

Il tempo della preghiera: come pregare sempre?

Capita spesso di discutere, tra amici cattolici, di tempo e condizioni ottimali della preghiera. Alcuni pregano in macchina, camminando, cucinando, altri hanno bisogno di un luogo tranquillo, un tempo dedicato e di una certa disposizione d'animo. Ovviamente succede a tutti di trovarsi alternativamente nell'una o nell'altra situazione.

In via del tutto ideale, è ovvio che sarebbe meglio pregare senza distrazioni, mettendosi alla presenza di Dio e magari facendo anche una composizione di luogo, cioè aiutandoci con gli occhi interiori a ricostruire il quadro su cui stiamo meditando (immaginare i dettagli concreti di una certa pagina della Scrittura, o di un mistero del santo Rosario...). Sarebbe d'aiuto un luogo appartato, silenzioso, raccolto. E avere il tempo necessario... cioè – a queste condizioni – la maggior parte di noi non potrebbe pregare quasi mai!

Penso alle mamme con figli piccoli, che si addormentano dove si appoggiano, a chi fa lavori pesanti, a chi ha famiglie numerose e sempre in attività, a chi assiste persone malate e anziane e non può disporre liberamente del proprio tempo. Allora che si fa? Si trasforma in preghiera il nostro desiderio di preghiera, i nostri frammenti sgangherati, quel poco che riusciamo a fare, sperando che Nostro Signore faccia come con i pani e i pesci, e ne moltiplichi i frutti spirituali oltre le nostre aspettative. Non voglio dire che possiamo trascurare la preghiera perché tanto è lo stesso, ma credo che a volte la fedeltà difficile, arida, che sembra quasi senza frutto, sia più preziosa di un ideale irraggiungibile. Se guardo a me, credo di essere stata vittima di una tentazione tutte le volte che ho rinunciato a pregare perché mancavano "le condizioni ideali". E credo di essere stata benedetta da alcuni doni spirituali ogni volta che, nonostante la mediocrità della preghiera, non l'ho abbandonata.

Bisognerebbe essere come fisarmoniche, capaci di comprimersi nella preghiera a spizzichi e bocconi, quando non si può fare di meglio, e poi di allargarsi in una preghiera profonda, concentrata, prolungata, quando le occasioni ce lo consentono. In concreto, credo sia meglio dire il Rosario guidando o cucinando che non dirlo affatto. Quel giorno magari sarà un po' meccanico, ma nel lungo periodo, una lunga serie di giorni in compagnia della preghiera – per quanto imperfetta – hanno un gusto diverso dai periodi della nostra vita in cui la preghiera è assente.

C'è una preghiera che mi commosse particolarmente nei primi tempi della mia conversione, si intitola "**Amami come sei**", e che dice una cosa molto vera: se attendiamo di essere perfetti (e di essere nelle condizioni perfette) prima di pregare e amare Dio, non lo faremo mai.

E' vero piuttosto il contrario, cioè che la costanza, la fedeltà nella preghiera, anche con la testa che cade dal sonno, o la mente distratta da altro, creano quelle condizioni di frequentazione e di intimità con Nostro Signore, che ci permettono, nel tempo, di poter anche sperare in momenti di unione profonda, di intimità, di relazione vera. Se non siamo abituati a percorrere quella strada giorno dopo giorno, non potremo incontrarci nessuno. E non è detto che anche i nostri continui tentativi e fallimenti non possano essere un'offerta gradita a Dio. In un certo modo vale anche per la Messa: ci sono giorni, a volte settimane

e mesi, in cui la partecipazione è solo meccanica, si va, si sta un'ora, si esce... e nulla nel profondo è stato toccato. Ma la preghiera cristiana non è una pratica di meditazione come se ne trovano altrove, l'attenzione non è tanto focalizzata su ciò che "sento" o che "mi accade", quanto piuttosto è mettersi alla presenza di Cristo, dialogare con Lui, chiedergli che, attraverso lo Spirito Santo, ci illumini e ci guidi. In questo dialogo hanno importanza, certo, le condizioni in cui arrivo, quanto sono pronta all'ascolto, ma altrettanto importante è l'azione di Nostro Signore in me, ma che non dipende da me. Per questo motivo va fatto il possibile per pregare bene, ma non bisogna pensare che ci siano condizioni talmente ostili da impedire la preghiera. Magari solo un piccolo appuntamento quotidiano, dieci minuti al mattino prima che la giornata abbia inizio, o alla sera, quando ormai sta terminando, ma il più possibile costante, certi che ciò che facciamo non è un atto solo interno alla nostra mente e al nostro cuore, ma in rapporto con la mente e il cuore di Cristo, che non ci può lasciare senza i beni spirituali di cui abbiamo bisogno.

AMAMI COME SEI

(Gesù parla a un'anima)

*"Conosco la tua miseria, le lotte e le tribolazioni della tua anima, le deficienze e le infermità del tuo corpo: - so la tua viltà, i tuoi peccati, e ti dico lo stesso: "Dammi il tuo cuore, **amami come sei...**". Se aspetti di essere un angelo per abbandonarti all'amore, non amerai mai. Anche se sei vile nella pratica del dovere e della virtù, se ricadi spesso in quelle colpe che vorresti non commettere più, **non ti permetto di non amarmi**. Amami come sei. In ogni istante e in qualunque situazione tu sia, nel fervore o nell'aridità, nella fedeltà o nella infedeltà, amami... come sei... Voglio l'amore del tuo povero cuore; **se aspetti di essere perfetto, non mi amerai mai**. Non potrei forse fare di ogni granello di sabbia un serafino radioso di purezza, di nobiltà e di amore ? non sono io l'Onnipotente ?. E se mi piace lasciare nel nulla quegli esseri meravigliosi e preferire il povero amore del tuo cuore, non sono io padrone del mio amore? Figlio mio, lascia che Ti ami, voglio il tuo cuore. **Certo voglio col tempo trasformarti ma per ora ti amo come sei...** e desidero che tu faccia lo stesso; io voglio vedere dai bassifondi della miseria salire l'amore. Amo in te anche la tua debolezza, amo l'amore dei poveri e dei miserabili; voglio che dai cenci salga continuamente un gran grido: "Gesù ti amo". Voglio unicamente il canto del tuo cuore, non ho bisogno né della tua scienza, né del tuo talento. Una cosa sola m'importa, di **vederti lavorare con amore**. Non sono le tue virtù che desidero; se te ne dessi, sei così debole che ali-menterebbero il tuo amor proprio; non ti preoccupare di questo. Avrei potuto destinarti a grandi cose; no, sarai il servo inutile; ti prenderò persino il poco che hai ... perché ti ho creato soltanto per l'amore. **Oggi sto alla porta del tuo cuore** come un mendicante, io il Re dei Re! Busso e aspetto; affrettati ad aprirmi. Non allegare la tua miseria; se tu conoscessi perfettamente la tua indigenza, morresti di dolore. **Ciò che mi ferirebbe il cuore sarebbe di vederti dubitare di me e mancare di fiducia**. Voglio che tu pensi a me ogni ora del giorno e della notte; voglio che tu faccia anche l'azione più*

*insignificante solo per amore. **Conto su di te per darmi gioia...** Non ti preoccupare di non possedere virtù: ti darò le mie. Quando dovrai soffrire, ti darò la forza. Mi hai dato l'amore, ti darò di saper amare al di là di quanto puoi sognare... Ma ricordati... **amami come sei...** **Ti ho dato mia Madre; fa passare, fa passare tutto dal suo Cuore così puro.** Qualunque cosa accada, non aspettare di essere santo per abbandonarti all'amore, non mi ameresti mai... Va..."*

26 ottobre 2018

<http://www.canoneoccidentale.it/il-tempo-della-preghiera-come-pregare-sempre/>