

A cosa "serve" la preghiera?

Nel nome del Padre...

Canto: Cantate al Signore

Rit. Cantate al Signore

un canto nuovo

perché ha compiuto prodigi.

Ha manifestato la tua salvezza

su tutti i popoli la tua bontà.

2. Esultiamo di gioia,

acclamiamo al Signor

con un suono melodioso

cantiamo insieme:

"Lode e gloria al nostro Re".

1. Egli si è ricordato della sua fedeltà
i confini della terra

hanno veduto la salvezza del Signor

3. Frema il mare e la terra:

il Signore verrà;

un giudizio di giustizia

con rettitudine al mondo porterà.

Dal Vangelo di Giovanni

Gv 15,1-11

¹ "Io sono la vite vera e il Padre mio è l'agricoltore. ²Ogni tralcio che in me non porta frutto, lo taglia, e ogni tralcio che porta frutto, lo pota perché porti più frutto. ³Voi siete già puri, a causa della parola che vi ho annunciato. ⁴Rimanete in me e io in voi. Come il tralcio non può portare frutto da se stesso se non rimane nella vite, così neanche voi se non rimanete in me. ⁵Io sono la vite, voi i tralci. Chi rimane in me, e io in lui, porta molto frutto, perché senza di me non potete far nulla. ⁶Chi non rimane in me viene gettato via come il tralcio e secca; poi lo raccolgono, lo gettano nel fuoco e lo bruciano. ⁷Se rimanete in me e le mie parole rimangono in voi, chiedete quello che volete e vi sarà fatto. ⁸In questo è glorificato il Padre mio: che portiate molto frutto e diventiate miei discepoli.

⁹Come il Padre ha amato me, anche io ho amato voi. Rimanete nel mio amore. ¹⁰Se osserverete i miei comandamenti, rimarrete nel mio amore, come io ho osservato i comandamenti del Padre mio e rimango nel suo amore. ¹¹Vi ho detto queste cose perché la mia gioia sia in voi e la vostra gioia sia piena.

Breve tempo di silenzio per rileggere il Vangelo

Introduzione

Parlare della preghiera non è mai facile, forse ancora meno attraente. Però forse, è qualcosa di cui in fondo, a volte, per X motivi, ne sentiamo il bisogno. Non ci pensiamo ma ne sentiamo il bisogno. Abbiamo iniziato raccogliendo una serie di domande che inconsciamente ci facciamo circa la preghiera, il pregare. Vorrei riassumere tutte queste vostre domande partendo dalla domanda che dà il titolo a questa serata: *“A cosa serve la preghiera?”*

Ma osiamo ancora di più: *“Perché pregare?”*. Oggi viviamo in una cultura nella quale scienza e tecnica ci fanno credere che noi umani siamo capaci di tutto, che dobbiamo sempre cercare un'efficacia immediata, che l'autonomia dataci da Dio nel mondo ci esime dal rivolgerci a lui. E va anche riconosciuto che a volte, in molti credenti, la preghiera sembra solo il frutto di un'indomabile angoscia, una chiacchiera con Dio, un verbalizzare sentimenti generati dalle nostre profondità, devozione e pietà in cerca di garanzia e di meriti per se stessi.

E allora, al di là delle difficoltà naturali che più spesso denunciavamo – mancanza di tempo, velocità della vita quotidiana, distrazioni, aridità spirituale –, cosa possiamo imparare dal Vangelo riguardo alla preghiera? È la preghiera cristiana, infatti (quella insegnataci da Gesù) quella che ci interessa come cristiani... perché, vedete, oggi si confonde con preghiera una sorta di spiritualismo che ha a che fare con tutta una serie di pratiche meditative (yoga ecc) che si fermano a creare una pace interiore, un senso di stabilità emotiva, che però non è preghiera cristiana. Oggi c'è molta confusione su questo. È facile confondere la preghiera con il raggiungimento di un certo benessere psicologico.

Nel Vangelo sono moltissimi i brani che parlano della preghiera. Per forza di cose ho fatto una scelta dei brani. In ogni caso, alla fine vi indicherò anche una lettura che, per chi vorrà, risulterà molto utile per approfondire e fare chiarezza su alcune questioni che io toccherò solo di striscio... almeno che non siate disposti a restare qua fino a domani mattina!

Parto dalla fine del Vangelo che ho scelto. Un Vangelo che, mi sembra, dice in sintesi il senso, il significato, appunto, di “cosa serve” la preghiera.

“Vi ho detto queste cose perché la mia gioia sia in voi e la vostra gioia sia piena”.

Gesù dice e fa molte cose nei Vangeli. Ma quanto ci ha appena detto nel Vangelo è in vista di una gioia, di una felicità piena, non una felicità qualsiasi. E che ciascuno di noi cerchi una gioia profonda (non effimera, da bottiglia di spumante che subito finisce) da cosa dipende? Dal *rimanere in Lui*. La preghiera ci aiuta a rimanere con Lui; è elemento fondamentale per *rimanere*

in Lui e quindi poter godere di questa gioia piena. Ecco che la preghiera cristiana è qualcosa di diverso dall'essere ridotta soltanto a pratica del buon cristiano. In soldoni: pregare è rimanere col Signore, in vista di una gioia come quella promessa da Gesù.

Padre Ermes Ronchi, rielaborando famose parole dette da qualcuno prima di lui, risponde così la domanda "perché pregare?". *"È come chiedere: perché respirare? Per vivere. La preghiera è il respiro della fede. Come un canale aperto in cui scorre l'ossigeno dell'infinito, un riattaccare continuamente la terra al cielo. Come per due che si amano, il respiro del loro amore"*.

Il vescovo Bruno Forte ne parla in questi termini: *"Mi chiedi perché pregare? Ti rispondo: per vivere. Sì, per vivere veramente bisogna pregare. Perché? Perché vivere è amare: una vita senza amore non è una vita. E' solitudine vuota, è prigione e tristezza. Vive veramente solo chi ama: e ama solo chi si sente amato, raggiunto e trasformato dall'amore. Pregando, ci si lascia amare da Dio e si nasce all'amore, sempre di nuovo"*.

Cos'è allora la preghiera?

È proprio quel rimanere in Gesù come il tralcio rimane nella vite per poter trarne alimento, forza e così portare frutto. Gesù stesso pregava!... chi? Il Padre... per rimanere in lui (più e più volte ce lo ricordano i Vangeli).

"Come il tralcio non può portare frutto da se stesso se non rimane nella vite, così neanche voi se non rimanete in me. Io sono la vite, voi i tralci. Chi rimane in me, e io in lui, porta molto frutto".

Potremmo dire che inizia a pregare solo chi fa esperienza che da solo non ce la fa, solo chi capisce che ha bisogno dell'aiuto di qualcun altro per portare frutto nella sua vita. E questo ci chiede di fare una dura lotta contro il nostro orgoglio (e contro la mentalità diffusa del mondo) che in qualche modo ci dice che noi siamo bastevoli a noi stessi, ci arrangiamo da soli, basta credere in noi stessi... salvo sperimentare poi, nella vita, come da alcune buche in cui sei caduto se non c'è nessuno che ti tira su, non ne vieni fuori da solo.

Ma noi, stasera, non vogliamo dire che per iniziare a pregare veramente prima bisogna inciampare. Anzi Gesù ci ha invitato a pregare, a *rimanere in lui* proprio perché sa che fin da subito questo può donarci vita e gioia piena.

Portare frutto, rendere la nostra vita gustosa. Chi non desidera ciò! Gesù ci mette in guardia: *"senza di me non potete far nulla!"*. Sono queste parole assurde per l'uomo contemporaneo che invece di sentirsi artefice e conquistatore di tutto ciò che crea e fa... ma c'è una gioia piena che anche all'uomo contemporaneo sfugge... altrimenti nel mondo non ci sarebbero disuguaglianze e ingiustizie come invece continuamente vediamo.

E quindi, caro Gesù, come fare? *“Insegnaci a pregare”*, gli chiesero anche i discepoli ad un certo punto (Lc 11,1-4).

“Se rimanete in me e le mie parole rimangono in voi, chiedete quello che volete e vi sarà fatto”.

L'insegnamento di Gesù è molto chiaro, inequivocabile. E qui scopriamo una cosa che forse ci sfugge un po' quando pensiamo alla preghiera. Gesù, prima di tutto, ci chiede di far rimanere in noi le sue parole, cioè, prima di tutto ci chiede di ASCOLTARE.

La preghiera cristiana si accende, nasce dall'ascolto della voce del Signore che ci parla nella scrittura. Come *“la fede nasce dall'ascolto”* (Rm 10,17), così anche la preghiera (che è nient'altro che l'eloquenza della fede (cf. Gc 5,15)). Per pregare in modo cristiano (e non come fanno i pagani (cf. Mt 6,7), cioè alcune vie religiose umane) occorre ascoltare, occorre lasciarsi aprire gli orecchi dal Signore che parla... e accogliere la sua Parola: *“Parla, Signore, perché il tuo servo ti ascolta”* (1Sam 3,9). Non c'è preghiera più alta ed essenziale dell'ascolto della parola di Gesù, della persona di Gesù, della sua volontà, del suo amore che mai deve essere meritato a forza di parole nostre.

È vero! Noi spesso intendiamo la preghiera come un *“io dico, tu ascoltami”*, a cui facciamo seguire la lista della spesa delle nostre richieste a Dio... ma questo è solo una parte finale della preghiera.

Ascoltare invece chiede tempi diversi. Una volta avvenuto l'ascolto (solo allora) la preghiera può diventare DIALOGO davanti a Gesù e con Gesù: un'invocazione del suo amore, una manifestazione di lode, adorazione, confessione nei suoi confronti, richiesta di perdono. Per esempio quando andiamo a confessarci è sempre importante partire dall'ascolto di un brano della Parola di Dio (magari a noi caro) perché l'ascolto di questa Parola getta luce sulla nostra vita ed ecco che riconoscere il nostro peccato è solo un secondo passo rispetto al primo che è lodare e ringraziare il Signore per quanto lui sta già facendo nella nostra esistenza... e la confessione diventa più facile rispetto all'andare alla cruenta ricerca delle nostre incapacità e dei nostri errori.

Sottolineo qui una cosa importante: pregare è dare del tu a Gesù, come a una persona vera. Noi forse a volte ci complichiamo le cose parlando di Dio, ma questo ci porta in una relazione indefinita/fumosa... mentre la relazione, l'ascolto di Gesù (una persona) poi ci porta a conoscere e incontrare Dio, il Signore: **“chi vede me, vede il Padre”** dirà Gesù nel Vangelo.

“Chiedete quello che volete e vi sarà fatto”.

“Caro Gesù, non mi sembra proprio vero questo!”, diciamo noi. *“Ti ho chiesto questo e non è accaduto. L'ingiustizia continua a regnare nel mondo, e nonostante le mie preghiere, nulla sembra cambiare”.* Ma Gesù assicura: *“Dio*

farà loro giustizia in fretta!”. Il giudizio di Dio ci sarà, anche se a noi sembra tardare. Noi spesso desistiamo dalla preghiera perché non ci da risultati immediati (questa è la logica consumistica, del tutto e subito... per cui se una cosa è buona, devo sentirne subito la soddisfazione, vedere i risultati, altrimenti passo all'esperienza successiva). È quante volte anche le relazioni che viviamo con gli altri sono un po' così. Cerchiamo un ritorno immediato.

Ecco, allora, un altro possibile elemento che scoraggia la nostra preghiera: vedere che non accade quello che chiediamo. Quanto suggerisce a questa obiezione un grande credente come il martire Bonhoeffer è illuminante: «*Dio esaudisce sempre, ma non le nostre richieste bensì le sue promesse*». E il Vangelo ne è pieno: “non vi lascerò orfani, sarò con voi, tutti i giorni, fino alla fine del tempo”.

Non si prega per cambiare/piegare la volontà di Dio, ma il cuore dell'uomo. È nella volontà del Signore il nostro bene più grande... e questo ci va bene quando le cose van bene; ma quanto è faticoso per noi crederlo quando invece siamo chiamati a fidarci che il Signore saprà suggerirci qualcosa di buono anche in una situazione che eviteremo volentieri, subito.

Non si prega per ottenere, ma per essere trasformati. Contemplando il Signore veniamo trasformati. Contemplare, trasforma il nostro modo di valutare le cose. Pregare trasforma la vita. Questo è quello che rende la preghiera non noiosa!

Ci sono anche diversi brani del Vangelo nei quali Gesù ci invita ad essere perseveranti nella preghiera (la vedova importuna Lc 18,1-8), insistenti, bussando alla porta del cuore del Padre (l'amico importuno Lc 11,5-13). San Paolo dirà addirittura: “Pregate ininterrottamente” (1Ts 5,17); “Siate perseveranti nella preghiera” (Rm 12,12); “In ogni occasione, pregate con ogni sorta di preghiere e di suppliche nello Spirito” (Ef 6,18); “Perseverate nella preghiera e vegliate in essa, rendendo grazie” (Col 4,2).

Come è possibile questo? Non si tratta di ripetere costantemente formule o parole (sarebbe impossibile farlo continuamente), ma di pensare e compiere tutto alla presenza di Dio. Significa desiderare di restare sempre in comunione con il Signore, nel sentire la sua presenza, nell'invocarlo nel proprio cuore e accanto a sé, nell'offrirgli il corpo, cioè la nostra concreta vita umana. La preghiera è sempre dialogo, comunicazione con Gesù, apertura e accoglienza della sua presenza, tempo e spazio in cui lo Spirito di Dio che è vita ispira, consola e sostiene. Ecco perché pregare sempre!

Il protagonista della preghiera chi è? Lo SPIRITO SANTO. È lui che fa, agisce, non la nostra “bravura”. Pensate che è il dono che Gesù ha dato a Pentecoste perché lui potesse restare vivo e presente in mezzo a noi. E' lo Spirito Santo

che consacra l'eucarestia, è lui l'artista di Dio nel mondo. Sempre iniziare la nostra preghiera, la nostra giornata chiedendolo in dono, invocandolo, mettendosi sotto la sua guida.

Restando nel paragone della vite e i tralci, la preghiera è luogo dove far scorrere la linfa della vita di Dio in noi. Se pensiamo la preghiera come ricarica, di fatto stiamo ancora pensando la preghiera come qualcosa che mi serve solo in certi momenti (quando sono scarico, appunto), mentre quando sono carico mi arrangio, posso farne a meno. Allora la cosa giusta da chiedersi, piuttosto, è: quale linfa scelgo di lasciar scorrere nelle vene della mia vita?... ben sapendo che non posso nutrirmi a momenti... abbiamo bisogno di un'alimentazione costante. Questo è il dono della preghiera. E per crescere nella preghiera non basta perseverare nel desiderio di essa (vorrei pregare di più, meglio, più intensamente), ma occorre intraprendere strade concrete, occorre provare a pregare! Senza una strada concreta non si arriva in nessun posto.

Questo ci chiede di fare una cosa fondamentale: prendere sul serio la parola del Vangelo!... Anche se non è semplice! A noi piace starcene un po' comodini e quando la strada sale in po', scendere dalla bici!

Per questo è bene anche farci aiutare, magari da qualcuno che ha un po' più esperienza di noi nel cammino, una guida spirituale, qualcuno con cui scambiare una parola in confidenza anche su questa dimensione della nostra vita.

Preghiera e comunità: la preghiera non può essere solamente un fatto privato. Le nostre comunità (per quanto scalcagnate siano) sono sempre il luogo per vivere la comunione anche della preghiera.

Vorrei concludere con una preghiera...

R. Mostraci il tuo volto Signore!

Quando ci interroghiamo sul senso del nostro vivere **R**

Quando in noi risuonano le domande sulla nostra esistenza

Nei momento bui della nostra vita

Quando i nostri sentimenti sono feriti

Quando niente ci soddisfa

Quando tutto va bene e rischiamo di dimenticarti

Quando non vediamo le necessità dei fratelli

Quando perdiamo la fiducia in te

Tempo di silenzio e meditazione personale

Condivisione

Canone: Dio è amore,
osate vivere per amore,
Dio è amore
non temete.

Un piccolo passo concreto

- Mi prendo un momento in cui, nel silenzio, racconto a Gesù come sono (giornata, incontri, stato d'animo, pensieri, gioie, ringraziamenti, speranze, richiesta di perdono).
- Mi prendo un momento (mattino o sera) per leggere la Parola di Dio del giorno e mi metto in ascolto partendo da una domanda: "Cosa dice in sé questa parola?". Mi chiedo: "E questo a me cosa dice? In cosa mi provoca?"
- Condivido con una persona di fede come sto vivendo la preghiera (gioie, fatiche, domande, dubbi, desideri...)

Segno: Consegna del Toolkit della preghiera.

Padre nostro

Benedizione finale

Scritti dei padri della Chiesa e di persone che pregano

S. Giovanni Crisostomo: *"La preghiera è per il cristiano quello che è il muro per la città, la spada per il soldato, il porto nella tempesta, il bastone per quelli che zoppicano".*

I pericoli e le calamità ci spingono a cercare l'aiuto in alto. I marinai dei tempi passati dicevano: "Vada in mare chi non sa pregare!"

T. Spidlik: *"Come convincere uno sulla necessità di pregare? Più che cominciare subito il discorso dalla preghiera, è meglio esortarlo a fare il bene dove può, in famiglia, per chi ha bisogno... Lui stesso prima o poi, si accorgerà che senza l'aiuto di Dio l'opera umana rischia di essere vana. Allora sentirà il bisogno di chiedere l'aiuto dall'alto".*

Chiara Amirante: *"Se vogliamo imparare a pregare, è fondamentale che impariamo ad amare. Ma non è sufficiente un amore tiepido, è necessario esercitarsi ad amare Dio e i fratelli con tutto il cuore, con tutta l'anima e con tutta la mente".*

S. Agostino: *“Certamente non possiamo immaginare che dio non senta la nostra invocazione. Perché dunque ripeterla? Affinchè tu stesso cominci a sentire ciò che credi”.*

Anche il nostro corpo è coinvolto nella preghiera. Si prega anche col corpo.

T. Spidlik: *“Considerare tutta la vita come una grande preghiera in cui ciò che abbiamo l’abitudine di chiamare preghiera è soltanto una parte”.*

Henri J.M. Nouwen: *“Una vita spirituale senza la preghiera è come un Vangelo senza Cristo”... ..“preghiera non come una delle tante attività dei viventi ma come atteggiamento ricettivo, da cui tutto ciò che fa parte dell’esistenza riceve nuova vitalità.”*

Dagli scritti di Charles de Foucauld

Mio Caro Charles, grazie della tua buona lettera, dei tuoi auguri e delle tue preghiere... delle tue preghiere soprattutto, poiché la tua lettera non va se non fino a me e le tue preghiere vanno fino al buon Dio... Mio caro, se tu vuoi essere marinaio, devi amare i lunghi viaggi, i viaggi lontani; devi dunque avere un’inclinazione molto viva per la preghiera che in un istante conduce così lontano, così in alto! Nessun bastimento a vela né a vapore ti condurrà così lontano quanto un minuto di preghiera! I viaggi della nostra anima verso il buon Dio sono più lontani di tutti quelli dell’Oceano, e mentre le scoperte dei marinai sono limitate, come questo globo, le scoperte dell’anima che con l’orazione si eleva verso Dio sono senza limiti, perché Dio è infinito... Gli spazi che separano la creatura dal Creatore sono più vasti di quelli dei mari; ci sono argomenti per viaggi più lunghi. E le scoperte vi sono sempre deliziose, perché tutto ciò che si intravede di Dio è divinamente bello; non ci sono spiagge deserte, febbricitanti, bruciate o gelate: tutto è sempre divino e incantevole. Tu vedi mio caro, che io viaggio, e faccio bei viaggi, senza lasciare il piede dall’altare. Ci sono più misteri nel piccolo Tabernacolo che nella profondità dei mari e nella superficie delle terre, e c’è più bellezza che nella creazione intera... Mio caro il solitario fa bei viaggi ben al di là della terra, nella profondità del suo eremo; da secoli egli ha trovato il pallone dirigibile e il mezzo per salire al di sopra della nostra atmosfera e al di sopra delle stelle. GESU’ ti faccia navigare verso di Lui, mio caro, e ti renda un Santo. Ti abbraccio e ti amo nel suo divino Cuore.

*Fr. Ch. di Gesù
Beni Abbès, 15 novembre 1903*

Libro consigliato: *“Perché pregare, come pregare”, E. Bianchi.*