ritiro in cui è bene, al contrario, cercare tutti i mezzi esteriori possibili per rinnovare e raccogliere la fede: conferenze, partecipazione alla liturgia, preghiere in comune, colloqui con un direttore spirituale. Questi ritiri sono necessari e d'altronde possono richiedere, secondo la maturità spirituale di ciascuno, dei vari gradi di solitudine. Il deserto, al contrario, è un tentativo di avanzare nudi, deboli, privi di ogni appoggio umano, nel digiuno del cibo terrestre e anche spirituale, verso l'incontro con Dio. E non potremmo andare lontano, se Dio stesso non ci mandasse il suo cibo come ha fatto per Israele, per Elia, coricato e spossato sotto il ginepro. La nostra preghiera, anche quando è il risultato di una attività delle virtù teologali, comporta sempre una rispettosa- attesa del cibo divino. Il periodo di deserto è una prova, un *test* come un tentativo pieno di fiducia per sollecitare Dio a venire verso di noi, nella nostra impotenza, per condurci a lui. Ciò che, dunque, è essenziale, in un periodo di deserto, è lo spogliamento totale e l'attesa serena e silenziosa di Dio in una certa inattività delle nostre capacità. Questa attesa passiva, senza una risposta di Dio sarebbe nociva se si prolungasse molto, ma è piena di vantaggi se è breve, come un grido di aiuto lanciato verso Dio e di cui noi abbiamo bisogno, di tanto in tanto, per sostenere la nostra preghiera. Non bisogna intraprendere ritiri prolungati nel deserto sconsideratamente, senza direzione spirituale e, comunque, bisogna sapersi comportare in modo tale da essere pronti, seguendo la risposta di Dio, a mescolare all'attesa silenziosa e allo spogliamento il cibo spirituale necessario per non indebolirsi e non ridursi all'inerzia, con il pretesto di aver voluto raggiungere, con le nostre forze, la montagna sulla quale solo Dio può condurci. Per andare nel deserto, bisogna dunque credere che Dio può venirci a trovare nella preghiera e, per ottenere la grazia di questa visita, bisogna desiderarla con fiducia e gioia. La giornata nel deserto viene a ricordarci regolarmente la necessità di questa attesa. Ci ricorda le condizioni di preparazione necessarie per ricevere questa grazia: l'umiltà del cuore, il non fare affidamento su se stessi, accettare l'assenza delle consolazioni sensibili e l'austerità di questo modo di incontrarci con Dio; perché, se lo Spirito Santo ci visita, ciò non accadrà se prima non ci saremo dimenticati di noi stessi. Per diventare un cammino verso Dio, il deserto deve essere accettato con spirito di assoluta povertà. Senza spogliamento e silenzio interiore, il deserto non sarebbe che un ostacolo alla preghiera. È anche nella nudità del deserto che cadranno le illusioni di tutto ciò che ingombra il nostro cuore. Non si può sopportare di camminare a lungo, soli nel deserto, se non si ha il cuore semplice e povero e se dalla vita ci si aspetta ancora qualcos'altro che Dio solo. È per questo che le tentazioni di renderci utili agli uomini, in modo diverso, dall'affermazione vitale della trascendenza divina o dell'amore divino, la tentazione di instaurare il regno di Dio con mezzi diversi da quelli usati da Gesù stesso, non saranno definitivamente vinte se non nel deserto, come fu per Gesù. L'esperienza ci porta a constatare che noi siamo molto più tentati nel deserto, e saremmo inclini a concludere che è meglio evitare di andarvi. No, non siamo più deboli nel deserto che altrove: siamo posti nella condizione di fare una scelta più assoluta e radicale, scelta le cui alternative,

durante la nostra vita abituale, vengono sbiadite dalla molteplicità delle attività quotidiane e da innumerevoli compromessi più o meno coscienti.

Il conforto di un incontro con Dio nella nudità del deserto ci apparirà, allora, come la sorgente e la garanzia della nostra fedeltà alle esigenze della contemplazione nel pieno ritmo della vita, di un rinnovamento nella nostra vocazione di permanenti in preghiera; essa si inserisce pure nella nostra vocazione di essere salvatori con Gesù mediante una preghiera di intercessione la cui intensità richiede, di per se stessa, l'assoluto del deserto.

### *La chiamata al deserto*

Per un Piccolo Fratello la chiamata a vivere nel deserto non deriva da una vocazione permanente di solitario, né da una vocazione monastica che comporti la separazione dal mondo come elemento essenziale e permanente nella ricerca della santità, ma si colloca nella realizzazione stessa della sua vocazione a una missione di preghiera di adorazione e di intercessione. Anche qui, l'atteggiamento fondamentale di un figlio del padre de Foucauld si riallaccia a quello di santa Teresa del bambino Gesù. È un'opera di amore derivante dalla presa in carica quasi pastorale degli uomini che ci sono stati affidati, al fine di portare davanti a Dio la loro angoscia e le loro suppliche, in unione con Gesù orante nel deserto. È lo stesso Spirito che spinge il Piccolo Fratello a scendere per mescolarsi alla folla degli uomini, a salire sulla montagna, solo, di fronte al Dio che salva. I soggiorni di Gesù nel deserto si inseriscono pienamente nella sua missione di Salvatore. Con l'adorazione del Padre, vi è la preghiera pura del Redentore, in tutta l'estensione della sua missione e della sua responsabilità della salvezza di tutti gli uomini. Le tentazioni che subisce da parte di Satana ne sono una prova, così come certe notti di preghiera: quella che precedette la scelta degli apostoli e quella nel giardino del Getsemani. È uno stato estremo di preghiera. Certi apostoli e certi santi, scelti da Dio per una grande opera di evangelizzazione, conobbero stati analoghi di preghiera: san Paolo nel deserto di Arabia, san Francesco di Assisi in molti dei suoi eremitaggi e, soprattutto, a La Verna. Fatte le debite proporzioni, è proprio nello stesso senso della preghiera spoglia e solitaria di colui che, per vocazione, si è impegnato nel mistero della redenzione degli uomini, che si inserisce la chiamata di un Piccolo Fratello alla preghiera solitaria nel deserto. Si tratta perciò di un vero compimento della sua vocazione apostolica che suppone la morte a se stessi e una grande disponibilità interiore alla carità di Gesù, cosicché tutta la vita sia come dominata dalla preoccupazione della salvezza di tutti gli uomini. Noi avremmo sempre bisogno di rinnovare la nostra fedeltà alla grazia della vocazione, e per questo andremo nel deserto. Inoltre, in alcuni momenti, sentiremo, come frutto di una fedeltà generosa alla grazia della vocazione, il bisogno di una preghiera pura di intercessione, come Gesù nella sua vita pubblica, sia che provi l'angoscia della salvezza di coloro ai quali è mandato, sia

che abbia coscienza che anche l'azione evangelica è quasi impotente dinanzi alla vastità del male e che solo la preghiera pura può sradicare. «Questa specie di demoni -lo spirito impuro - può essere cacciata soltanto con la preghiera» (Me. 9,29). Quest'ultima forma di preghiera si innesta e conduce alla passione di Gesù. Molti santi sono passati di qui, e questo è nella linea della vocazione redentrice delle fraternità.

## CONCLUSIONE

La vita contemplativa, di clausura o no, non è altro che una *anticipazione* di quello che dovrà essere un giorno lo stato di vita di ogni creatura umana: è la sua ultima e autentica giustificazione. Senza questo, essa non ha alcun senso. Noi anticipiamo, quaggiù, quello che dovrà essere il destino di ogni uomo salvato e glorificato dal Cristo.

Sappiamo benissimo che alcune delle giustificazioni umane, che troppo spesso si invocano, non rendono veramente conto della legittimità del voto di castità: unica valida è quella dell'anticipazione. È nel disegno di Dio che lo stato di castità sia un giorno quello di ogni uomo. Per lo stesso motivo, nessuna ragione è più giustificativa di una vita consacrata - in quello che essa ha di più essenziale, il guardare e contemplare con amore il Cristo, nostro Dio e salvatore - che il fatto di essere semplicemente un'anticipazione della visione beatifica. Malgrado la nostra debolezza e la maniera miserabile con cui noi portiamo una tale vocazione, il nostro stato di vita resta l'affermazione di una vocazione soprannaturale dell'umanità.

Il mondo ha bisogno di vedere queste realtà, non solamente affermate da una predicazione, ma realmente anticipate, sotto i suoi occhi, in alcune vite umane.