

## Impariamo a pregare: Dalle *preghiere* alla *preghiera*

- Spesso abbiamo l'esperienza di una preghiera personale resa sterile e incolore dall'abitudine, dalla fretta, dalla superficialità, da una certa noia spirituale.

Ecco, questo piccolo foglio vuole essere un piccolo aiuto per chi desidera essere introdotto in una esperienza di preghiera più profonda che possa maggiormente incidere nella propria quotidianità di figlio o di figlia di Dio

- Tante sono le definizioni della preghiera, eccone alcune: *“Relazione personale con il Dio vivente”* (CCC 2558); *“Un intimo rapporto di amicizia, nel quale ci si intrattiene spesso da solo a solo con quel Dio da cui ci si sa amati”* (S. Teresa d'Avila); *“È uno slancio del cuore, un semplice sguardo gettato verso il cielo, un grido di gratitudine e di amore nella prova come nella gioia. Insomma è qualcosa di grande, di soprannaturale, che mi dilata l'anima e mi unisce a Gesù”* (S. Teresa di Gesù Bambino); *“Che lo sappiamo o no, la preghiera è l'incontro tra la sete di Dio con la nostra sete. Dio ha sete che noi abbiamo sete di Lui”* (S. Agostino); *“Lui mi guarda e io lo guardo”* (Un vecchietto al curato.d'Ars). Belle vero? Ma forse ce n'è una ancora più bella perché ispirata direttamente da Lui: *“Ecco, sto alla porta e busso. Se qualcuno ascolta la mia voce e mi apre la porta, io verrò da lui, cenerò con lui ed egli con me”* (Ap 3,20).

- Pregare è dialogare, è comunicare, intrattenersi con Dio ed è possibile solo per un motivo: perché Lui per primo desidera dialogare, comunicare, intrattenersi con te. Prima ancora che tu voglia, desideri, ti sforzi di pregare, Lui sta aspettandoti, anzi è Lui stesso che suscita in te il desiderio di incontrarlo nella preghiera.

- Pregare è aprire a Gesù che bussa, Gesù bussa alla porta del tuo cuore, ma..., attento!,

Gesù non bussa da fuori, non cercarlo fuori, non lo troveresti! Lui bussa dall'interno del tuo cuore dove già c'è, è lì, Lui è lì e bussa e chiede spazio per crescere nella tua intimità: vuol cenare con te! Non avere paura di aprirgli la porta, affrettati a farlo e non te ne pentirai mai, anzi lo ringrazierai in eterno!

- Si può pregare camminando, lavorando, guidando, giocando, studiando... ma non imparerai mai a pregare in profondità finché non ti fermi in un luogo deserto e fai silenzio. Non si tratta di un *deserto* esteriore, ma *interiore*. Certamente un luogo solitario aiuta a pregare, la penombra di una chiesa anche, la viva luce accesa vicino a un tabernacolo ancora di più perché c'è una presenza sacramentale di Lui, ma il luogo dove tu incontri il tuo Dio non è un luogo esterno a te, pur bello, soave, devoto. No, il luogo dove tu preghi è dentro di te: è il centro del tuo cuore, l'intimo più intimo in te. Allora il tuo sforzo iniziale sarà quello di scendere dentro, scendere in basso nelle tue profondità fino al cuore del tuo cuore dove c'è Lui, il tuo Dio, il Dio vivo che vive in te e tu vivi in Lui.

- Il Dio vivo è presente nel santuario della tua persona ed è il Padre che ti ha creato, il Figlio che ti ha redento morendo in croce per te, lo Spirito Santo che Loro ti donano per farti entrare nella Loro intimità d'Amore trinitario.

- Attenzione! Attenzione! La preghiera si svolge nella fede, è la tua fede viva che afferma questa presenza di Dio in te, non il tuo sentimento, quello se c'è bene, se non c'è meglio. La fede è *il faccia a faccia con Dio nell'oscurità*.

- Si tratta di **sentire** la presenza di Dio nella fede, non nel sentimento. Puoi pregare in questo modo anche senza sperimentare nessuna dolcezza sentimentale o emotiva, ma pregare così nell'aridità renderà la tua aridità dolcissima!

- **Questo è il momento di pregare prova a fare così:**

Chiudi gli occhi e fai silenzio: fai tacere tutto in te, pensieri, immagini, preoccupazioni, affari, desideri... tutto taccia...

Taci e scendi..., scendi giù nel cuore del tuo cuore: prendi l'ascensore dello Spirito Santo e scendi..., scendi nelle profondità di te stesso. Lì, nel cuore del tuo cuore, riconosci con gratitudine il Padre che ti ha creato e donagli un palpito d'amore del tuo cuore, e fermati a gustare quel palpito...

Riconosci in te, nel cuore del tuo cuore, il Figlio e unisciti a Lui nell'Amore, Lui che per te si è unito al legno, e fermati a gustare Gesù vivo in te...

Riconosci in te, nel centro del tuo cuore, lo Spirito Santo e immergiti totalmente in Lui, lascia che il Padre e il Figlio riversino in te tutto il Loro Amore, lasciati prendere, afferrare, invadere, espropriare da Lui e abbandonati totalmente all'Amore di Dio..., di al Padre con Gesù e in Gesù: **"Eccomi, fa di me ciò che vuoi"**... senti nel tuo cuore la bellezza e il fascino del **"SI"** di Maria e fallo tuo.

Ripeti nel silenzio, lì nel cuore del tuo cuore, con Gesù e in Gesù il tuo **"Amen"**, il tuo **"Sì"**: **"Eccomi, fa di me ciò che vuoi"**, dillo anche se in te tutto vorrebbe gridare **"NO"**, e anche se senti il tuo cuore ancora tanto attaccato alle cose vecchie, ripeti forte forte: **"Fammi nuovo/a nel tuo Amore!"** e fai silenzio, gusta il silenzio, entra nel silenzio, avvolgi la tua persona nel silenzio per ascoltare quelle parole senza parole che i **Tre** vorranno dirti.

E ti fermi così a gustare la presenza di Dio in te, di Dio che vuole crescere in te, di Dio che vuole farsi spazio in te, di Dio che vuole dilatare il tuo cuore..., **dai a Lui** ad ogni palpito del tuo cuore **il permesso** di agire, di fare, di trasformare, di infiammare, di consumare, di travolgere, di sconvolgere, di creare nuovi spazi, nuova vita, nuovi orizzonti...

- *"Ma come faccio a pregare così quando in verità io pecco in continuazione?... Questa intimità con Dio possono averla solo Maria Vergine e i Santi, non certo io!"*

No. Nessuno è degno di pregare e di entrare in intimità con Dio, ma è Lui che desidera entrare in intimità con te, ti ha creato proprio per questo: perché tu diventi suo intimo amico e lo ami. Lui sa anche benissimo che non ne sei capace e allora ti fa capace Lui, ti fa degno Lui, pensa Lui a tutto perché ti ama, ti ama così come sei e vuole donarsi a te nell'Amore.

Neanche il peccato grave impedisce questa intimità perché il Suo Amore è più forte, nessuna miseria può vincere la Sua misericordia. Il papà buono della parabola più bella non aspettò che il figlio fosse pulito e rivestito per abbracciarlo, ma lo abbracciò così com'era quando lo vide, con tutto il brutto odore del lezzo dei maiali che gli aveva penetrato i vestiti e il corpo..., lo accolse così..., lo abbracciò così..., lasciati abbracciare anche tu..., anzi..., abbraccialo tu per primo, è la gioia più bella che tu possa dare a Dio: credere veramente che ti ami, credere nel suo Grande Amore, Infinitamente Grande e Potente!

Vorresti presentarti davanti a Dio a mani piene, vorresti potergli dire: *“Ecco questo e quest’altro... vedi l’ho fatto per te”* e sentirti dire *“Bravo”*. Mentre Lui vorrebbe solo che tu gli presentassi le tue mani vuote per riempirle di Sé e dirti non *“Bravo”*, ma *“Ti amo... ti amo di amore eterno!”*.

E se i difetti rimangono... se il peccato si ripete non una volta, ma troppe..., allora con ancora maggiore confidenza e fiducia ti avvicinerai al Padre delle Misericordie e all’Amico dei poveri peccatori chiedendo Loro che riversino in te ancora una volta il Loro Amore che sa far germogliare il deserto, far rivivere le ossa inaridite e far nuove tutte le cose..., senza mai stancarti, senza mai scoraggiarti, senza mai avviliti, perché..., perché tu ormai sai bene che Loro ti amano di amore eterno!