

Matta el Meskin

Consigli per la preghiera

PREMESSA

In uno dei fraterni colloqui da noi avuti a San Macario, chiedemmo a un monaco in base a quali criteri veniva concesso a qualcuno di iniziare a vivere da eremita. «È molto semplice – rispose –. È sufficiente che sappia pregare! E uno sa veramente pregare quando la sua preghiera è esaudita perché è risultata gradita a Dio». Ma l'«esaudimento» non si misura con criteri umani o miracolistici: l'unica cosa essenziale che il cristiano deve domandare nella preghiera, con la certezza di essere esaudito è lo Spirito santo (cf. Lc 11,13), Spirito che permette di discernere qual è la volontà di Dio su di sé e sugli altri e di distinguerla dagli appetiti individuali e dalla volontà propria. «Tutta la vita del cristiano – continuò il nostro interlocutore – è uno sforzo continuo per giungere a dire con Gesù: Non la mia, ma la tua volontà sia fatta, e in questa ricerca i fratelli sono un aiuto prezioso. Perciò solo quando uno riceve il dono della preghiera esaudita, lo Spirito di discernimento, può vivere da eremita, privandosi del sostegno quotidiano dei fratelli senza cadere preda delle illusioni».

È questo itinerario spirituale che emerge dalle pagine che seguono, un cammino che non si allontana dai fratelli, ma che anzi vi ritorna con grande carità. L'autentico uomo di preghiera non solo porta nel cuore i fratelli e li presenta a Dio, ma porta Dio ai fratelli e agli uomini tutti, ai peccatori innanzitutto. Peccatore che ha ottenuto da Dio il dono di vedere i propri peccati, l'uomo di preghiera sa scorgere nell'altro l'immagine di Dio che ciascuno porta impressa e sa farla emergere al di sopra del peccato che la deturpa. Pregare è invocare lo Spirito, Spirito che ci convince di peccato e Spirito che porta consolazione (cf Gv 16, 8.7). Pregare è ottenere il dono del ristabilimento della nostra condizione di figli che gridano: «Abbà, Padre». Dicevano gli anziani che hanno preceduto Matta el Meskin nella vita di preghiera nel deserto di Scete: «Come mai certuni hanno rivelazioni e vedono gli angeli? – Beato piuttosto colui che vede sempre il proprio peccato».

Tu invece, quando preghi, entra nella tua camera e,
chiusa la porta, prega il Padre tuo che è nel segreto.

(Mt 6,6)

TU QUANDO PREGHI...

Chiudere la porta

Quando Dio ti chiede di chiudere la porta prima di pregare, vuole ricordarti di separare l'attività esterna alla tua camera dall'attività interna; e questo va fatto per quanto riguarda il cuore, i sensi e le persone.

Riguardo al cuore, è necessario che tu getti via assolutamente tutte le preoccupazioni, i pesi, le ansietà e i timori nel momento in cui ti poni di fronte a Dio, in modo che ti sia possibile entrare nella pace vera che sorpassa ogni comprensione. In questo senso chiudere la porta significa consolidare il proprio cuore al sicuro dietro la separazione che si erge tra il mondo carnale e il mondo spirituale, separazione che equivale a una morte. In altri termini, quando chiudi la porta dietro di te, devi considerarti come morto al mondo carnale e posto di fronte a Dio, per beneficiare della sua provvidenza e per invocare la sua misericordia.

Riguardo ai sensi, sei generalmente assillato da pensieri che si sono fissati nella tua mente, da immagini che hanno colpito la tua fantasia, da parole che hai memorizzato e ancora da altre esperienze che si sono impresse in te attraverso i sensi. Oltre al resto, tutto ciò comporta anche modelli spregevoli verso i quali la tua coscienza può essersi sentita attratta: allora i sensi li hanno ritenuti e la mente vi si è aggrappata. Questi modelli di comportamento a volte li fai rivivere deliberatamente, altre volte li richiami furtivamente e contro la tua stessa volontà, altre volte ancora sei costretto a invocarli senza nessun motivo particolare e

indipendentemente dalla volontà e dalla coscienza: vengono così a crearti un amaro conflitto interiore. È perciò estremamente opportuno, ogni volta che entri nella tua camera, che tu agisca d'anticipo ed espella dalla coscienza questi pensieri, chiedendo perdono davanti a Dio con contrizione e pentimento, fermamente deciso a trasformare il loro ricordo in un'occasione di orrore e di rifiuto.

Chiudere la porta della tua camera significa porre tra lo spirito e i sensi della carne il Cristo crocifisso, cioè mortificare le membra del corpo che appartengono alla terra: «Voi, agli occhi dei quali fu rappresentato al vivo Gesù Cristo crocifisso» (Gal 3,1); «Mortificate quella parte di voi che appartiene alla terra» (Col 3,5).

Se invece non rinunci a queste esperienze, a queste cose viste e sentite, se non le confessi come colpe, aborrendole ogni volta che entri nella tua camera, allora esse non solo ti privano della capacità di pregare e di stare di fronte a Dio, ma riescono perfino a trasformare la tua camera in un luogo impuro.

Riguardo alle altre persone, succede a te come a tutti di trovar ti sempre e costantemente legato agli altri; ti può capitare quindi di venirti a trovare emotivamente turbato dall'amore verso una persona, il che ti conduce a ricercare una vicinanza fisica che ti priva della tua indipendenza e della tua libertà interiore, che sono il fondamento della preghiera, dell'amore per Dio e della crescita spirituale; oppure puoi essere preoccupato per le condizioni delle persone che ti sono care, per la loro salute o il loro avvenire, fino al punto di non prenderti più cura della tua crescita spirituale e della tua salvezza; oppure puoi essere scosso dall'ostilità, l'opposizione, il rancore, il disaccordo e l'odio nei confronti degli altri, a tal punto che l'amarezza ti invade completamente e ti

impedisce di liberarti dai pensieri malvagi e da desideri di vendetta; oppure puoi sentirti portato verso gli altri senza accorgertene, finendo per andartene a spasso a destra e a sinistra, unicamente per mettere in mostra le tue capacità, il tuo acume spirituale, la tua bravura e trovare così degli ammiratori che alimentino il tuo autocompiacimento.

In questi casi chiudere la porta della tua camera significa troncarsi qualsiasi rapporto mortifero che ti lega a qualcuno e che provoca la distruzione della tua anima: «Quale vantaggio infatti avrà l'uomo se guadagnerà il mondo intero e poi perderà la propria anima?» (Mt 16,26).

Questo non significa che devi interrompere i rapporti con quanti hanno bisogno di te o con coloro di cui tu hai bisogno, né che devi dissociarti dagli altri uomini; si tratta invece di purificare le tue relazioni con gli altri, in modo che tutto concorra all'armonia della tua crescita spirituale. Devi quindi smettere di disperderti in vane preoccupazioni per gli altri - atteggiamento che non giova a nulla e a nessuno -, devi porre un freno alla malizia e morire al desiderio di essere glorificato dagli uomini.

La preghiera, opera fondamentale nel cammino spirituale

Come ti è indispensabile lavorare costantemente e restare legato alla terra per poter vivere, dandoti da fare con la mente e con il corpo per ottenere un boccone di pane e un sorso d'acqua, così per il tuo essere interiore è indispensabile restare sempre in relazione con Dio, affinché il soffio d'immortalità metta le radici nel tuo spirito e lo renda adatto alla vita eterna.

La relazione con Dio è quella che chiamiamo preghiera: in realtà si tratta di un'azione. Devi perciò riconoscere che solo in virtù di un atto spirituale il tuo spirito viene nutrito e riceve direttamente da Dio le energie per crescere. Ciò di cui devi essere convinto è che ogni contatto con Dio è preghiera, ma non ogni preghiera è contatto con Dio! Molti infatti pregano senza esservi preparati e senza alcun desiderio di comunicare con Dio. Ma questa non è preghiera, perché la preghiera è un'opera realizzata in collaborazione tra l'uomo e Dio.

Se la «camera» è quindi il «luogo» messo a parte da Cristo per l'opera della preghiera interiore, ne consegue che per tutto il tempo che vi trascorri devi necessariamente perseverare nell'opera della preghiera; questo significa che devi sempre restare in contatto spirituale con Dio.

Dio può concedere a qualcuno l'opportunità di restare a lungo nella propria camera, come è il caso del monaco, che è giustamente ritenuto un cristiano che è entrato nella camera e che ha chiuso definitivamente la porta dietro di sé: questi non vuole avere più alcun rapporto con la mondanità e con le sue vane preoccupazioni. A un altro può darsi che Dio conceda la possibilità di restare nella propria camera solo alcune ore al giorno; ma alla maggior parte della gente non è possibile restarvi se non per un'ora al giorno, e a volte addirittura per un tempo ancora più breve. In ogni caso questa differenza di tempo disponibile per dimorare e pregare nella propria camera è compensata in altri modi dallo Spirito santo, quando uno è fedele e sincero nel proprio cammino spirituale. Infatti, nella misura in cui tu aneli veramente alla preghiera, lo Spirito ti concede,

anche in poco tempo, delle grosse opportunità di rallegrarti e di sentirti ricolmo della presenza di Dio.

Non devi quindi rattristarti per la scarsità del tempo disponibile per appartarti nella camera; devi piuttosto assicurarti di essere pronto e pieno di desiderio di comunicare con Dio: allora ti accorgerai che i minuti possono essere come giorni. In genere, comunque, il lamento per la scarsità del tempo disponibile per la preghiera è solo una falsa scusa per giustificare l'«io» nella sua negligenza, trascuratezza e indifferenza nello stare di fronte a Dio.

L'effusione dello Spirito santo nelle parole della preghiera

Quando chiudi la porta nelle tre direzioni accennate sopra - e cioè nei confronti del cuore, dei sensi e delle persone - quando ti prostri per tre volte nel nome della santa Trinità come gesto indicativo del tuo desiderio di Dio, quando sollevi le mani, gli occhi e il cuore verso il cielo, allora lo spirito della preghiera scende su di te. È in quel momento che ogni atteggiamento viene trasformato in un contatto con Dio e tu vivi, per poche o molte ore, alla presenza di Dio.

Se inizi a pregare animato da questo spirito (soprattutto se utilizzi i salmi), ti accorgerai che le parole delle tue labbra non sono quelle solite: a poco a poco esse assumeranno per te significati, orientamenti e promesse nuove. Infatti, anche se la parola pronunciata dalla bocca è identica a quella contenuta nel salmo, ciò nondimeno essa ti apparirà come pronunciata da Dio per fornirti una risposta esauriente, un'occasione di conforto, una promessa di aiuto e di salvezza. E questo nonostante che la preghiera sembri uscita unicamente

da te: è lo Spirito santo che si inserisce segretamente nella preghiera e inizia a risponderti con le stesse parole che hai pronunciato. Questa è la chiave che introduce nella vita interiore: senza l'intervento dello Spirito santo nella preghiera le parole diventano deboli e prive di un messaggio preciso e personale: «Similmente anche lo Spirito viene in aiuto alla nostra debolezza, perché nemmeno sappiamo che cosa sia conveniente domandare, ma lo Spirito stesso intercede con insistenza per noi» (Rm 8,26). Concretamente, lo Spirito santo non cesserà mai di guidarti, se manterrai il cuore docile e la mente aperta, ma completerà le parole della preghiera e delle letture in maniera estremamente sapiente. Di conseguenza, qualsiasi preghiera o lettura tu faccia senza avere la mente aperta e l'intenzione di ascoltare la voce dello Spirito, rimarrà estranea a una sana vita spirituale, e praticandola non ne ricaverai alcun vantaggio tangibile: «Non chiunque mi dice: Signore, Signore, entrerà nel regno dei cieli» (Mt 7,21); «Pregherò con lo Spirito, ma pregherò anche con la mente» (1Cor 14,15).

LA PREGHIERA, LEGGE SPIRITUALE

L'importanza di una legge spirituale

Le regole della vita spirituale non sono come le leggi della fisica che governano la natura, né come le leggi civili fissate da un'autorità per garantire la sicurezza e la giustizia; queste leggi infatti sono generalmente «chiuse», cioè non aprono verso realtà al di là di loro stesse. Sono aride, puniscono ma non ricompensano: in realtà, limitano la libertà dell'uomo.

Le regole della vita spirituale, invece, sono come i gradini di una scala: se tu stai saldo su un gradino, questo ti mette in condizione di salire su quello successivo. L'ascesa è infinita, perché la vita spirituale non conosce limiti: le leggi spirituali non sono chiuse su se stesse. Non devi quindi confondere le leggi fisiche con quelle spirituali né di conseguenza temere per le leggi spirituali sulla falsariga dell'ansia che provoca in te l'esperienza che hai dell'accezione corrente del termine «legge».

Nell'ambito spirituale la legge è estremamente generosa: se tu la osservi, ne trarrai un enorme beneficio. Se l'adempi fedelmente, ti metterà in grado di osservare una legge superiore con maggior generosità e libertà. Se tuttavia rifiuti o trasgredisci la legge spirituale, non per questo cadi sotto la sua vendetta, come ti avviene invece se non tieni conto della legge di gravità o se trasgredisci una legge dello stato. La legge spirituale infatti è interamente positiva, non contiene alcuna negatività, come Dio stesso; questo significa che nella legge spirituale esiste un rapporto con Dio solo per coloro che

lo accettano e lo seguono. Perché chi segue Dio, cresce e diventa libero; chi invece rigetta la legge spirituale, priva se stesso della crescita e della libertà. Se vuoi una semplice immagine degli effetti della legge spirituale, puoi trovarla nelle parole di Cristo: «Camminate mentre avete la luce, perché non vi sorprendano le tenebre» (Gv 12,35). La legge spirituale è come una luce nella quale trovi rifugio per poter camminare passo dopo passo sotto la sua guida. Finché vi rimani aggrappato, vai avanti; ma se trascuri o ignori la luce, questa non ti abbandonerà né si vendicherà, però tu sarai sopraffatto dalle tenebre e non sarai più in grado di camminare.

Puoi trovare un'altra immagine viva della legge spirituale nelle parole del Signore: «Questo è il mio comandamento, che vi amiate gli uni gli altri» (Gv 15,12). Se segui questa legge, cammini nella luce, per usare le parole dell'apostolo Giovanni, cioè progredisci, cresci nell'amore. Ma verso che cosa stai camminando? Fino a che punto devi crescere nell'amore? La risposta a questi interrogativi è di importanza capitale. Infatti stai camminando verso la sorgente stessa della luce, verso Cristo che è la luce del mondo, e devi crescere nell'amore fino a giungere alla piena statura di Cristo che è perfetto amore: ecco una magnifica espressione di una crescita senza fine.

Quello che hai imparato sulla legge dell'amore vale anche per la legge della preghiera. Infatti le parole del Signore «sulla necessità di pregare sempre, senza stancarsi» (Lc 18,1) - «Vegliate e pregate» (Mt 26,41), «Quello che dico a voi lo dico a tutti: Vegliate» (Mc 13,37), «Vegliate e pregate per non entrare in tentazione» (Mc 14,38) - rivelano l'importanza della preghiera nella vita spirituale e la presentano sotto forma di legge. L'evangelo testimonia che Cristo stesso ha

osservato questa legge: «Se ne andò sulla montagna a pregare e passò tutta la notte in orazione» (Lc 6,12), «Sali sul monte, solo, a pregare» (Mt 14,23).

Da queste insistenti esortazioni sull'importanza della preghiera ti è facile renderti conto come essa nasconda in sé aspetti davvero essenziali per l'uomo e non sia un semplice comandamento che possa essere trascurato o sostituito con qualcosa d'altro o con un altro comandamento. Dalle ripetute esortazioni di Cristo a pregare e dal suo stesso ricorso alla preghiera continua e incessante - al punto di dedicarle l'intera notte - puoi dedurre che la preghiera è un'irrevocabile regola della vita spirituale, avvolta in numerosi misteri. La sua importanza e serietà è tale che anche il solo trascurarla ti espone a prove e tribolazioni.

La regola delle sette ore canoniche di preghiera fissata dalla chiesa trova il proprio fondamento spirituale nel comandamento del Signore di pregare sempre, senza stancarsi. per garantire che l'intera giornata (e quindi ogni momento) venga riempita con la preghiera, la chiesa ha diviso le dodici ore del giorno in sei parti e ha fissato per ognuna di esse una preghiera adatta, composta dalla salmodia, da un brano della Scrittura e da un'orazione. Inoltre è stata collocata una preghiera nel cuore della notte, suddivisa in tre parti in modo da coprire l'intero arco della notte. In questo modo, mediante le sette ore canoniche, si è reso possibile l'adempimento del precetto di Cristo sulla preghiera continua. Questa recita ritmata del salterio costituisce una norma di preghiera basata sul comandamento di Cristo che invita a usare il tempo e regolare l'intera vita santificandola mediante la preghiera, inoltre esprime la costante vigilanza del cuore nell'attesa degli ultimi giorni e della venuta dello Sposo, come ci ha

ricordato Cristo stesso: «Quello che dico a voi lo dico a tutti: Vegliate!» (Mc 13,37). Così le sette ore terminano ogni giorno con la preghiera nel cuore della notte a testimoniare la vigilanza nell'attesa del ritorno di Cristo.

Ora, se sei cosciente che la vigilanza del cuore e la santificazione di ogni momento della giornata costituiscono la base della disciplina nella preghiera, puoi anche adattare queste norme al tuo ritmo di lavoro quotidiano, soprattutto se le tue condizioni di lavoro non ti consentono quasi mai di osservare la pratica dei sette momenti di preghiera quotidiani.

La vigilanza del cuore durante l'adempimento dei tuoi doveri quotidiani - di qualunque tipo essi siano: a casa come a scuola, come in fabbrica, in campagna, in negozio o in ufficio - sostituisce il rimanere in preghiera nel segreto della tua camera: ti porta all'immediato adempimento della regola di preghiera in obbedienza alla richiesta del Signore. La vigilanza del cuore - e cioè il prestare a più riprese durante la giornata l'attenzione al Signore Gesù, mantenendo viva una conversazione segreta con lui, fatta di silenziose parole di amore - non è assolutamente inferiore allo stare in preghiera in chiesa.

Per santificare la tua giornata ti bastano solo pochi minuti sette volte al giorno, giusto il tempo di recitare un salmo, l'orazione prevista e il versetto dell'evangelo: per far questo ti è sufficiente ritirarti in un angolo tranquillo, anzi a volte puoi rimanere anche sul posto di lavoro. Devi però anche saper cogliere la possibilità di usare il tempo libero al mattino e alla sera, cioè prima e dopo il lavoro, per recitare interamente e con calma mattutino e compieta: testimonierai così la tua piena disponibilità a dedicare il maggior tempo possibile a Dio.

Quanto alla preghiera nel cuore della notte, l'aiuto, la grazia e la forza ottenuti praticandola sono sufficienti per compensare qualsiasi stanchezza o fatica che ti immagini di dover patire nell'alzarti a quell'ora. Se poi lavori fino a tardi nella notte, non puoi fare a meno di privare te stesso della condivisione di alcuni minuti della notte con il Figlio della Luce, rendendo gloria allo Sposo. Le vigilie notturne sono un simbolo dell'attesa e dell'accoglienza dello Sposo (cf. Mt 25,1-13). La realtà che questo segno vuole indicare è che nel momento presente l'accoglienza dello Sposo avviene in modo parziale, in vista del giorno escatologico in cui giungeremo alla consumazione e alla vittoria nell'incontro definitivo con il Signore.

Ora che la regola della preghiera è diventata un'autentica luce che ti guida verso l'incontro con il Signore, puoi capire come la scrupolosa osservanza della norma ti permetta di crescere più vicino a Dio; così, incontrando il Signore ogni giorno, cresceranno l'amicizia, l'amore e l'intimità tra te e lui. Di conseguenza la preghiera stessa avrà maggior fervore, insistenza e amore. Cristo infatti ha chiesto che la preghiera sia fatta con insistenza e fiducia e ha dato l'esempio della vedova che andava dal giudice della città e lo importunava per ottenere giustizia contro l'avversario; e il giudice l'esaudi, nonostante fosse iniquo, a motivo della sua insistenza; Gesù ha così richiamato l'attenzione sull'importanza dell'insistenza nella preghiera: «E Dio non farà giustizia ai suoi eletti che gridano giorno e notte verso di lui, e li farà a lungo aspettare? Vi dico che farà loro giustizia prontamente» (Lc 18,7-8).

La preghiera come dono

Osservare la regola quotidiana della preghiera con scrupolosità e insistenza e attenervisi con fedeltà, amore e perseveranza, non è semplicemente un dovere che compi perché vi sei tenuto, quasi si trattasse di dare a Dio una parte del tuo tempo e delle tue forze e nulla più. Se infatti il ritmo di preghiera fosse solo un dovere, Cristo non ci avrebbe invitati a pregare con così tanta insistenza.

Ma al di là della scrupolosità e della perseveranza nella preghiera si trova un dono, un dono preziosissimo, più prezioso di qualsiasi cosa di cui l'uomo possa aver bisogno o che gli possa capitare, più prezioso perfino di tutte le glorie del mondo. Questo dono è lo Spirito santo, che Dio desidera offrire all'uomo, non come ricompensa, ma in risposta alla preghiera e all'insistenza nella supplica: «Quanto più il Padre vostro celeste darà lo Spirito santo a coloro che glielo chiedono» (Lc 11,13). Valuta bene l'importanza della preghiera e rifletti quanto sia opportuno che tu ti dedichi a questa disciplina con scrupolosità e perseveranza: essa ti mette in grado di ricevere lo Spirito santo.

Se solo sapessi che è lo Spirito santo quello che infonde l'amore nel cuore, che insegna l'umiltà, che fa dono della pace del cuore, che rinsalda la tua fede in Dio e la tua speranza nella vita eterna, che illumina il tuo sguardo affinché tu possa discernere la verità e la volontà di Dio, che infiamma il cuore con lo spirito della preghiera, che ti incoraggia a restare vigilante con una forza e uno zelo che sorpassano le possibilità della carne! Allora ti renderesti conto del frutto prezioso che puoi raccogliere dalla preghiera. È questo il segreto nascosto dietro l'insistente invito di Gesù a pregare: il valore

della preghiera consiste nell'acquisizione dello Spirito santo, senza il quale l'uomo non vale nulla.

La preghiera quindi è la regola più importante nella vita spirituale, è il segreto per una crescita spirituale feconda ed è il coronamento di ogni sforzo nel cammino secondo Dio; attraverso la preghiera infatti l'uomo acquisisce lo Spirito santo che porta a perfezione la crescita spirituale di ciascuno.

CRISTO TI ATTENDE

Ogni volta che ti metti dinanzi a Cristo per pregare con fervore nella supplica, la tua volontà incontra la sua e ottiene misericordia. Attraverso la frequenza e la sincerità della preghiera le due volontà tendono ad avvicinarsi.

Solo nella preghiera Cristo può raggiungerti e manifestarti la sua volontà. Cristo attende, desidera la tua preghiera: «Ecco, sto alla porta e busso» (Ap 3,20). Nell'evangelo egli ha rivelato l'importanza e la necessità della preghiera, insistendo perché preghiamo sempre, incessantemente e senza stancarci mai (cf. Lc r8,r). Questo perché è proprio nella preghiera che può raggiungerti, rivelarti la sua volontà e darti la sua grazia.

Il peccato è odiato dal Padre e contrista il cuore di Cristo, perché è stato la causa della croce e delle sofferenze terribili che il Signore ha sopportato senza nessuna pietà da parte degli uomini. Tuttavia, non appena il peccatore si presenta dinanzi a Dio Padre tenendosi saldo alla croce e innalzando suppliche nel nome del sangue di Cristo, il suo peccato gli è rimesso, la condanna cessa di pesare su di lui ed egli non è più maledetto. Per questo è bene portare la croce e baciarla spesso durante la preghiera.

Cristo si è sottoposto alla croce in vista della gioia che gli era posta innanzi (cf. Eb 12,2), cioè la gioia di salvare gli uomini e di riconciliarli con il Padre. È in vista di questa stessa gioia che egli continua a portare il peso dei nostri peccati e che è sempre disposto a perdonarli, anche se si rinnovano più volte al giorno, purché ogni volta noi ritorniamo a lui con cuore contrito. Le sofferenze che egli ha sopportato fino alla morte mostrano

chiaramente la sua disponibilità illimitata a portare il peso dei nostri peccati, perché il suo cuore conosce la debolezza della nostra natura, il venir meno della nostra volontà e la grande miseria dell'uomo.

Perciò, durante la preghiera, presentati a Cristo nell'atteggiamento del peccatore cosciente della propria miseria, a capo chino, battendoti il petto, con la fronte coperta di polvere, ma nello stesso tempo con la certezza di essere accolto e perdonato da Cristo, a motivo della sua grande compassione, della predilezione che egli ha per i più deboli e della gioia che prova ogni volta che ritorni a lui.

ALLA PRESENZA DI DIO

La preghiera è un dono prezioso che ti è concesso affinché tu acceda alla presenza di Dio Padre, attraverso la mediazione di Gesù Cristo. Per una condiscendenza inaudita della sua natura, Dio accetta così di mettersi alla portata dell'uomo, in grazia dell'amore del Padre per suo Figlio Gesù Cristo, il quale si pone umilmente in mezzo a noi ogniqualvolta noi preghiamo, secondo la sua promessa (cf. Mt 18,19). Ed è lo Spirito santo che prepara, mediante la grazia, questo incontro spirituale invisibile. Così devi prostrarti con grande pietà e venerazione dinanzi al Padre, al Figlio e allo Spirito santo, a più riprese, per onorare la presenza divina e manifestare la tua completa sottomissione alla santa Trinità.

A ogni prostrazione è bene che tu baci la croce: essa è il prezzo che ti ha ottenuto questi doni preziosi e ti ha aperto l'accesso al Padre con sicurezza e fiducia.

La preghiera inizia nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito santo, perché è questi il Dio unico che devi adorare. Viene quindi la dossologia, con la quale rendi gloria alla santa Trinità e testimoni la pienezza della presenza divina. Segue poi il «Padre nostro», che devi recitare lentamente, indirizzandolo al Padre, con tutta venerazione, nell'atteggiamento di Abramo che si rivolgeva a Dio con il sentimento schiacciante di non essere che «polvere e cenere».

Dio non può essere contenuto dal cielo, né dai cieli dei cieli; né tanto meno, quindi, dalla terra. Ciononostante, egli desidera entrare e trovare riposo nell'anima umana che si pente e ritorna a lui. Perché l'anima umana è un soffio dell'alito di Dio, cioè del suo

Spirito. Come l'anima prova un desiderio innato verso il suo Creatore, così il Creatore desidera riposarsi nella sua creatura, poiché essa è del suo stesso Spirito.

Perciò, durante la preghiera, non devi immaginarti nessuna forma esteriore di Dio Padre o del Figlio o dello Spirito santo, come se si trovassero al di fuori di te o come se il tuo occhio potesse contemplarli, perché è all'interno della tua anima che Dio si rende presente e non all'esterno. Senti allora la sua presenza, ma senza vederlo. «Prega il Padre tuo che è nel segreto» (Mt 6,6).

L'apprensione nei confronti di Dio, lo spaventoso accumularsi dei peccati, o anche i dubbi provocati dalla tentazione o dalla malattia ti impediscono di sentire la presenza di Dio. Ma questo non significa che Dio non sia presente alla tua preghiera. È impossibile che tu inizi una preghiera umile e sincera e che Dio resti assente da te; perché l'amore che Dio ha per ogni uomo che si pente gli impedisce di prestare attenzione ai tuoi peccati o di provare disgusto per le tue impurità o per i tuoi dubbi. Questo amore divino possiede infatti una potenza infinita di remissione e di purificazione.

Superare le sensazioni mediante la fede

Perciò è necessario che tu ti liberi dai dubbi e sia certo che Dio è presente alla tua preghiera, ascolta le tue parole e le tue suppliche, e accoglie con piacere la tua preghiera. Devi anche essere convinto che Dio non è incostante come gli uomini: il suo amore è stabile e la sua promessa fedele. Una volta che egli ha amato l'uomo, non cessa più di venire in suo aiuto – talvolta con gesti di amore, talaltra con la correzione o con l'abbandono – fino a portare a compimento la sua salvezza. Non devi quindi fondare la tua relazione con

Dio sugli affetti e sulle sensazioni che provi; mediante la fede devi invece superare l'ambito del sensibile.

Pretesti per sfuggire alla preghiera

La carne dell'uomo ha desideri contrari al suo spirito (cf. Gal 5,17). Essa non può trovare riposo nella preghiera, soprattutto nella preghiera sincera, pura, offerta in spirito di vera adorazione, perché questa implica il rinnegamento di sé e la morte delle passioni, dei desideri e delle false speranze di questo mondo... Perciò il corpo inventa mille pretesti per sfuggire alla preghiera: pretende di essere malato, debole, di avere mal di testa, alle articolazioni, alla schiena, di avere un gran bisogno di dormire. Se, nonostante questo, ti costringi a pregare, il tuo corpo cerca di abbreviare la preghiera. E se perseveri nella volontà di compiere la preghiera fino in fondo, il corpo cerca allora di sfuggire nel vero senso della parola: la lingua s'ingarbuglia, l'attenzione si allenta e divaga qua e là, il pensiero si appesantisce. Il tuo «io» cerca il pretesto del corpo per sottrarsi alle parole della preghiera, poiché esse comportano la sua morte. Assomiglia al serpente che sfugge alla musica dell'incantatore e s'affretta a turarsi le orecchie per non ascoltarne la voce, sapendo che questa implica la sua morte. Il Signore sa tutto questo; è per questo che ha raccomandato di «pregare sempre, senza stancarsi» (Lc 18,1).

Questi sintomi gravi non compaiono nelle preghiere farisaiche, fredde, compiute per ricevere la ricompensa dagli uomini, cioè per attirarsi le loro lodi o la loro ammirazione. Anzi, il corpo si adatta bene a una tale preghiera: si alza presto per farla in pubblico e non prova nessuna fatica a restare in piedi per lunghe ore

davanti agli uomini. Recita a voce molto alta, e l'intelligenza diventa molto attenta e gli fa pronunciare le preghiere con il contegno voluto, con una chiarezza e una precisione che gli attirano l'ammirazione dei presenti. Questo genere di preghiera è gradito all'«io» umano, poiché comporta di per se stesso una ricompensa carnale: conduce all'affermazione di sé anziché alla rinuncia di sé, alla deificazione di sé anziché alla morte di sé. Perciò l'«io» vi si compiace, così come gli piace accumulare il denaro. E il corpo non ne prova mai stanchezza, così come non si stanca affatto di buon cibo.

Ben sapendo ciò che c'è in ogni uomo (cf. Gv 2,25), il Signore ha messo in guardia da tutto ciò, dicendo: «Tu invece, quando preghi, entra nella tua camera e, chiusa la porta, prega il Padre tuo che è nel segreto» (Mt 6,6). Chiudere la porta indica, qui, la necessità di far sì che la preghiera non sia né vista né udita dagli uomini, almeno nell'intenzione e nella coscienza di te che preghi.

L'ascesi del corpo e l'ardore dello spirito

L'ascesi del corpo, prima e durante la preghiera, è necessaria perché l'anima prenda pieno slancio in una preghiera fervente. A ciò puoi arrivare attraverso due tipi di approccio. Il primo è negativo: le numerose prostrazioni, il digiuno, il silenzio, la sobrietà e la semplicità del vestito. Il secondo è positivo: consiste nell'offrire a Cristo, dal profondo del cuore, un amore sincero, espresso con parole di affetto, di desiderio, con un dialogo del cuore che non cessa né di giorno né di notte, sostenuto da una meditazione attenta delle sue parole e dei suoi precetti.

Ciò significa che il fervore della preghiera è condizionato nello stesso tempo dall'ascesi del corpo e dall'ardore dello spirito. Un solo elemento non sarebbe sufficiente, perché ciascuno attiva l'altro. L'ascesi del corpo prepara l'ardore dello spirito e l'ardore dello spirito facilita l'ascesi del corpo: insieme custodiscono la tua preghiera al riparo dall'acedia, dalla stanchezza, dalla tiepidezza spirituale e dalla dispersione dell'attenzione.

La preghiera e il tempo

Cristo è entrato nel mondo attraverso l'incarnazione. La fede ortodossa confessa l'unità di natura del Verbo incarnato¹, vale a dire l'unione perfetta che si è operata in lui fra il divino e l'umano. Di conseguenza, Cristo ha unito in se stesso le azioni umane temporali, il tempo, alla sua divinità eterna. Tutto ciò che Cristo ha praticato nella propria carne – la preghiera, le opere di misericordia e di compassione, come anche le sofferenze redentrici assunte sulla croce – tutto ciò ha ricevuto in lui una dimensione divina eterna. In altre parole, il tempo si è unito all'eternità nella persona di Gesù Cristo.

Unirsi a Cristo mediante la preghiera significa in realtà glorificare il tempo, santificarlo; significa glorificare l'azione umana in quanto tale e santificarla, perché vuol dire conferirle, in Cristo, un'eterna dimensione divina. La preghiera autentica è un vero «riscatto del tempo» (Ef 5,16), perché trasforma il tempo morto in un'opera divina eterna. Perciò l'accesso alla preghiera autentica si accompagna necessariamente a una liberazione rispetto alla percezione del valore

¹ Secondo la formula di san Cirillo di Alessandria.

umano e materiale del tempo. Il movimento dell'orologio deve lasciare il posto al movimento dello spirito.

Nella preghiera il tuo spirito è chiamato a entrare in comunione con gli spiriti dei santi nell'eternità, perché avvicinandoti a Cristo ti avvicini necessariamente al regno dei cieli.

La fretta nella preghiera, così come il senso di stanchezza, sono il segno che ti aggrappi al tempo materiale, privo delle benedizioni dello Spirito e delle aspirazioni all'eternità. La percezione del tempo materiale, dell'importanza dei minuti, delle ore, delle azioni umane temporali che ti attendono dopo la preghiera, contribuisce a soffocare in te lo Spirito e a impedirti di godere della percezione dell'eternità e di vivere in essa durante la preghiera.

Così, la fretta e la stanchezza sono sufficienti per togliere alla preghiera il suo autentico carattere spirituale. Essa si riduce allora a nulla più di uno dei tanti atti della vita temporale che compi con il pensiero o con il corpo, come quelli di incontrare un superiore, di pronunciare un discorso o di prendere il pasto. Perciò Cristo ti avverte: «Bisogna pregare sempre, *senza mai stancarsi*» (cf. Lc 18,1). È meglio quindi per te esprimere con lo spirito una preghiera calma, tranquilla, degna, che dura cinque minuti, piuttosto che pregare un'ora intera con fretta o tre ore con svogliatezza.

Cristo partecipa alla tua preghiera

Cristo ascolta la tua preghiera. Anzi, molto di più: vi prende parte in modo effettivo. Senza Cristo la tua preghiera non può assolutamente trovare accesso al Padre. È grazie alla mansuetudine di Cristo, al suo

amore e alla sua umiltà che tu avanzi con sicurezza verso il Padre, facendo affidamento unicamente sul sangue divino versato per la tua riconciliazione e la tua giustificazione. Cristo è dunque personalmente presente alla tua preghiera; è lui che la presenta al Padre avvalorandola con il suo merito. La preghiera quindi non è un'opera unilaterale da parte tua. Tutto ciò che pronunci nella preghiera non ha valore se Cristo non dice «Amen», se cioè non lo avvalora presso il Padre con il suo merito, sostenendo la tua debolezza e intercedendo per i tuoi peccati.

Perciò, durante la preghiera, devi essere cosciente di questa partecipazione effettiva di Cristo. Non sei libero, quindi, di cominciare, di continuare o di terminare la preghiera a tuo piacimento. È alla sequela di Cristo che accedi alla preghiera, è con la bocca di Cristo che innalzi la supplica, è per il suo sangue che riprendi coraggio, per la sua giustizia che spera di essere esaudito, per il suo amore che ti rivolgi al Padre come al tuo beneamato, in virtù dello Spirito del Figlio.

Lo Spirito santo grida nel tuo cuore

Lo Spirito santo sa quali sono le domande opportune e gradite a Cristo e al Padre. A lui solo spetta il compito di guidare la tua preghiera, di determinarne la durata e il momento opportuno, di esortarti alla preghiera. È lui che ti ispira le parole e che ti infonde nel cuore l'ardore spirituale e lo zelo. È lui che ti pervade di afflizione e ti fa pregare con gemiti e lacrime, con un cuore spezzato, come se fosse lui stesso ad avere bisogno della misericordia del Padre e della mediazione di Cristo. Egli grida nel cuore verso il Padre e verso Cristo con «gemiti inespriabili» (Rm 8,26), cioè con gemiti potenti e sinceri che tu non puoi tradurre in parole, perché sorpassano

l'intelligenza per il loro fervore, la loro profondità e la loro autenticità. Affidarti allo Spirito santo equivale quindi a pregare incessantemente senza stancarti, poiché egli ti dà la forza di perseverare con fervore nella preghiera - in piedi, in ginocchio o prostrato - senza essere mal sazio.

Lo Spirito santo conosce i tuoi bisogni spirituali e sa quali sono le tue possibilità materiali quanto al tempo. Perciò, se sei timorato di Dio, egli ti accorda la pienezza della preghiera e la sua durata, in modo che la tua anima ne sia pienamente saziata, senza che tuttavia ne risentano i vari compiti e responsabilità. Nel più breve lasso di tempo ti accorda le grazie più ricche e più preziose; e ti fa terminare la preghiera al momento opportuno.

Se, invece, la tua preghiera non è guidata dallo Spirito santo, allora ne esci senza essere consolato, senza avere né la pace interiore né la gioia del cuore, come se la tua preghiera non fosse giunta all'orecchio di Dio.

Come invocare lo Spirito santo?

Lo Spirito santo è di una semplicità estrema. Egli risponde subito al tuo appello, per poco che tu lo invochi con cuore sincero, pieno di fede e di semplicità. È sufficiente che lo inviti semplicemente a venire - come farebbe un bambino semplice e innocente - perché egli ascolti e risponda. Nella preghiera di Terza la chiesa ci insegna a invocarlo con queste parole: «Degnati di venire a dimorare in noi» ².

² Citazione del tropario dell'ora di Terza. Il testo copto di questa preghiera allo Spirito santo è leggermente diverso dal greco: «Re celeste e Consolatore, Spirito di verità presente in ogni luogo, tu che riempi tutto l'universo, Tesoro di tutti i beni

Lo Spirito santo viene nel cuore ripieno di una fede semplice e fiduciosa nella misericordia di Dio. La venuta dello Spirito non è accompagnata da alcuna sensazione materiale. Egli non trova riposo in mezzo a grida o nel disordine, e neppure in un cuore duro, ingiusto, pieno di rancore, di collera o di sufficienza. Ugualmente, non trova riposo nell'uomo «mondano», cioè attaccato alle cose di questo mondo (cf. Gc 4,4; 1Gv 2,15), attirato dalla bellezza effimera o ambiziosa della gloria di questo mondo.

Lo Spirito santo ama e incoraggia la preghiera del povero che è riconoscente verso Dio, così come quella del ricco amico dei poveri: egli è il Consolatore degli inferiori oppressi e dei superiori misericordiosi, la Luce degli afflitti e la Vita di coloro che si prodigano a servizio dell'evangelo e per amore dei piccoli e degli umili.

Perciò, se davvero desideri pregare, devi imparare innanzi tutto a renderti gradito allo Spirito santo, evitando tutto ciò che può contrariarne la dolcezza, la santità e la carità. Altrimenti, la tua preghiera sarebbe privata dell'unica potenza in grado di elevarla e di presentarla a Dio.

Se desideri pregare alla presenza di Dio, devi anche avere la piena certezza di essere sostenuto dallo Spirito santo: non è forse lui che ti ha generato nel fonte battesimale? Devi quindi invocarlo dal fondo del cuore, più e più volte, e chiedergli di disporti alla preghiera e di concederti la forza di compierla in conformità al desiderio del Padre e del Signore Gesù.

e Sorgente della vita, *degnati di venire a dimorare* in noi, purificaci da ogni macchia, o Buono, e salva le nostre anime».

La tua preghiera, quindi, concerne lo Spirito santo quanto e anche più di quanto concerna te stesso; poiché è per mezzo della preghiera che si sviluppa l'uomo nuovo, generato in te dallo Spirito santo; è per mezzo della preghiera che esso riceve la luce divina, che riconosce la volontà di Dio e che impara a metterla in pratica con l'aiuto della grazia.

La preghiera, invito divino al ritorno della creatura esiliata

La preghiera autentica, nella quale hai accesso al Padre e parli alla sua presenza, non è un semplice atto umano: è essenzialmente un invito divino, al quale tu non fai che rispondere. Dio è sempre e in ogni tempo disposto a riceverti e non cessa di invitarti a venire a lui: «Tutto il giorno ho steso le mani...» (Rm 10,21). «Venite a me, voi tutti, che siete affaticati e oppressi, e io vi ristorerò» (Mt 11,28). «Colui che viene a me, non lo respingerò» (Gv 6,37). Perché Dio si rallegra di averti accanto a sé; e, se possibile, in modo permanente.

Quando stai dinanzi a Dio, alla sua presenza, realizzi di fatto il ritorno della creatura esiliata verso il seno del suo Creatore, il ritorno di Adamo nel paradiso. Così la preghiera è, di per se stessa, una riparazione per le lunghe ore passate lontano da Dio, in mezzo alle preoccupazioni della terra e agli affanni della vita temporale (cf. Lc 21,34). Per sua natura, la preghiera rappresenta un ritorno a Dio, una vera conversione. Dio, un tempo, ha cacciato Adamo dalla sua presenza, ed ecco che ora ti chiama senza sosta, «tutto il giorno», a entrare alla sua presenza e a restare con lui. Una volta che sei entrato presso di lui mediante la preghiera, Dio desidera che tu non ne esca mai più. Perciò la preghiera autentica,

che è riuscita a rispondere al desiderio pieno di benevolenza di Dio, deve continuare segretamente in fondo al cuore, con uno scambio senza parole, anche dopo che hai lasciato il luogo della preghiera. Puoi allora andare alle tue diverse occupazioni, ma intanto la preghiera non cessa il suo lavoro segreto all'interno del tuo cuore.

Le preoccupazioni: come presentarle nella preghiera?

La preghiera non è l'occasione per domandare a Dio ciò che concerne la carne (cf. Rm 8,7; Gc 4,3), ciò che ottiene il benessere, che facilita il tuo lavoro e procura il successo alle tue iniziative temporali. La preghiera invece è l'occasione per lo spirito di accedere al regno, è la finestra luminosa attraverso la quale contempi già la vita eterna, verso la quale sarai rapito dopo aver restituito il tuo corpo alla polvere, mentre tutti i tuoi lavori e tutte le tue attività saranno terminate per sempre. Tutto ciò che ti preoccupa sulla terra è effimero, a differenza della preghiera. Ogni minuto trascorso in preghiera viene dall'eternità³ e vi fa ritorno. Devi quindi presentare le tue preoccupazioni nella preghiera in una prospettiva spirituale. Vale a dire che tutte le tue necessità materiali, le attività, le responsabilità e le preoccupazioni devono da te essere presentate a Dio nella preghiera, affinché egli le spogli della loro forma mortale, effimera, e le rivesta di un carattere divino, rendendole conformi al suo disegno di benevolenza, e siano così santificate. Nella preghiera non devi chiedere che i tuoi lavori siano prosperi, che le tue iniziative abbiano una buona riuscita e si accrescano, così da

³ In quanto è partecipazione alla preghiera eterna di Cristo. Cf. *supra*, «La preghiera e il tempo».

ricavarne una gloria terrena e una buona reputazione oppure la tranquillità e il benessere materiali. Dovresti invece domandare a Dio che purifichi le tue attività dallo spirito di egoismo e di amor proprio, cioè da ciò che fa la gloria dell'«io» umano; che ti ispiri la rettitudine della mente e del cuore, affinché nel tuo operare non usi malizia, doppiezza, disonestà, inganno, menzogna; che ti conceda la forza spirituale di non temere le minacce, di non tirarti indietro di fronte ai pericoli, di non fare preferenza di persone e di non lamentarti quando conosci l'insuccesso o l'ingiustizia. Dovresti chiedergli di farti stimare i valori spirituali al di sopra di qualsiasi attività e iniziativa, affinché ti sia possibile prendere la difesa dell'innocente, tessere l'elogio della rettitudine e dell'integrità, donare con generosità e preoccuparti di conservare la pazienza e la carità più di qualsiasi interesse materiale.

La preghiera diventa così per te l'occasione per trasformare i desideri della carne in desideri dello spirito (cf. Rm 8,6) e il mezzo per purificare le tue opere, i tuoi pensieri e le tue intenzioni dalle scorie del peccato. Le tue attività temporali saranno in tal modo santificate e, per quanto siano umili e comuni, diventeranno degne di essere offerte a Dio al pari dei più nobili servizi religiosi.

«TRASFORMATI IN QUELLA MEDESIMA IMMAGINE» (2Cor 3,18)

La preghiera ti trasforma fin nel più profondo del tuo essere

La preghiera frequente, a cui ti dedichi nelle varie ore del giorno e della notte in cui la chiesa ti invita a pregare, come pure ogniqualvolta ti senti spinto dallo Spirito santo, è uno dei mezzi più efficaci che possiedi per rinnovarti trasformando la tua mente (cf. Rm 12,2). Questa verità è manifesta a chi è iniziato al mistero di Cristo. Se preghi spesso, di giorno e di notte, venti, trenta volte, ogniqualvolta lo Spirito ti ispira parole d'amore, fosse pure per soli cinque minuti o addirittura per un solo minuto, questa preghiera assidua opera, nel più profondo della tua mentalità, del tuo cuore, del tuo carattere e del tuo comportamento, un mutamento fondamentale. Tu stesso non ne prendi facilmente coscienza, ma chi ti è vicino può no tarlo senza difficoltà.

Quando volgi lo sguardo a Cristo con perseveranza nella preghiera, la sua immagine mistica e invisibile si imprime segretamente nel tuo essere interiore. Ricevi allora le sue qualità, vale a dire il riflesso della sua infinita bontà e dolcezza, e la «luce del suo volto» (Sal 4,7). È a proposito di questa trasformazione che Paolo dice: «Figlioli miei, che io di nuovo partorisco nel dolore *finché non sia formato Cristo in voi*» (Gal 4,19).

La frequenza del tuo dialogo con Cristo nella preghiera fa sì che la sua immagine sublime si imprima segretamente in te senza che tu nemmeno lo sospetti. «E noi tutti, a viso scoperto, riflettendo come in uno specchio la gloria del Signore, *veniamo trasformati in*

quella medesima immagine, di gloria in gloria, secondo l'azione dello Spirito del Signore» (2Cor 3,18).

Questo fenomeno trova un suo corrispondente nel mondo materiale. Quando si espone un corpo inerte all'azione di un corpo radioattivo, esso ne riceve la radioattività in proporzione al tempo di esposizione. Quanto più sentiremo l'influsso noi, che ci avviciniamo alla sorgente di ogni luce che sia mai esistita nel mondo e di ogni energia che abbia mai animato sia i corpi celesti che i corpi terrestri: Gesù Cristo, luce del Padre e luce del mondo!

Cristo stesso esorta anche te a rimanere sempre accanto a lui, affinché le tenebre del mondo non ti sorprendano, non accechino la tua intelligenza, e tu finisca per non riconoscere la verità divina: «Camminate mentre avete la luce, perché non vi sorprendano le tenebre» (Gv 12,35); «Io sono la luce del mondo: chi segue me non camminerà nelle tenebre, ma avrà la luce della vita» (Gv 8,12).

Se trascuri deliberatamente la preghiera, ti allontani, tuo malgrado, dalla verità; cammini sul filo dell'abisso, ai limiti dell'incredulità, cioè delle «tenebre esteriori» (cf. Mt 22,13); ti esponi a bestemmiare, senza rendertene conto; la minima prova può precipitarti nell'abisso della disperazione e dell'inimicizia nei confronti di Dio.

Ma è vero anche il contrario. Se sei assiduo nella preghiera fervente, acquisisci una fede più salda delle montagne, e tutto questo senza ostentazione, senza vantartene con parole vane: è la tua vita, il tuo comportamento che attesta questa verità. La tua pazienza, la tua gioia in mezzo alle prove, la sopportazione di fronte alle sofferenze e all'ingiustizia sono altrettanti segni che testimoniano la saldezza della

tua fede. Allora non sarai sorpreso dalle tenebre, secondo la promessa del Signore (cf. Gv 12,35).

La frequenza della preghiera esercita dunque nel tuo intimo un'azione divina che ti porta infine a ricevere la potenza della grazia. E lì ha inizio l'unione mistica permanente con il Signore.

La preghiera di comunione, di unione con il Signore

La preghiera, all'inizio, è la porta attraverso la quale hai accesso al Signore, e il Signore viene verso di te per risvegliare e correggere la tua coscienza e per esortarti a riceverlo nella tua vita e ad aderire a lui per sempre, per una vita eterna.

Perciò, all'inizio, la preghiera richiede uno sforzo notevole contro la natura della carne e dell'«io» terreno, che non vogliono perdere nessuno dei piaceri di questo mondo in vista di un'altra vita che non procurerà loro alcun vantaggio.

Se la tua preghiera è perseverante e arriva a sottomettere allo spirito la natura della carne in modo tale che ogni tentativo da parte di quest'ultima di sfuggire, di sottrarsi per pigrizia, di differire o di resistere all'appello dello Spirito sia completamente spezzato dalla preghiera, ciò testimonia sicuramente la vittoria dello spirito e il completo dominio di Dio sull'anima. La preghiera diventa allora il segno evidente che si è realizzata con successo una comunione con il Signore e l'inizio di un'unione con lui, sul piano della sua volontà, del suo desiderio e della sua obbedienza totale al Padre. E questo si manifesta con un amore che disprezza le sofferenze, fino alla morte.

La preghiera di comunione o di unione con il Signore non fa parte delle opere di questo mondo. E il tempo che le consacrì non fa parte delle ore di questo mondo. Sono

dei bagliori fugaci durante i quali puoi godere già del regno di Dio in anticipo. Avvertirai interiormente con certezza la presenza spirituale del Signore Gesù, come una vita eterna che si riversa in tutto il tuo essere, come una luce che risplende nel mezzo delle tenebre, le tenebre delle passioni, delle tentazioni del mondo, della malvagità dell'uomo e dell'impero del demonio.

Tali momenti spirituali sono, in realtà, l'ora divina della quale Gesù ha detto: «Viene l'ora, ed è questa, in cui i morti udranno la voce del Figlio di Dio, e quelli che l'avranno ascoltata vivranno» (Gv 5,25). Dicendo «viene l'ora», egli indica il tempo escatologico dell'eternità, in cui si trovano conservate per te le grazie eterne di Dio, cioè la vita eterna, da cui ti separa attualmente il velo oscuro del peccato. E aggiungendo «ed è questa», indica chiaramente che durante la preghiera la vita eterna squarcia questo velo e invade la tua esistenza temporale: la luce di Cristo si riversa nel tuo cuore, a dispetto del mondo e dello spirito delle tenebre e dell'opposizione della carne.

Tale è in verità la preghiera della risurrezione, la preghiera dell'eternità, significata dall'«ora» di Cristo e praticata dai suoi figli, iniziati al suo mistero, da coloro che, quando odono la sua voce, non induriscono il cuore, ma si levano subito per la preghiera e la lode, in ogni momento, senza stancarsi.

La preghiera è più potente del peccato

Il peccato distrugge le tue forze fisiche e morali, ma non può distruggere la potenza della misericordia e dell'amore di Dio. «Dio è più forte degli uomini» (1Cor 1,25). Dio continua sempre ad amarti, prima, durante e dopo il peccato.

La preghiera, in quanto relazione fra te e Dio, ti mette in relazione con la sua misericordia che rimette anche le colpe più gravi. Per sua natura, la preghiera è una manifestazione di pentimento e di ritorno a Dio. E Dio è sempre disposto ad accogliere chi ritorna a lui, poiché egli non desidera la morte del peccatore, ma che si converta e viva (cf. Ez 18,23).

Se è vero che il peccato distrugge gran parte della forza acquisita mediante la preghiera, non può tuttavia sradicare completamente quanto hai ottenuto nella preghiera. Se dopo aver pregato soccombi, qualunque sia il tipo di peccato, conservi però sempre in te un resto della potenza acquisita attraverso la preghiera. E questa potenza finisce per prendere di nuovo il sopravvento. Anche dopo le colpe più grandi resta sempre nel tuo cuore e nella tua coscienza un fondo di potenza spirituale, che si è formato in te mediante la preghiera offerta a Dio con un cuore sincero e una coscienza che rifiuta il peccato.

Con la preghiera assidua tu acquisisci progressivamente un tesoro di potenza spirituale che alla fine arriva non solo ad annullare ogni peccato, ma anche a purificare la tua coscienza dal senso di malessere causato dal peccato. La gioia della remissione e della salvezza viene a sostituirsi all'afflizione e al dolore causati dal peccato. La preghiera si rivela così come la piena guarigione dell'anima.

Tutto questo, però, non si compie in un giorno, e neppure in un anno. È solo nel corso di lunghi anni che la preghiera realizza la sua opera di maturazione, lenta ma continua, che mira a distruggere il desiderio del peccato e a purificare progressivamente la coscienza. Quando la vita di preghiera è sufficientemente matura, la luce della salvezza comincia a brillare in un modo

intenso e inatteso all'interno dell'anima, con una gioia indicibile che si estende a tutto il tuo essere interiore. Questa luce interiore, che appare soltanto più tardi e che sembra qualcosa di improvviso, è in realtà il risultato di lunghi anni, il frutto di migliaia di preghiere.

La preghiera, scambio d'amore con Dio

La preghiera, quale che ne sia l'aspetto di afflizione e di compunzione, e quale che sia il sentimento che avverti della tua mediocrità e dell'indegnità di intrattenerti con Dio, a causa dei tuoi sbagli e dei numerosi peccati, la preghiera è, al di sopra di tutto ciò, l'espressione di un amore profondo che intercorre tra te e Dio: l'amore di Dio vi si è manifestato nell'attirare il tuo cuore a pregare alla sua presenza, e il tuo amore è consistito nel presentare a Dio il tuo cuore, fosse pure unicamente sotto l'aspetto dell'afflizione e della compunzione. La preghiera è una manifestazione d'amore, timida all'inizio, così che non riesci a esprimerla con parole d'amore, ma piuttosto con parole di rincrescimento, di pentimento e di contrizione. La maturità della preghiera è il segno manifesto della maturità dell'amore. Allora non incontrerai più difficoltà a esprimere il tuo amore con parole d'amore.

Dio è amore, solo amore. Egli è l'origine e la sorgente di ogni amore. Se il tuo cuore non si apre all'amore divino, resta lontano da Dio, privato dei favori della sua natura radiosa.

Il primo segno che il tuo cuore è stato toccato dall'amore di Dio è un'aspirazione a diriger ti verso Dio per intrattenerti con lui: esattamente questo è la preghiera. La preghiera è dunque la prima

manifestazione dell'effusione dell'amore divino nel tuo cuore.

Se è vero che all'inizio della tua esperienza di preghiera sei portato soprattutto ad accusare il tuo peccato, è per il semplice motivo che l'amore divino – che ha invitato e attirato il tuo cuore alla preghiera – è un amore estremamente puro, che non può venire a compromessi con il peccato. Perciò il primo effetto di questo amore è una preghiera di pentimento e di conversione, al fine di purificare il cuore per prepararlo allo scambio d'amore con Dio. La preghiera di compunzione e di afflizione, che spezza il cuore, è quindi a un tempo un primo effetto dell'amore divino e una preparazione del cuore a ricevere il Diletto In persona.

Cristo Gesù nell'evangelo ci esorta a convertirci per essere degni del regno dei cieli (cf. Mt 4,17). Nella preghiera, a motivo della presenza di Cristo in persona, il regno dei cieli si fa vicinissimo a te. Perciò il desiderio di conversione aumenta durante la preghiera, al punto che arrivi a essere disposto a sacrificare tutto, persino la tua vita, in riparazione dei tuoi peccati. L'impulso misterioso che ti spinge è la potenza d'amore che Cristo riversa segretamente nel tuo cuore durante la preghiera. Questa potenza d'amore ha il potere di ravvivare oltre misura l'ardore della tua preghiera. Il Cantico può dire allora con ragione che «l'amore è forte come la morte» (Ct 8,6).

La preghiera è l'occasione per Dio di riversare il suo Spirito d'amore nel tuo cuore. Una volta riversato, questo Spirito agisce nel cuore e vi produce i suoi molteplici effetti: comincia con lo svelare il peccato, quindi lo condanna, e infine lo rimette. Nel ricevere questi effetti dello Spirito durante la preghiera, tu ricevi

l'amore divino. La preghiera è così il mezzo per acquisire lo Spirito d'amore e sottometterti alla sua azione purificatrice.

La preghiera, atto di obbedienza

Questa sottomissione allo Spirito d'amore e alla sua azione purificatrice all'interno del cuore durante la preghiera è la prima e la più importante manifestazione di obbedienza a Dio, di obbedienza al suo amore.

La docilità pronta al primo invito alla preghiera che avverti nel cuore rappresenta di fatto la risposta generosa di un'obbedienza sollecitata alla voce dell'amore divino: l'amore ti invita alla preghiera, e il tuo cuore obbedisce a questo invito. Il criterio di sincerità della preghiera, in quanto obbedienza a questo richiamo d'amore, è che essa sia contrassegnata da sentimenti di pentimento e di conversione per ogni peccato commesso, per quanto insignificante esso sia, poiché la conversione è il primo effetto dell'amore divino.

La preghiera sincera è di per se stessa un atto di obbedienza a Dio. L'assiduità alla preghiera, la sollecitudine nell'osservare i tempi che le sono consacrati e tutte le sue esigenze, rappresentano davvero la fedeltà dell'obbedienza a Dio.

Se ti sforzi ogni giorno di pregare con maggior fedeltà, scoprirai di essere più fedele nella tua obbedienza a Dio.

La preghiera, scuola di obbedienza

Se desideri imparare a obbedire alla voce di Dio, in modo concreto, nella tua vita, devi cominciare con una pronta docilità allo Spirito della preghiera, fin dal momento in cui il richiamo di Dio si fa sentire nel tuo

cuore. In questo modo l'obbedienza a Dio diventa lieve per te, pur nelle circostanze più dure e più difficili.

Se non hai imparato, per prima cosa, a obbedire a Dio attraverso la preghiera continua, non puoi, nelle circostanze difficili, improvvisare un'obbedienza pronta, facile e serena. L'obbedienza a Dio, mediante la preghiera del cuore continua, offre l'occasione al tuo spirito di diventare più forte e di prevalere sulle tentazioni, sui piaceri e sulle sollecitudini della carne. A poco a poco la carne perde tutto il suo potere su di te e tu diventi estremamente docile all'appello divino.

Se non impari a essere docile a Dio mediante la preghiera, ti illudi di poter obbedire in qualsiasi occasione; ma non appena Dio ti chiamerà al dono di te e al sacrificio, ti troverai preso alla sprovvista di fronte alla ribellione della carne, che s'impenna e avanza sempre mille falsi pretesti per sfuggire all'appello di Dio. In definitiva, sarai ridotto a sottometterti alla carne, perdendo la grazia, e dovrai ritirarti tutto triste, con il capo chino.

L'obbedienza a Dio è una delle esigenze più difficili della relazione fra l'uomo e Dio. Persino alcuni fra i più grandi profeti e santi vi hanno trovato talora un'occasione di caduta. Ma se ti eserciti ogni giorno alla sottomissione alla voce di Dio mediante la preghiera, arriverai facilmente ad acquisire lo spirito di obbedienza con una spontaneità serena. Perché con la preghiera acquisti progressivamente lo spirito di abbandono, vale a dire la disposizione a consegnare l'intera tua vita al progetto di Dio e al disegno della grazia. L'obbedienza diventerà così una parte integrante del tuo modo di pensare, dei tuoi sentimenti e della tua volontà, e questo trasparirà nel tuo comportamento.

Cristo stesso ha imparato l'obbedienza, come sta scritto: «Pur essendo Figlio, imparò tuttavia l'obbedienza dalle cose che patì» (Eb 5,8). Lui, il Figlio di Dio, il Signore della gloria (cf. 1Cor 2,8)!

Mediante la preghiera puoi acquisire, come già ti ho detto, lo spirito di abbandono a Dio. Poiché desidera renderti perfetto nell'obbedienza, Dio ti sottomette alla sofferenza. E tu, accettando la sofferenza alla quale Dio ti espone, manifesti la pienezza della tua obbedienza a Dio, e questo è il segno del compimento della tua salvezza. Cristo, «pur essendo Figlio, imparò tuttavia l'obbedienza dalle cose che patì e, reso perfetto, divenne causa di salvezza eterna per tutti coloro che gli obbediscono» (Eb 5,8-9). È la preghiera il mezzo per acquistare lo spirito di obbedienza e di abbandono a Dio. La sofferenza accettata con gioia è infatti la perfezione dell'obbedienza, ed è anch'essa frutto della preghiera.

Se ami la preghiera e ti dedichi ad essa con fedeltà, sarai in grado di accettare la sofferenza con amore. Ma se hai in odio la preghiera, odierai necessariamente anche la sofferenza. Mostri così di essere totalmente estraneo allo spirito di obbedienza e, di conseguenza, anche all'amore divino, e di essere insensibile ai richiami di questo amore.

La preghiera, capacità di abbandono alla volontà di Dio

Lo spirito di abbandono che ricevi durante la preghiera è in realtà un abdicare alla tua volontà. Perciò non ci puoi arrivare facilmente, ma solo al termine di un lungo conflitto fra l'«io» umano con le sue false speranze - sia religiose che temporali - e la volontà divina, che non desidera altro che la tua salvezza. La volontà propria - l'«io» - viene distrutta solo per mezzo

delle contrarietà inviate da Dio per turbare la falsa quiete dell'«io» e abbattere i monumenti d'illusione che questi innalza a propria gloria dinanzi agli uomini. Se durante questo conflitto tu smetti di pregare, perdi il tuo attaccamento e la tua sottomissione alla volontà divina e non discerni più lo scopo della lotta e della vita spirituale, che è unicamente la tua salvezza. Ti schiererai allora dalla parte della tua volontà, del tuo «io», e comincerai a mormorare contro le prove che Dio ti manda *per la tua salvezza*. Rifiuterai le contrarietà e gli oltraggi che Dio, nella sua somma sapienza e provvidenza, dispone per te al fine di liberarti dalla vanagloria. Troverai il colmo dell'amezza, al punto di desiderare la morte piuttosto di vederti così umiliato dinanzi agli uomini e al mondo, perché il tuo «io» assumerà ai tuoi occhi un'importanza maggiore che non Dio stesso, il Signore della vita!

Se invece trovi rifugio nella preghiera e vi aderisci, vedrai nelle sofferenze, nelle contrarietà e nelle umiliazioni una condiscendenza di Dio che si degna di intervenire nella tua vita per correggerti e per completare in te il miracolo dell'umiltà. Mediante la perseveranza nella preghiera riceverai finalmente lo spirito di abbandono e di sottomissione alla volontà di Dio; la grazia rischiarerà la tua intelligenza per farti vedere quanto la tua salvezza dipenda in realtà dal modo in cui ti disponi ad accettare le sofferenze, le contrarietà, le malattie e ogni sorta di umiliazioni. Ti schiererai sempre più dalla parte della volontà divina, fino alla totale sottomissione della tua volontà, fino alla soppressione di ogni tuo desiderio. Tutta la tua felicità consisterà ormai nel compiere la volontà di Dio; vi troverai la tua gioia più grande, pur nelle circostanze più difficili.

La preghiera è quindi in grado di conferirti la capacità di aderire alla volontà di Dio e di abbandonarti in lui con gioia.

Il sacrificio, pienezza dell'obbedienza

Il progresso nella preghiera determina il progresso nell'obbedienza. E la pienezza dell'obbedienza è in se stessa la pienezza dell'amore. Quando il cuore diventa sensibile all'amore di Cristo, quando ne è toccato e vi risponde con docilità, diventa degno di essere iniziato al suo mistero. Il sacrificio è il mistero dell'amore di Cristo.

In altre parole, quando ami la preghiera e trovi in essa il tuo equilibrio spirituale, entri in comunione spirituale con Cristo: cominci a compatire con lui la miseria dei peccatori, degli oppressi e dei poveri; il tuo cuore diviene simile a quello di Cristo. La preghiera perseverante e fedele comporta quindi una comunione reale alla vita di Cristo e una partecipazione alla sua missione essenziale. Se sei assiduo alla preghiera, non tarderai a ricevere nel tuo cuore il fuoco di Cristo e la sua missione propria, cioè il desiderio ardente della salvezza degli uomini, l'amore per i peccatori, il dono di sé per sollevare gli altri, l'impoverimento volontario per arricchire i fratelli e la scelta generosa della croce come segno di amore autentico.

Nella preghiera, dunque, cominci con l'incontrare Cristo, poi lo ami ed entri in comunione con lui, infine partecipi realmente alla sua vita e alla sua croce.

Se desideri far tua la missione di Cristo, annunciare le sue sofferenze e la sua croce, devi quindi cominciare con il dedicarti alla preghiera con tutto il cuore, allo scopo di impregnarti della volontà di Cristo, prima di abbracciare la missione.

L'INTERCESSIONE

La preghiera, fonte di potenza per gli altri

Quando avverti in te la gioia della comunione con Cristo durante la preghiera e sei giudicato degno di portare la sua croce, non vuol dire che la tua preghiera sia giunta al termine. Al contrario, è un invito per te a cominciare l'iniziazione al mistero della preghiera che supera l'intelletto umano: scopri allora che le tue preghiere diventano per gli altri una sorgente di potenza spirituale.

Colui al quale Cristo affida i segreti del suo cuore e la sua missione verso i peccatori riceve dallo stesso Cristo la potenza di portare a compimento la sua opera e di vivere il suo amore.

Colui che ama i peccatori come Cristo li ama, che compatisce la sofferenza dei poveri e dei malati, e che è disposto a spendere le proprie energie per loro, è proprio chi è capace di pregare per loro e di ottenere la loro guarigione, la loro consolazione e il loro conforto.

Se la tua preghiera s'innalza al livello dell'amore divino mediante un'obbedienza assidua allo Spirito e si dilata in comunione con Cristo, essa diventa allora potente ed efficace, al punto di essere per gli altri una fonte di assistenza spirituale, di conforto e di consolazione: diventa persino capace di ottenere per gli altri la remissione dei peccati. Se infatti ti unisci a Cristo mediante la preghiera, diventi capace di metterti al posto del peccatore, in quanto disposto a prendere su di te il suo peccato e tutta la sua debolezza, e a sopportare al posto suo ogni correzione e ogni castigo. Diventi allora, proprio in virtù di questa disposizione e della tua

unione a Cristo, capace di domandare per gli altri il perdono dei loro peccati, e di ottenerlo.

La tua preghiera comincia ad avere un ruolo estremamente importante per la salvezza degli altri, per il perdono dei loro peccati e la manifestazione della misericordia divina in coloro che sono lontani da Dio per indifferenza o per ignoranza. Essa diventa così il saldo fondamento della predicazione; la forza misteriosa che precede la Parola e prepara i cuori a ricevere la remissione e la salvezza. Ricordati che un solo cristiano che prega con fervore, nella sua camera, nel segreto, può, mediante la sua unione a Cristo, procurare la salvezza di migliaia di persone.

Dio si serve delle tue preghiere per la salvezza degli altri

Devi sapere che, quando Dio ti attira alla preghiera, non prende in considerazione unicamente la tua salvezza, ma desidera servirsi delle tue preghiere anche per la salvezza degli altri. Perciò la preghiera è una delle opere più preziose e fondamentali agli occhi di Dio.

Se ti applichi nella vita di preghiera e progredisci rapidamente nello spirito di abbandono e di obbedienza alla volontà di Dio, diventerai «un buon soldato di Cristo Gesù» (2Tm 2,3). Il Signore stesso ti chiama tutti i giorni a stare alla sua presenza e ti esercita a intercedere a favore degli altri, fino a essere esaudito. Riceverai ben presto dal Signore la capacità di salvare numerose persone e di ricondurle dalla via della morte verso il seno di Dio.

Il progresso della tua vita di preghiera dipende dal fervore del tuo amore. E un tale fervore è la conseguenza diretta sia della gioia che prova Dio nei

tui riguardi, nella sua condiscendenza verso la tua debolezza, sia dell'ampiezza dell'orizzonte della tua umanità⁴. Questa ampiezza corrisponde alla coscienza che hai del tuo dovere assoluto nei confronti degli altri, della tua responsabilità spirituale nei riguardi dei peccatori e di coloro la cui fede o la cui carità sono fragili, di coloro che soffrono o sono oppressi, di coloro che predicano e annunciano la Parola.

I gradi superiori della preghiera, in cui essa si slancia verso la perfezione, sono contrassegnati dalla supplica fervente accompagnata dalle lacrime in favore degli altri. È come se il progresso nella vita di preghiera ti fosse in realtà accordato a vantaggio dei tuoi fratelli deboli che non sanno pregare. «Pregate gli uni per gli altri, per essere guariti» (Gc 5,16).

E quando Giacomo ingiunge di chiamare «i presbiteri della chiesa» perché preghino sul malato che soffre, allo scopo di guarirlo, è perché si suppone che il prete sia più avanzato degli altri uomini nella vita di preghiera, vi abbia ricevuto maggiori grazie e sia così stato messo a parte perché si consacri a pregare per gli altri.

Il progresso nei gradi della preghiera, l'acquisizione di un'autentica parresia davanti a Dio e il dono delle lacrime dipendono unicamente dal progresso della tua compassione verso coloro che soffrono e sono oltraggiati (dagli altri uomini o dal peccato): «Ricordatevi dei carcerati, come se foste loro compagni di carcere, e di quelli che soffrono, essendo anche voi in un corpo mortale» (Eb 13,3).

⁴ Con questa espressione l'autore vuole indicare la coscienza che abbiamo di non essere dei semplici individui isolati gli uni dagli altri, ma di essere membra della stessa natura umana [N.d.T.].

In altre parole, il progresso della tua intimità con Dio, che trova il suo centro nella preghiera, dipende fondamentalmente dal progresso della tua conoscenza dei fardelli degli uomini e dalla tua disponibilità a portarli insieme con loro con sempre maggiore generosità.

La comunione con Cristo e la condivisione delle sofferenze degli uomini

La capacità di prender parte alle sofferenze di coloro che soffrono, che sono malati o tribolati, e di condividere i loro pesi, non ti viene da una semplice filantropia umana, da una compassione passeggera o dal desiderio di essere benvisto o di ricevere elogi: una tale compassione infatti sarebbe votata a diminuire ben presto, e poi a scomparire. Ma è attraverso la preghiera perseverante, pura, sincera, che puoi ricevere questi sentimenti, come un dono di Dio che ti rende capace non solo di perseverare in tale comunione con i più deboli, ma anche di progredirti a tal punto da non poter più vivere senza di loro (cf. 1Ts 3,8) e da non trovare riposo se non nella condivisione delle loro pene e delle loro sofferenze. Il segreto di questo carisma sta nella tua comunione con Cristo, nella tua partecipazione alla sua natura e alle sue qualità divine, così che è lui ormai che suscita in te il volere e l'operare (cf. Fil 2,13). Così la condivisione delle sofferenze degli uomini e la comunione con Cristo dipendono strettamente l'una dall'altra; cosicché portare la croce di Cristo significa già di per sé prendere parte alla croce degli uomini, senza riserve, fino in fondo.

Quando diminuisce l'intimità del tuo rapporto con Cristo nella preghiera, è il sintomo che una grave

malattia ha colpito la preghiera nella sua stessa essenza. Se operi per gli altri, se sei al loro servizio e preghi per loro, questo significa una perdita grave, un insuccesso sicuro: comincerai allora a intiepidirti, a sentire stanchezza; solo con sforzo riuscirai a compiere quei doveri che prima ti erano così cari; in seguito arriverai a trascurarli e a desiderare di evitarli, e infine ad astenertene e a rifiutarti di compierli. Perché senza Cristo è impossibile continuare a servire gli altri con un'azione feconda, sostenuta ed efficace; e Cristo, non lo raggiungi se non nella preghiera.

La ricerca di te stesso nella preghiera la contamina

La preghiera giunge al suo grado di purezza autentica quando in essa dimentichi totalmente te stesso, quando cioè smetti deliberatamente di interessarti di te stesso e preferisci occuparti unicamente dei bisogni, delle ansie e della salvezza degli altri. Il grado di purezza perfetta della preghiera corrisponde al grado dell'amore perfetto. Ora, l'amore è veramente autentico solo quando «non cerca il proprio interesse» (1Cor 13,5). Interessarti di te stesso, dei tuoi bisogni – siano essi spirituali oppure materiali – denota un'imperfezione dell'amore e, di conseguenza, un'imperfezione della preghiera. La causa di tutto ciò sta nell'imperfezione della tua conoscenza interiore di Cristo e della tua unione con lui. Cristo ha detto: «Non cerco la mia volontà...» (Gv 5,30). «Non v'è amore più grande di questo: dare la vita per i propri amici» (Gv 15,13). «Chi ama la propria vita la perde» (Gv 12,25). «Amate i vostri nemici, pregate per i vostri persecutori» (Mt 5,44).

L'oblio di te stesso comincia con uno sforzo della volontà. Ma quando vi perseveri con sincerità dinanzi a

Dio, Dio te lo concede come un dono gratuito. È con spontaneità, allora, che non ricercherai più il tuo interesse, ma penserai piuttosto a quello degli altri (cf. Fil 2,4).

Se nella preghiera trascuri deliberatamente i tuoi bisogni e trovi la gioia unicamente nel domandare, nel supplicare e nel prodigarti a vantaggio degli altri, allora Dio stesso comincerà a occuparsi di te e a farsi carico di tutta la tua vita, sia sul piano materiale che su quello spirituale, fin nei minimi dettagli. In altri termini, quando ti occupi degli altri, Dio si occupa di te; e quando ti limiti a pregare e a supplicare per i bisogni degli altri, Dio soddisfa i tuoi bisogni senza che tu glielo chieda. In questo modo si realizza, per mezzo della preghiera, il disegno salvifico di Dio, a proposito del quale Cristo disse ai suoi apostoli: «Andate, fate discepoli tutte le nazioni» (Mt 28,19).

Se il tuo cuore si è aperto a Dio, Dio ti basta: non devi più chiedere nulla per te. Se, invece, il tuo cuore non si è ancora aperto a Dio, hai bisogno di cuori amici che si effondano dinanzi a Dio in tuo favore, affinché Dio ti esaudisca per la preghiera fervente dei tuoi fratelli.

Se hai conosciuto e amato Dio, allora sei responsabile dinanzi a Dio del fratello il cui cuore non si è ancora aperto a Dio. Attraverso la preghiera di coloro che lo amano e che gli sono vicini Dio raggiunge i peccatori che si sono sperduti lontano da lui.

Coloro che hanno amato Cristo e che gli sono fedeli diventano sulla terra autentici ambasciatori di Cristo. Con le loro preghiere e con la loro disposizione a prodigarsi per gli altri essi riconciliano Dio con gli uomini e gli uomini con Dio: «Noi fungiamo quindi da ambasciatori per Cristo... Vi supplichiamo in nome di Cristo: lasciatevi riconciliare con Dio» (2Cor 5,20).

In tanti casi, ti pare impossibile entrare in rapporto con i peccatori e gli sbandati, sia a causa della loro ostilità, sia per la vergogna che essi provano a parlarti. Ma con la preghiera puoi scavalcare questi ostacoli che ti separano da loro: superi la loro ostilità ed eviti la loro vergogna; mediante la preghiera infatti puoi avvicinarti segretamente alloro cuore, puoi introdurti nel loro intimo senza che essi se ne rendano conto e ivi gemere identificandoti con loro, come se fossi tu stesso peccatore e sbandato. E tutto questo prima ancora che essi ti conoscano e ti parlino. Se dunque, dal fondo del loro cuore, tu preghi e gridi verso Dio portando il peso dei loro errori e del loro smarrimento, Dio li ode tramite te, e, nonostante il loro recalcitrare, il pentimento assale la loro coscienza e l'appello a ritornare si fa così pressante che essi si dirigono ben presto verso Dio e verso di te chiedendo il tuo aiuto.

La preghiera è una forza d'attrazione in virtù della quale puoi attirare il fratello grazie all'azione dello Spirito santo; infatti è per mezzo dello Spirito che Cristo attira tutti a sé (cf. Gv 12,32) e trasforma in se stesso la dualità in unità (cf. Ef 2,14).

Anche tu hai un grande bisogno che si preghi per te

Non sono solo i peccatori e gli sbandati che hanno bisogno che si preghi per loro, affinché si convertano e giungano alla conoscenza di Dio; ma anche tu, come anch'io del resto, hai bisogno delle preghiere degli altri. Perché troppo spesso trascuriamo di esaminare la nostra coscienza e lasciamo che vi si trascinino gravi colpe: per lunghi anni omettiamo di accusarcene, e queste contribuiscono a indebolire la nostra vita spirituale. Per questo motivo la nostra anima si trova sprovvista della potenza di Dio e dell'azione manifesta della grazia. Noi

parliamo dei peccati degli uomini, preghiamo per gli altri, e intanto il peccato cova nelle nostre membra, contamina i nostri pensieri e alimenta le nostre passioni.

Abbiamo un estremo bisogno che si preghi per noi con fervore, affinché lo Spirito ci sveli i peccati che si trascinano e si nascondono nel nostro cuore, e la nostra coscienza sia presa dal pentimento e si converta. Potremo allora ricevere in noi la potenza di Dio, e le nostre preghiere e tutte le nostre azioni saranno ravvivate dal dinamismo della grazia.

Le preghiere degli altri, quando sono dirette verso di te con forza e discernimento, risvegliano il tuo essere interiore. Diventano come raggi infuocati, sfavillanti, che ti illuminano la coscienza e infiammano il cuore, affinché tu cerchi la conversione e la salvezza. Le preghiere degli altri, quando sono ferventi, diventano per te uno dei fattori più importanti per rinnovare la tua vita e acquisire maggiore energia spirituale.

Anche i santi, i profeti e gli apostoli avevano bisogno delle preghiere degli altri. Se Cristo non avesse pregato per lui, Pietro con il suo rinnegamento si sarebbe perduto per sempre e la sua fede sarebbe venuta meno senza possibilità di ritorno (cf. Lc 22,32). Ugualmente, se non ci fosse stata la preghiera instancabile della chiesa per lui, egli avrebbe terminato la sua vita in prigione, al tempo di Erode (cf. At 12,5). Anche Paolo aveva una coscienza acuta dell'importanza della preghiera degli altri perché gli fosse dato di «aprire la bocca» per annunciare il messaggio dello Spirito e per poter perseverare nel proprio ministero. Perciò non cessava mai di chiedere a ogni chiesa di pregare per lui (cf. Ef 6,19; Col 4,3; Rm 15,30; eccetera).

Al santo, al profeta, all'apostolo, dunque, non può bastare la preghiera che egli fa per se stesso o per il proprio ministero: egli ha un vivo bisogno che gli altri preghino per lui, perché sia maggiormente riempito della potenza divina e perché la grazia susciti in lui nuove energie.

E così la preghiera degli altri diventa, per te che agisci o predichi, una sorgente insostituibile di energia spirituale. Nella misura in cui le preghiere degli altri per te si fanno più ferventi, la tua azione diventa più efficace; e fintantoché qualcuno persevera a piegare le ginocchia per te dinanzi al Signore, persiste anche l'ardore della tua azione, e le tue parole ricevono la potenza e l'efficacia dello Spirito santo.

La preghiera per gli altri è una grave responsabilità

La necessità della preghiera viene sentita in tre gradi diversi: all'inizio, avverti tale necessità come un *atto di fedeltà*, la fedeltà del servo nei confronti del suo padrone o del suo creatore. Gli rendi grazie, lo lodi e lo glorifichi in risposta ai benefici che hai ricevuto da lui. Senti che è dalla sua mano che ricevi ogni cosa e che è a lui che devi ridare tutto (cf. 1Cr 29,14). È per questo che è grave smettere di pregare. Il servo può forse smettere di essere fedele e restare ancora nella casa del padrone?

Se progredisci nella preghiera, ne percepisci meglio l'essenza stessa, in quanto essa esprime la relazione vivificante che ti unisce al tuo Signore. Se preghi, tu vivi della vita di Dio, se invece trascuri la preghiera, non vivi più che per te stesso e non ricevi in te i segni manifesti della vita divina. Se all'inizio, dunque, la preghiera esprime la *fedeltà del servo*, in seguito essa diventa un *segno di vita eterna*.

Se poi continui a progredire nella preghiera, scoprirai una nuova dimensione importante: la preghiera diviene il canale attraverso il quale passa la tua relazione con i fratelli. Sperimenterai infatti che la tua preghiera ha cominciato a diventare anche per gli altri una sorgente di vita e di potenza. «Se uno vede il proprio fratello commettere un peccato..., preghi e *gli darà la vita*» (1Gv 5,16). Se dunque preghi per gli altri, rialzerai e farai rivivere anime morte o moribonde, secondo la parola del Signore: «Risuscitate i morti» (Mt 10,8).

E qui la preghiera comincia a diventare una *grave responsabilità*: perché, se per un motivo qualsiasi, tu smetti di pregare per i peccatori che vivono attorno a te e tralasci di supplicare in loro favore, essi moriranno nel loro peccato. Qui la negligenza nella preghiera raggiunge il suo culmine e provoca le più gravi conseguenze. Il peccatore muore nel proprio peccato per non aver avuto l'anima risvegliata, rianimata dalla preghiera degli altri. Come potrai giustificarti, allora, se avrai trascurato di pregare per lui e l'avrai così privato della sorgente di vita di cui Dio ti ha reso responsabile? Vedi quale gravità ha la preghiera?

Se, dunque, all'inizio della vita spirituale la preghiera sembra essere *necessaria*, poi essa si rivela, per coloro che vi progrediscono, come *essenziale alla vita dello Spirito*, e diventa infine, per coloro che sono stati iniziati al mistero della preghiera per gli altri, *una delle più gravi responsabilità* che Dio abbia mai affidato agli uomini.

Se avverti la necessità della preghiera per i peccatori e trascuri di pregare per loro, ti carichi di una colpa grave e diventi responsabile della loro morte.

«Chi dunque sa fare il bene e non lo compie, commette peccato» (Gc 4,17).

«Quanto a me, non sia mai che io pecchi contro il Signore, tralasciando di supplicare per voi» (1Sam 12,23).

Se hai ricevuto la potenza di far rivivere un morto e non lo fai rivivere, ti rendi responsabile di quella morte. La preghiera è una capacità di ricondurre dalla morte alla vita, poiché il peccato è la morte dell'anima e la preghiera è il mezzo per ottenere la remissione del peccato.

«La preghiera fatta con fede salverà il malato: il Signore lo rialzerà e *se ha commesso peccati, gli saranno perdonati*» (Gc 5,15).

Sei dunque chiamato a pregare per i peccatori, non soltanto per salvarli dalla morte del peccato, ma anche per non morire tu stesso a causa loro. La preghiera che innalzi per loro, con insistenza, con suppliche e lacrime, ti libera dalla responsabilità del loro sangue e ti impedisce di morire per causa loro (cf. Ez 3,19; 33,1-9).

La tua preghiera d'intercessione per i peccatori ti rende responsabile della salvezza del fratello aumentando casi la proporzione dei membri attivi all'interno della famiglia umana. «Piglio dell'uomo, ti ho posto per sentinella alla casa d'Israele» (Ez 3,16). E così, se riversi la tua anima nella preghiera per i peccatori, sei costituito apostolo del messaggio di salvezza per tutti i peccatori, vicini o lontani, che hai incontrato nella tua vita o che non hai mai conosciuto. «Andate, fate discepoli tutte le nazioni» (Mt 28,19).

Mediante la preghiera tu diventi sacerdote, nel senso che sei responsabile della salvezza degli altri e capace - nell'amore, nel dono di te stesso e nella partecipazione al sacrificio e al sacerdozio di Cristo - di liberarli dalla condanna a morte dovuta al peccato.

Facendoti carico del peccato degli altri, gemendo dal fondo del cuore sotto quel peso e facendo penitenza, tu

diventi capace, facendoti peccatore al posto loro, di domandare perdono per loro e di ottenerlo.

«Gesù, vista la *loro* fede, disse al paralitico: Coraggio, figlio, ti sono rimessi i tuoi peccati» (Mt 9,2).

L'ADORAZIONE PURA DEGLI ESSERI SPIRITUALI

La preghiera di lode, di adorazione e di contemplazione del volto glorioso di Cristo

La preghiera è l'occasione di scoprire le qualità e la vita stessa di Dio.

«Il Signore sarà con voi, se voi sarete con lui; *se lo ricercherete, si lascerà trovare da voi*, ma se lo abbandonerete, vi abbandonerà» (2Cr 15,2).

«Di questo il Signore ha parlato quando ha detto: *A chi si avvicina a me mi mostrerò santo*» (Lv 10,3).

«Chi mi ama sarà amato dal Padre mio e anch'io lo amerò e *mi manifesterò a lui*» (Gv 14,21).

Perciò, quando il tuo cuore si interessa delle qualità trascendenti di Dio e si avvicina a lui mediante la preghiera, tu cominci a gustare il sapore divino. Ogni volta che ti viene rivelata una nuova qualità divina, ne ricevi qualcosa; perché Dio non ti si manifesta attraverso una conoscenza teorica, bensì attraverso la comunicazione misteriosa di una potenza divina.

Durante la preghiera Dio libera il tuo cuore dal fitto velo della ragione umana e ti rivela il suo disegno, l'economia secondo la quale egli guida la creazione intera e la tua stessa vita attraverso i vari avvenimenti e il succedersi degli anni. Ne riceverai allora una chiara percezione delle qualità di Dio, ma mediante un'intuizione interiore accompagnata da una comunicazione di potenza. Allora tu gusti Dio e lo assapori, così come puoi assaporare un favo di miele.

Se il miele, che pur è deperibile, ha la proprietà di rianimare il corpo, quanto più Dio non infiammerà il tuo

essere interiore? Sentirai allora il fuoco di Dio ardere in te, ora per purificarti, ora per consolarti e rallegrarti, ora per suscitare in te un desiderio ardente del regno, ora per spingerti all'azione e al dono di te stesso. Ma, quali che siano i sentimenti suscitati in te dal fuoco divino, la tua preghiera, in virtù dell'esperienza che ne hai fatto, si innalza sempre a un grado supremo di lode e di glorificazione delle qualità indicibili di Dio. Né la lingua, né l'intelligenza, né il corpo si stancano di lodare e di esaltare il Nome di Dio e le sue qualità. Questa preghiera infuocata che non fa altro che lodare e glorificare le virtù divine è simile alla preghiera dei cherubini. Sta scritto che i cherubini sono «pieni di occhi» (Ez 10,12), come segno della contemplazione intensissima con cui essi percepiscono la natura di Dio. Ma tale percezione della natura divina non si opera in essi mediante la ragione, su un piano teorico, bensì attraverso una comunicazione di potenza. Perciò è ugualmente detto che essi sono «ardenti come torce» (Ez 1,13), per significare che sono vivamente influenzati dalla natura di Dio. La relazione fra le due espressioni: «pieni di occhi» e «ardenti come torce» è una relazione fondamentale nella creazione spirituale⁵, poiché la chiara percezione di Dio nella preghiera conduce necessariamente a una certa partecipazione alla natura di fuoco di Dio.

«Il nostro Dio è un *fuoco divoratore*» (Eb 12,29). «Egli fa i suoi angeli pari ai venti, e i suoi ministri come *fiamma di fuoco*» (Eb 1,7).

⁵ Con «creazione spirituale» l'autore indica sia il mondo angelico che la nuova creazione: «Se uno è in Cristo, è una creatura nuova» (2Cor 5,17) [N.d.T.].

Sappiamo, d'altronde, che la preghiera dei cherubini e dei serafini consiste nel proclamare incessantemente, con voce infaticabile e con labbra che non si stancano mai, la lode e la gloria di Dio: «Santo, santo, santo...» (cf. 1s 6,3; Ap 4,8). La natura di Dio è infatti infinitamente gloriosa, e a ogni creatura che ne ha percepito la gloria diventa impossibile cessare di lodarla, fosse pure anche per un solo istante.

Perciò, quando nella preghiera rivolgi a più riprese lo sguardo con amore verso il volto di Gesù Cristo, senza avere altro intento che quello di amare Dio e di rendere a lui gloria, allora la tua anima si trova liberata dal fitto velo della ragione, e tu afferrì la gloria della natura divina in Cristo. «Dio rifulse nei nostri cuori, per far risplendere la conoscenza della gloria divina che rifulge sul volto di Cristo» (2Cor 4,6). Allora hai accesso alla preghiera di adorazione degli esser! spirituali...

È così che, durante la preghiera di contemplazione di Cristo, Dio ti dà innumerevoli occhi di cherubino perché «risplenda nel tuo cuore la conoscenza della gloria di Dio». Allora il tuo cuore si trova così infiammato dal fuoco divino che tu diventi incapace, in quelle ore benedette, di fare altra cosa che non sia quella di glorificare Dio senza interruzione.