

La "PAROLA" pregata
Di Maria Pia Giudici
PRESENTAZIONE

E' sempre Dio che inizia, nel suo Amore.

Ma Egli inizia con la sua Parola: questa ci crea, ci illumina, ci redime, ci santifica, ci convoca nella Chiesa, ci invia in missione; ci chiamerà infine all'incontro ultimo, dato che anche la morte è un appello di Dio.

Il cristiano, che prende coscienza della Parola di Dio, vive la fede come risposta, l'amore come dono di sé e adesione alla sua comunione, la speranza come ricerca e attesa di vedere Colui, la cui voce è risuonata nei lunghi giorni dell'esistenza, pur nascondendo il Volto della gioia.

Il posto della «Parola di Dio» è il nostro cuore.

Ivi fa nascere la «vita nuova», accende l'amore dalle infinite variazioni, attua quello spossamento di sé per un'appartenenza a Lui, per sempre.

Ma questa Parola esige il silenzio, il raccoglimento, la sosta prolungata, la purezza, l'obbedienza, il sacrificio, la povertà, perché fiorisca l'amore totale.

Esige, infatti, di potersi incarnare in noi, perché anche noi diveniamo «un prolungamento di Cristo», la sua «chiesa-sposa», la sua missione nel tempo e nel mondo.

Coloro che fanno apostolato missionario nelle comunità particolari o sono i missionari di Cristo alle frontiere della Chiesa, sanno che le radici nascoste e le sorgenti feconde della missione, sprofondano nella contemplazione.

Questa solamente assicura vitalità e validità ad ogni impresa apostolica.

Come sarà bello quando tutte le anime assetate di Assoluto, che esistono in ogni parte della terra, ma ancora ignare dell'autorivelazione di Dio, scopriranno la Bibbia e avranno la facilità e la felicità di dissetarsi alle sorgenti della vivificante «Parola di Dio»!...

Questa ora viene affrettata solamente se molti cristiani saranno appassionati della Parola di Dio e toccando i quattro punti della terra la proclameranno al mondo con l'esistenza trasfigurata!

E' la preghiera che l'Opera della Propagazione della Fede eleva allo Spirito santo per coloro che si serviranno di queste pagine, scritte da un'anima esperta non solo di silenzio e di solitudine, ma anche di intenso amore per le anime.

A sr. Maria un grazie sincero; per tutti veramente il dono di una preghiera.

Pontificia Opera Propagazione della Fede

Capitolo I

PREGARE PER ANNUNCIARE

Dove nasce la conversione

Il momento della preghiera sta al momento della missionarietà, cioè all'annuncio, esattamente come la radice al fiore.

A volte ci si stupisce perché opere anche ben organizzate da un punto-di vista pastorale, con servizi sussidiari di notevole rilievo non esplicano, in effetti, una vera evangelizzazione e non provocano conversioni. Se si va a fondo, si costata che la ragione è una sola: le persone che organizzano all'interno di quella struttura non sono, loro per prime, «cristiane» fino in fondo, fino a quella radicalità evangelica che germoglia da uno stato di «conversione permanente». «Convertitevi e credete al Vangelo» leggiamo in Marco (1, 15). E non a caso queste sono le prime parole che lo scrittore sacro registra sulla bocca del Cristo.

Ma questo atteggiamento interiore di conversione, questo volgersi perennemente dalle inclinazioni malate dell'«io» alla persona di Cristo e alle esigenze del Vangelo avviene nella perseveranza a pregare.

Credere non è soltanto avere una certa stima del proprio Battesimo e desiderare che anche altri aderiscano alla nostra Religione.

Credere non è pagare a mo' di tributo il dovere della messa domenicale insieme a certi altri doveri di tipo professionale e a qualche elemosina.

Non è neppure pregare solo per ottenere determinate cose, anche se lecite e buone: come la salute, la pace, un certo benessere nostro e altrui.

E non è fuoco d'entusiasmo senza alimento d'un duraturo amore.

No, credere è un'altra cosa.

Credere è fidarsi di Cristo, e sapere con certezza che più presente alla nostra vita di quello che noi siamo a noi stessi.

E' prendere sul serio «ogni» sua parola fino a quel vertice del suo annuncio che, capovolgendo tutti i criteri solo umani della gioia, dice *beati i poveri*, i perseguitati, i puri di cuore, i miti, gli operatori di pace.

E' a questo punto che ci rendiamo persuasi d'un fatto: queste affermazioni sono stupende a leggersi, forse anche piacevoli a commentarsi, ma terribilmente scomode a calarsi nella vita.

E il viaggio da quello che uno capisce e apprezza a livello intellettuale fino a quello che uno sente come inderogabile urgenza di vita, è più impegnativo d'un viaggio astrale.

E il «missile», che ci porta da un apprezzamento solo intellettuale a una reale conversione del cuore, si chiama preghiera.

Lo Spirito, protagonista della preghiera

Pregare è anzitutto un'intima presa di contatto con lo Spirito Santo che abita in noi.

«Non sappiamo neppure che cosa dire nella preghiera, ma lo stesso Spirito intercede per noi con gemiti inenarrabili» (Rom 8, 27).

S'incontra molta gente oggi che desidera pregare. Ma sono anche molte le persone che si scoraggiano presto. Appena tentano di oltrepassare la soglia della preghiera vocale, si smarriscono in aridità e senso di vuoto da cui poi velocemente fuggono, scaraventandosi in un'azione affannata, appena qualcuno lascia scivolare nel loro cuore una frase che oggi è di moda: «Si prega con la vita».

Ecco, se partissimo bene nel nostro «decollo» di preghiera, se cioè fossimo persuasi che lo Spirito Santo è il protagonista del nostro stare con Dio e che il nostro impegno di attenzione e d'ascolto dura solo se sorretto da Lui, saremmo anche molto critici nei confronti di questo slogan.

D'accordo, si prega con la vita. Nel senso però che tutta la vita a poco a poco deve realizzare quello che Gesù diceva: «Bisogna pregare sempre, senza stancarsi mai» (Lc 18, 1).

Ma perché tutto si orienti alla centralità di Cristo e davvero la nostra vita non bruci incenso all'idolo del successo, della carriera, del comodo, del piacere per il piacere ma diventi «vivente lode della sua gloria» bisogna che la Parola di abbia tempo e modo di rivelarsi in noi come spada, perché tale essa è.

Solo quando la leggiamo distratti e di fretta o ci accontentiamo di sentirla proclamare nella Messa domenicale, senza sostarci sopra in preghiera personale, essa scivola via come acqua su pietra.

Ma appena prendiamo tempo per pregarla, per metterci cioè in suo ascolto, umili nella forza dello Spirito Santo, la Parola agisce. Viva è la Parola di Dio, efficace e incisiva più d'una spada a doppio taglio, penetra fino alla giuntura dell'anima e dello spirito, delle articolazioni e delle midolla: può rivelare i pensieri e i sentimenti segreti» (Eb 4, 12).

Una spada che libera

Giustamente si è denunciato in questi tempi una certa religiosità di tipo intimistico e un po' misticheggiante così come un apostolato piuttosto esteriore e ciarliero.

Ecco: pregare la Parola di Dio è correttivo sia dell'uno che dell'altro male.

Non si può pretendere d'afferrare Dio, di camminare alla Sua Presenza e d'entrare in reale comunione con Lui, se non ci si lascia continuamente «trafiggere» dalla sua Parola.

Se è spada, deve ferire.

Metterà a nudo ora l'orgoglio, ora la sensualità, ora la ruggine i rancori e sentimenti, ora altri difetti. Purché la nostra assiduità alla Parola non abbia contratto il morbo del formalismo (ed è difficile che nella Parola esso resista e si radichi in noi!) ci provocherà dolore, a volte ci farà sanguinare interiormente, I ma solo per liberarci.

E' la Parola che affonda come lama di verità dentro di noi, cava fuori a poco a poco quella rassomiglianza primordiale con Dio («a immagine e somiglianza di Dio lo credò»: Gen 1, 26) che è il primo obiettivo della nostra conversione.

E' la Parola che, come un «fuoco ardente rinchiuso nelle ossa» (Ger 20, 9), purifica noi ed esplose fuori di noi come qualcosa di ormai connaturato al nostro modo di sentire, di pensare, di agire: spada, fuoco e luce per gli altri perché tale anzitutto è per la nostra vita.

«Parlerò, sì parlerò (...) perché la spada della Parola di Dio anche per mezzo mio giunga a trapassare il cuore del prossimo. Parlerò, ma la Parola di Dio la sentirò rivolta anche contro di me» (S. Gregorio - In Ez., XI, 1, 5).

In quel piccolo capolavoro che è il libro fatto con schizzi di grande espressività e di profonde affermazioni, quel libro che s'intitola «Vita del piccolo Placido», il piccolo santo sublacense impara da Gesù che <<pregare è passare la propria vita nella Sua>>. (Vita del piccolo S. Placido -ed. Ancora, 1972).

In verità, questo solo è il viaggio che conta. Sarà ultimato appena nasceremo al Cielo.

Affidati alla Parola di Dio, assidui a pregarla ogni giorno, consentiremo ch'essa ci penetri, ci liberi, ci doni vigore, cancelli a poco a poco il «personaggio» egoistico che siamo.

Allora e solo allora fiorirà dal di dentro del nostro essere quel «prolungamento di Gesù», che ogni battezzato è chiamato a realizzare.

Allora e solo allora l'annuncio del Vangelo diverrà nella nostra persona l'urgenza d'una realtà profondamente compenetrata con la nostra vita.

Andremo, annunceremo. E qualcosa cambierà anche tra i fratelli.

Ma l'argomento più forte della credibilità per loro sarà quello di poter «leggere» la Parola di Dio non solo nel libro offerto dalle nostre parole, ma in tutta la nostra realtà esistenziale, impregnata di Cristo come il fiore di rugiada.

Preghiera come ascolto

Un giovane mi ha chiesto a bruciapelo: «Mi dice che cos'è la preghiera? Se ne parla in tanti modi, ma vorrei venire al nocciolo».

E' bello che ci si ponga in termini molto concreti questa domanda, perché è solo rispondendo nel modo più pertinente che si diventa cristiani, s'impara cioè a Pregare e, di conseguenza, ad annunciare.

Pregare è anzitutto ascolto di Qualcuno che parla. Si può esser colti da stupore davanti a un albero fiorito, a un cielo solcato da lievissime nubi, a un cavallo dalle forme perfette, a un volto grazioso e limpido di donna. Anche attraverso il suo creato è Dio che si rivela e parla.

Ascoltarlo, essere ammirati è già, a un certo livello, preghiera, anzi contemplazione.

Ma perché anche il nostro guardare le cose diventi preghiera, bisogna che l'attitudine profonda del nostro essere sia di ascolto, non di possesso.

Apparteniamo a una società che vede tutto in chiave economica. Di qui il nostro avido gettarci sulle cose: i fiori che sono da cogliere subito per fame un mazzo, il cane che deve servire alla guardia o alla caccia, il tramonto che deve essere commercializzato in foto per cartoline o rotocalchi.

Si deve invece guardare ammirati, non per estetismo, ma per un profondo senso di fraternità umile e cordiale con ogni essere. Solo infatti questo atteggiamento da «fratelli universali» di ogni creatura matura

in noi la contemplazione perché nasce dalla consapevolezza d'essere al centro di un progetto da parte del P.dre-Creatore (non del Padre-padrone!) dove «frate fuoco» e «sorella acqua», «frate vento» e qualsiasi altra creatura prestano la loro voce perché possiamo essere in armonia con Dio e con tutti.

Bisogna però rendersi ben persuasi che l'atteggiamento di fondo per diventare persone capaci di stupore, di ammirazione, di pace, ci viene prioritariamente da un altro tipo di ascolto: quello della Parola di Dio.

«Parla, Signore, il tuo servo ti ascolta» (1 Re 3, 9). Questa espressione che cogliamo sulla bocca del giovane Samuele dovrebbe esserci abituale, quando siamo a contatto con la Sacra Scrittura.

Ch'io abbia iniziato la lettura d'un evangelista che mi propongo di portare innanzi in modo continuato o che mi attenga a voler «ruminare» (il termine è dei Padri della Chiesa) le letture che la Chiesa mi propone ogni giorno nella s. Messa, una cosa conta soprattutto: sapere che il Signore mi parla, vuol dirmi certamente qualcosa in ordine alla mia vita e a quell'annuncio del suo Vangelo che io stessa, col mio vivere, sono chiamata anzitutto a realizzare.

Non a caso la stessa Liturgia, maestra di preghiera, si incarica di sottolineare questo aspetto prioritario di «ascolto» nella sua struttura: silenzi, canti, orazioni comuni seguono infatti alla proclamazione della Parola di Dio.

In fondo questa è la differenza tra preghiera cristiana e preghiera, per esempio, buddista.

Il nostro pregare è l'ascolto anzitutto di quella Parola che è, nell'Antico Testamento, il rivelarsi di Dio attraverso tutto quello che concerne l'attesa di Cristo; e, nel Nuovo Testamento l'aperto manifestarsi del suo progetto di salvezza in Cristo.

Ascoltare, ruminare, lasciarsi ferire dalla Parola, come s'è detto, essere provocati a novità di vita dentro una risposta che ci coinvolge a tutti i livelli: ecco cosa significa pregare.

Ed è a questo punto che si colloca la vera identità della preghiera, dentro tutte le prospettive del mistero dell'Incarnazione e della Redenzione.

Preghiera e senso della vita

E' stato detto e ripetuto che si prega come si vive e si vive come si prega.

E' vero. Anzi: forse mai come oggi ciò è attuale perché la vita «s'impingua» di troppo «avere», soffoca nelle preoccupazioni per procurarsi o beni di consumo o condizioni ottimali per star bene e vivere comodi.

La preghiera, quella che ci pone in ascolto di Dio e trasforma le giornate in una comunione profonda con Lui, ha bisogno di buttare all'aria questo modo alienato di esistere.

E di fatto, lo sconvolge mediante la Parola di Dio: «Non si può servire a due padroni, perché o si odierà l'uno e si amerà l'altro o ci si affezionerà all'uno e si disprezzerà l'altro. Non si può servire Dio e il denaro. Perciò vi dico: non siate troppo solleciti di quello che mangerete e berrete e vestirete. *La vita non vale di più?*» (Mt 6, 24-25).

Nessuno quanto chi prega ha un profondo senso della vita, proprio perché la Parola di Dio glielo ha inculcato.

La vita come dono del Padre, *la vita* come possibilità d'accogliere continuamente quel Signore che è «Colui che viene» (Ap 1, 8) e che ci dà di realizzare ogni giorno in modo nuovo il nostro essere «figli di Dio»; *la vita* come radicale certezza di saperci amati da Dio e d'essere, per vocazione, creature chiamate ad amare; *la vita*, con le sue gioie e i suoi dolori, con le sue scoperte e le sue difficoltà, coi suoi orizzonti e le sue finitezze, coi suoi tunnel e le sue promesse di eternità; *la vita* entusiasmante e drammatica cessa di essere un enigma o un peso, solo se dentro il suo alveo scorre la Parola di Dio, che diventa liberazione e canto di lode.

In fondo, pregare la Parola di Dio rileggendola più volte, stando su quello che, nella situazione in cui ci troviamo, più ci ferisce, ci provoca, ci stimola o ci consola, è incontrarsi veramente con Cristo.

Perché quel che Ugo da S. Vittore ha detto con tanta lucidità, tanti secoli addietro, vale anche oggi: «Tutta la divina Scrittura costituisce un unico libro e questo unico libro è Cristo, perché tutta la Scrittura parla di Cristo e trova in Cristo il suo compimento» (Citaz. da Mariano Magrassi - *Bibbia e preghiera*; Ancora, 1977 p. 123).

Annunciare, lo sappiamo, non implica dire delle verità, ma far conoscere, comunicare, proporre una Persona: Gesù e il suo Vangelo.

Ecco, a questo punto, risulta evidente che solo chi prega e prega soprattutto la Parola di Dio, è in grado di annunciare.

Capitolo II

LE CONVINZIONI PRELIMINARI

Una persuasione di fondo

Anzitutto devo essere persuaso che la preghiera è
tate una persuasione di fondo.

So che, se non respiro muoio, e so che, se non prego, non ho la vera vita in me.

Se poi ho responsabilità come pastore, come animatore missionario, come animatore di gruppi, come catechista ecc., la preghiera diventa la condizione senza la quale «sono tamburo sonante» perché non è lo Spirito di Dio a operare in me, ma un attivismo senz'anima.

Trovare Dio come il fondamento di tutto il mio essere e la risposta a tutte le mie aspirazioni: questo è quel che mi prefiggo quando prego e soprattutto quando prego la PAROLA.

Perché chi prega veramente la Parola, sostanzialmente fa quel che dice Gesù: «Chi ascolta la mia parola e la vive è come chi costruisce la sua casa sulla roccia. Chi non ascolta la parola e non la vive è come chi costruisce la sua casa sulla sabbia» (cf. Mt 7,24).

Troppe persone oggi sono case costruite sulla sabbia della mentalità mondana, delle impressioni o delle opportunità del momento, delle varie mode.

A volte accettano anche di pregare, ma per motivazioni sbagliate: ottenere ad ogni costo una grazia, uscire dalle difficoltà, sentirsi senza problemi.

Il Signore ha insegnato

Gesù ha segnalato quali sono le *condizioni fondamentali* per pregare. Vediamole nella loro inequivocabilità di Parola di Dio.

-Anzitutto ha parlato di *sincerità esistenziale* in rapporto alla preghiera.

«Quando pregate non siate simili agli ipocriti che pregano (...) per farsi vedere dalla gente» (Mt 6,5).

- Ci ha pure insegnato *l'atteggiamento dell'interiorità*, contraria a un vuoto verbalismo da parolai che a volte proprio dalla Parola prendono lo spunto per un fiume di parole che alla fine ne tradiscono il senso e attirano l'attenzione su di noi, non su Dio.

«Pregando non sprecate parole come i pagani, i quali credono di essere ascoltati a furia di parole» (Mt 6,7).

- Gesù poi ha puntualizzato il *rapporto strettissimo tra un atteggiamento costante di riconciliazione e la preghiera*. Troppa gente infatti non riesce a fare sul serio con la preghiera, perché ha «nodi» di odio o rancore o risentimento verso il prossimo.

«Quando vi mettete a pregare, se avete qualcosa contro qualcuno, perdonate perché anche il Padre vostro che è nei cieli perdoni a voi i vostri peccati» (Mc 11,25).

- Gesù ha pure raccomandato *un atteggiamento di perseveranza nella preghiera*.

Apriamo gli occhi! In questa società dove il consumismo ci stimola con un'infinità di sollecitazioni piacevoli e di risultati facili ma di breve durata, perseverare in quella realtà seria che è la preghiera esige un serio impegno della volontà.

<<*Bisogna pregare sempre, senza stancarsi mai*>> (Lc 18,1).

La Parola darà frutto in quelle persone che dopo averla ascoltata «con cuore buono e sincero, la custodiscono e portano frutto con la loro perseveranza» (Lc 8,15).

«Chiedete e vi sarà dato, cercate e troverete, bussate e vi sarà aperto.

Perché chi chiede riceve, chi cerca trova e a chi bussa sarà aperto. Chi tra voi al figlio che chiede un pane darà una pietra? o se chiede un pesce darà una serpe? Se dunque voi che siete cattivi sapete dare cose buone ai vostri figli, quanto più il Padre vostro che è nei cieli darà cose buone a quelli che gliele domandano» (Mt 7,7-11).

Osserviamo i tre verbi: chiedere, cercare, bussare.

Esprimono sia quanto stia a cuore a Gesù che noi preghiamo, sia quanto debba essere *insistente* e quindi *perseverante* la nostra preghiera.

- L'altro atteggiamento che Gesù ritiene indispensabile alla preghiera e a cui assicura le risposte di Dio è *quello della fede piena di fiducia* «Tutto quello che chiederete con fede nella preghiera lo otterrete» (Mt 21,22).

- Gesù poi non ammette «scollature» tra il pregare la Parola e la vita.

«Non chi dice: Signore, Signore entrerà nel Regno dei cieli, ma colui che fa al volontà del Padre mio che è nei cieli» (Mt 7,21).

- Infine Gesù sa di che cosa siamo fatti e conosce la nostra situazione di persone che non vivono un'esistenza di perfetta armonia.

Dopo il peccato originale dentro di noi spesso si destano inclinazioni cattive. E fuori di noi è il maligno a insidiarci per distoglierci dal progetto di Dio sulla nostra vita. Insomma, siamo soggetti *a tentazioni*.

Per questo ci *sono momenti in cui, se vogliamo sopravvivere, non possiamo contare su nessun'altra forza che su quella di Dio*. E Dio ci dà il suo aiuto, se preghiamo.

Non a caso Gesù ha detto incisivamente:

«Pregate per non entrare in tentazione» (Lc 22,40).

E che sia il pregare la Parola quel che più conta anche a proposito di tentazione, lo deduciamo dal fatto che Gesù stesso, quando fu tentato nel deserto, rispose a satana, pronunciando le Parole della Sacra Scrittura (cf Lc 4, 1-13).

Capitolo III

UN TRINOMIO INDISPENSABILE: CONOSCERSI, AMARSI, DIMENTICARSI

Molta gente realizza l'approccio con la Parola in un modo convulso, cercando una specie di «panacea» al suo sentirsi a disagio nella «propria pelle».

Sono più numerose di quel che pensiamo le persone facili alla depressione, anche tra i giovani.

Frutto di condizioni ambientali negative e d'influssi tutt'altro che educativi, la depressione spinge a far credere di non poter entrare in un rapporto intimo con Dio, di non poter accedere alla gioia contemplativa del pregare la sua Parola, di non poter vivere in pace con Dio, con sé, con gli altri.

Alla radice di questo modo d'essere c'è un male piuttosto comune: un disamore per sé, una disistima, un'incapacità a volersi bene, ad accettarsi per quel che si è.

Siccome la Parola è Dio che vuoi entrare in dialogo con me e scandisce un preciso rapporto: Io-tu, se questo «tu» non esiste come persona, contorto e ripiegato com'è sul proprio «io» inautentico, anche la preghiera batterà l'aria.

Il Card. Suenens nel suo libro «Culto dell'io e fede cristiana» cita l'aforisma di un suo amico vescovo scozzese: «Know yourself, love yourself, forget yourself (*Conosci te stesso, ama te stesso, dimentica te stesso*)».

Conoscersi

E' importante conoscersi, ma bisogna farlo sotto lo sguardo tenerissimo di Dio. Se credo in Lui e so che è sostanzialmente Amore, come posso crederlo corrucciato per i miei molti difetti? E se credo che «a immagine e somiglianza di Dio» sono stato creato, e «poco meno degli angeli» (SI 8) sono io, uscito dalle sue mani; come non avrò il coraggio di guardare ai molti doni di cui, sotto il profilo fisico psichico e spirituale, sono pur dotato?

Devo conoscere me stesso nelle mie qualità positive e conoscermi in quelle negative.

Se vedo del male in me, mi adopererò per vincerlo, sapendo che posso collaborare col Signore che è venuto perché avessimo la vita e l'avessimo in pienezza (*cf Gv 10, 10*).

Per esempio, se vedo che giocano nella mia vita elementi di perturbazione fisica e psichica, ricorrerò senz'altro al medico, collaborando così con la Provvidenza per vincere il male. Quando però avrò fatto tutto quel che dovevo fare, accetterò la mia situazione con serenità.

S. Tommaso Moro ci presta una preghiera molto opportuna per vivere questa realtà di opposizione al male e nello stesso tempo di accettazione di sé in quel che è di noi di irriversibile e irremovibile.

Dice così: «Signore, dammi il coraggio di cambiare tutto quello che deve essere cambiato, dammi la pazienza di accettare tutto quello che non può essere cambiato, ma soprattutto dammi la sapienza di saper distinguere una cosa dall'altra».

Amarsi

Abolita la politica dello struzzo che è quella di non voler mai guardare concretamente alla propria realtà, accetterò tutta la mia storia: anzitutto col suo passato (forse traumi, carenze affettive, errori educativi da parte della mia famiglia) e sbagli, colpe mie e altrui che hanno fatto soffrire me e altri.

E' bene starsene come l'ape malata che, dice s. Francesco di Sales, si espone pienamente al sole.

Queste cose le guardo, le accetto nel gran sole della misericordia di Dio.

Detesto i miei errori, ma con la consapevolezza del pieno perdono del Signore, perché «dove abbondò il peccato ivi sovrabbondò la grazia».

Passerò in tal modo dal senso di colpa (così distruttivo di me!) al senso del peccato, ma col cuore del figlio prodigo perdonato e, accolto dall'abbraccio infinitamente tenero del Padre.

Così come accetto il mio passato devo accettare il presente, con le persone che mi stanno intorno, il lavoro, il tempo libero, *senza fughe* nei rimpianti o in desideri esasperati di condizioni esistenziali diverse da quelle che, di fatto, sono realizzabili nelle mie giornate.

Scrivevo in un libretto di liriche: «Ora e qui, non nell'isola felice"/ di un chimerico *altrove/ora e qui è la mia pace*» (M. Pia Giudici - *Guarda. anzi contempla e adora* LDC 1989, p. 38).

Questo tipo di società agitata e frenetica non facilita alle persone il possesso di sé, dentro quella vera unica ricchezza che è il <<momento presente>>.

Invece solo se rifuggo dall'andare «in cerca di cose grandi, superiori alle mie forze» (51 130, 1) entro nella calma di ogni attimo che mi è donato sia per star bene che per pregare bene.

Solo accettandomi dunque fino in fondo, infilo la strada dell'amore che è, in sintesi, «tutta la legge e i profeti» (cf. Gai 5, 14). Perché il Signore dice: «Ama il tuo prossimo come te stesso» (Mt 22, 39). E come potrei amare gli altri se prima non amassi me stesso?

Dimenticarsi

Accedo alla Parola per incontrare intimamente il Signore e assumere quella «mentalità evangelica» che è opposta alla mentalità mondana: un vero capovolgimento delle categorie correnti.

Il mondo grida: Beati i ricchi, i prepotenti, i furbi, quelli che servono il loro tornaconto, quelli che rincorrono denaro, prestigio, lussuria, potere; Gesù dice: Beati i poveri di spirito, quelli che accettano di soffrire perché trionfi il bene in loro e negli altri, beati i miti, i misericordiosi, i puri, gli operatori di pace, i perseguitati a causa della giustizia (Mt 5, 1-12).

Pregare la Parola di Dio significa dunque accettare di dimenticare se stessi di perdere il proprio «io» egoistico per passare a poco a dalle false alle vere beatitudini.

E' in questo modo che si realizza veramente la propria personalità umana e cristiana. «Se qualcuno vuoi tenere stretta la propria vita, la perde. Chi invece è disposto a perderla per me e per il Vangelo, la trova» (cf Lc 9, 24).

E' vero che questa dimenticanza di sé è soprattutto dono di Dio attraverso il pregare la Parola che illumina anche gli angoli più oscuri del mio egoismo; però dev'essere anche un atteggiamento di partenza.

Non sono qui a vezzeggiare me stesso nella preghiera, ma a chiedere che il Signore m'ispiri la rettitudine della mente e del cuore perché nel mio operare non usi malizia, doppiezza, disonestà, inganno, menzogna; mi dia la forza di non temere minacce, di non fare preferenza di persone, di non lamentarmi per l'insuccesso e l'ingiustizia.

Sono qui a chiedergli di saper prendere la difesa dell'innocente, di aiutare il povero, di consolare l'afflitto, di essere paziente e misericordioso anche con chi mi è avverso.

Così, pregare la Parola significa per me gettar via l'«uomo vecchio», putrido bagaglio d'egoismo, per «rivestire» il «nuovo» in cui è l'amore a dettar legge. Così, come dice Matta el Meschin «la preghiera diventa il canale attraverso il quale passa la mia relazione con i fratelli» (*Consigli per la preghiera*. Bose, p. 70).

CAPITOLO IV

PREGARE PER VIVERE

Il primo grande missionario è il Cristo. Egli dice di «essere venuto ad annunciare ai poveri la salvezza, ai prigionieri la liberazione» (Lc 3, 43).

Lo vediamo preda delle folle, disposto a guarire i malati, oltre che a insegnare, sensibile alla fame e alla stanchezza di quanti lo seguivano. Ma lo vediamo anche sottrarsi a tutti e a tutto pur di trovare spazi di preghiera dove l'unico interlocutore era il Padre.

«Sul far del giorno se ne andò in luogo solitario a pregare» (Lc 4, 42) e «passata la notte in preghiera chiamò a sé quelli che volle» (Mc 1, 35; Lc 6, 12).

«Salì sul monte a pregare...» (Lc 9, 28).

Disse ai suoi: «Venite con me in disparte e riposatevi un poco» (Mc 6, 31).

Bastano queste citazioni a renderci convinti che, anche per una educazione missionaria, bisogna trovare il modo di persuadere i giovani che pregare oggi è più che mai necessario: pregare per vivere, per essere cristiani, tanto più per essere missionari di altri giovani e nelle comunità. E nel mondo intero!

La preghiera nella vita

«Grazie, Maria, per questo giorno di silenzio, di preghiera, di autentica comunione fraterna. Per vivere sulla Tua montagna, ho lasciato momentaneamente gli altri, ma solo per ritornare a loro più vera, più trasparente, più accogliente, più capace di rivestirmi di umiltà, di mitezza, di perdono, di pazienza che costruiscono la persona in me, e il gruppo, la comunità, la Chiesa attorno a me.

Aiutami, o Madre, a rendere gli altri partecipi dei doni che Gesù mi ha dato, nel suo Spirito di Amore, con tutta la tenerezza del Padre. Vorrei tanto portare Lui, renderlo più presente nel gruppo, perché, come avvenne a Elisabetta quando tu la visitasti, anche tra noi dilaghi la gioia. E che al di sopra di tutto ci sia la carità, ci sia Dio, il Suo Regno! Sì, viva in me Gesù, tuo Figlio, mio Signore e Fratello. Anche al di sopra delle preoccupazioni scolastiche, degli esami, della riuscita; al di sopra, ma purché dentro tutte queste cose, trionfi l'Amore. Così sia!». (*Liliana B.*—Dall'agenda di s. Biagio - Subiaco).

Ecco, la lunga citazione è motivata. Si tratta di una preghiera sgorgata dal cuore d'una giovane dopo un week-end di preghiera a Subiaco. Rivela una osmosi tra preghiera e vita. Mostra una «qualità» di preghiera mariana, ma cristocentrica e trinitaria, in cui la risonanza della Parola di Dio è presente: «capace di rivestirmi dei sentimenti di umiltà, mitezza, pazienza, perdono...», «come avvenne a Elisabetta quando Tu la visitasti», «anche tra noi dilaghi la gioia».

Non si tratta però di elementi intellettualisticamente citati a freddo. Lo si sente: è ormai qualcosa di assimilato, di reso proprio, dentro una voce di Spirito Santo che sempre prega in noi (cf Rm 8, 27) quando, con cuore semplice e retto, ci affidiamo, docili, alla Parola di Dio.

Due scogli

Viviamo un'epoca tesa sul filo di enormi contraddizioni.

C'è chi asserisce con sicurezza: «Basta stimolare a pregare, a lodare e ringraziare Dio. Tutto il resto viene per implicita conseguenza». E c'è chi, di contro, afferma: «Inutile pregare a lungo, dato che la nostra vita è preghiera, è lode del Padre, quando è autentica, giusta e buona».

Alla radice delle due affermazioni c'è un vizio: una misconoscenza del mistero di Dio e del mistero dell'uomo decaduto che s'incontrano nell'Incarnazione.

E' verissimo che la priorità della preghiera e specialmente della preghiera di ringraziamento e di lode deve fortemente essere riaffermata. Soprattutto oggi, in un mondo strategicamente circuito dai mass-media, dalla ideologia dell'indifferenza e da quella del neocapitalismo: fonti di un felpato (quindi assai più pernicioso) materialismo e permissivismo morale. Però non si può educare alla preghiera senza saldarla profondamente alla vita, a tutta la vita.

Si tratta di «pregare la Parola», assimilando soprattutto la mentalità di Gesù (il suo modo di giudicare gli eventi, di stabilire gerarchie di valori, di dare la vita). Finché il suo «discorso della montagna» non è diventato, almeno come tensione interiore, l'atteggiamento di fondo della nostra esistenza, noi non siamo cristiani.

Ma è sul banco di prova della vita di ogni giorno che le categorie esistenziali (non solo mentali) di Gesù entrano in gioco.

E' nei rapporti familiari, comunitari, sociali e politici che «l'amatevi come io vi ho amato» diventa la cartina di tornasole in cui si rivela o si autocondanna la persona che prega.

D'altra parte è solo pregando bene e molto, che si arriva a questo. «Senza di me - dice il Signore - nessun frutto. Chi rimane in me porta molto frutto»

(Gv. 15, 5). E non c'è un rimanere vero nella sua presenza, senza contatti forti di intimità con Lui.

E' dunque, forse, ancora più vizioso gettare i giovani allo sbaraglio del «fare», temendo sempre di offrire loro, in pura perdita, troppi spazi di preghiera a Dio.

Anche su questa sponda si parla d'Incarnazione, ma manca, in concreto, la conoscenza della natura dell'uomo decaduto che da solo non arriva a costruirsi neppure come uomo pienamente giusto, tanto meno come figlio avente gli stessi sentimenti (la stessa mentalità) dell'Unigenito del Padre.

In un mondo gravemente inficiato di scientismo, di tecnicismo, di efficientismo, il pericolo è di non percepire nemmeno il lento affievolirsi della propria fede. Invece di passare da una religione a volte un pò individualistica e magica a una fede adulta, personale ed ecclesiale che coinvolge anzitutto l'essere e poi il fare, a poco a poco si cade in uno svuotamento interiore, in una larva di cristianesimo superficiale, burocratico (intellettualistico o conformista) senza nessun fuoco di fede-vita. Mentre è il fuoco d'una fede divenuta amore, che cesella il cristiano.

Il Signore conosceva troppo bene le nostre tentazioni di «incenerimento», Lui che nel Vangelo ha posto sulla bocca d'un tale quella stupenda preghiera: «Signore, io credo, ma tu aiuta la mia incredulità». Ecco perché non è una fola quel detto: «Chi prega si salva, chi non prega si dannà» (S. Alfonso).

E pregare la Parola significa incontrarsi a livello personale col Signore Gesù, vivere fino in fondo con Lui, il decollo costante da se stessi, per andare, nel nome del Padre, verso gli altri.

Vediamo in concreto che cosa significhi ciò.

Valori di base

- Non si può pregare coi giovani la Parola se noi, prima, non l'abbiamo pregata e assimilata. Saper perdere tempo per Dio vuoi dire ritrovarle il nostro tempo, e ritrovare anche noi stessi; ma ritrovare noi «veri», quelli progettati dal Padre a immagine e somiglianza del Cristo.

- La Parola di Dio vuoi essere letta, meditata e ruminata nella fede. E' lo Spirito Santo (che Maria chiama in noi, con aiuto efficace) a illuminare dal di dentro la Parola.

Oggi gli studi biblici hanno fatto grandi passi. C'è molta esegesi. Ma attenzione a non fare della Parola un tavolo di anatomia! Essa va letta e pregata in modo più sapienziale che intellettuale, più conoscitivo contemplativo (tener presente il senso biblico di conoscere)! che speculativo, più orante che meditativo.

- Se non vogliamo essere gente di saggistica, cerebrale, sempre problematica e quindi incapace di «dire una parola forte con autorità» (Mt 7, 28), se vogliamo riavere il cuore e l'accento trascinatorio dei profeti e degli apostoli, bisogna che sappiamo concedere noi stessi e il nostro tempo alla Parola, pregata a lungo in silenzio.

«Parola» in aramaico si dice «dabar» che significa: il fondo delle cose, ciò che in esse è nascosto. La Parola di Dio è la Presenza dello stesso Verbo che, rivelando qualcosa di sé, esplica la propria potenza. Si tratta dunque di mettersi a contatto con la Parola, credendo che essa è efficace e può cambiarci, se noi ci affidiamo totalmente ad essa con una fede operante nell'amore (cf Gen 1, 12; Is 31,2; Gal 3, 5).

La Parola però non può coabitare con le nostre maschere, coi nostri peccati. Si tratta d'invocare sempre lo Spirito di Gesù liberatore, perché il contatto avvenga dentro il pentimento sincero di tutto quello che in noi è stato allontanamento da Dio, slittamento lontano dalla Parola. L'uomo che indulge a una vita istintiva non arriva neppure a percepire le cose di Dio (cf 1 Cor 2, 14).

Si tratta dunque di fare spesso uno «stop».

— In questa nostra vita di efficientismo giova strapparsi dall'ambiente consueto dove la nostra istintività di natura decaduta trova il terreno adatto a svuotarci. E' necessario accedere possibilmente anche a luoghi «alternativi» per affondare più radicalmente nell'esperienza della Parola, ascoltata a fondo, in un silenzio allusivo della stessa Parola e creato da un apposito ambiente molto semplice e vivo.

— Ecco: una casa di preghiera non è una casa di Esercizi Spirituali, tanto meno una casa di studi. E' un luogo semplicissimo: con una cappella, il necessario per nutrirsi e dormire, e silenzi verdi intorno, abitati dalla pace.

Anche qui è necessario fuggire la moda. Non conta avere ad ogni costo una «cappella-deserto» se è in luogo chiassoso o se, di fatto, non permette alla persona (spirito incarnato) di dirottare pienamente verso l'ascolto-assimilazione della Parola, perché si è trascurato quanto si è detto prima. Ma non è male uscire da tradizionalismi: se i giovani pregano meglio e più volentieri in un ambiente semplice, rustico (meglio se da loro stessi preparato), ben venga tale ambiente! «Dov'è lo Spirito del Signore, ivi è libertà» (2 Cor 3, 17) e non per nulla s. Maria Mazzarello scriveva: «Fate con libertà tutto quello che vi suggerisce la carità >> (Lett. P.215). L'importante è che sia davvero fuoco di amor di Dio a ispirarci e non solo estro personale.

Quel che più importa è assumere a nostra categoria mentale quanto asseriva nella Chiesa di Dio, s.

Giovanni Crisostomo: «Vi è qualcosa di più grave e peccaminoso di non leggere le Scritture; ed è il credere che la lettura sia inutile e non serva» (Su Mt 2, 5. PS 37).

E' ancora lo stesso Padre della Chiesa ad ammonire: «Chi vive senza pregare la Parola esercita una pratica satanica. La Parola udita deve parlare incessantemente. Per questo dev'essere ben conservata e ridestata nel cuore. Come potrebbe esserci vita spirituale, senza questo respirare la Parola giorno e notte?» (E. Bianchi. Pregare la Parola, Gribaudi p. 38).

Ecco: il verbo «respirare» è proprio attualissimo.

Dentro questa nostra epoca in cui dilaga una cultura di morte, noi ci costruiamo una vita autentica come uomini, come cristiani e come evangelizzatori solo se «respiriamo» la Parola, pregandola ogni giorno.

Capitolo V

CONDIZIONI PER PREGARE

Molte volte, purtroppo non si tiene conto che siamo spiriti incarnati e che il corpo non è un cappotto che appendo all'attaccapanni, quando decido di pregare. Perché io sono la mia anima, ma anche il mio corpo.

Non c'è un'anima «imbottigliata» in un corpo, ma ci sono io con tutta la mia realtà fisiopsichica, dove gli elementi spirituali e corporali interagiscono profondamente tra loro.

Bisogna dunque prendere in considerazione alcune precise condizioni che riguardano il corpo.

Non posso accedere alla preghiera troppo stanco e teso. Un corpo sovraffaticato si rifiuta a preghiera.

Analogamente, però, non entra in vero contatto con la Parola la persona il cui corpo non è dominato da una certa ascesi.

I «rammolliti», quelli che non hanno nessuna disciplina nel mangiare, nel bere e nel dormire non ottengono risultati nel pregare la Parola.

Liberi dalla schiavitù del «troppo avere»

In questa società dove detta legge la strategia delle «multinazionali» con la «fabbrica dei bisogni» attraverso i «persuasori occulti» delle varie emittenti pubblicitarie, abbiamo contratto l'abitudine di credere necessario quello di cui, al contrario, si può benissimo fare a meno (anzi si sta meglio proprio quando si è imparato a viverne senza).

Così fin da ragazzetti si è spinti a comperare cose superflue e, quel che è peggio, si è indotti a credere che di sigarette, gelati, gingilli, suppellettili, capi di vestiario d'ogni tipo e più o meno «firmati», si ha assoluta necessità.

Che c'entra tutto questo col «pregare la Parola»?

L'argomento è importante. Senza una certa ascesi, senza cioè un certo distacco

disponibilità alla PAROLA: o non si presta attenzione o s'inizia a contattarla, ma la si abbandona presto. C'è un salmo che esprime bene il fenomeno dicendo: «L'uomo che annega nel benessere materiale non intende, e come gli animali è come gli animali che periscono» (SI 48, 13).

E dunque necessario abituarsi a voler fare a meno di tutto quello che, schiavizzando la persona, non le consente la disponibilità dell'ascolto e della visione interiore.

E' come quando sali in montagna. Se hai spalle curve per troppo peso, e mani e braccia oberate da troppe cose, come puoi agilmente salire il sentiero? Come puoi contemplare le bellezze che ti circondano?

Così è del pregare la Parola.

Solamente chi s'impone una certa sobrietà di vita: non esagera nel mangiare e nel bere, non compera il superfluo e alla TV concede il suo tempo solo per trasmissioni veramente valide, può familiarizzare con la Parola di Dio.

In un cuore ingombro essa non può né vuole entrare. O, se entra, avviene come al seme della parabola: dall'avidità del possesso, del piacere e del potere è subito soffocata come il chicco di grano dai rovi.

Per essere rilassati

Anche la posizione del corpo ha la sua importanza nel pregare la Parola.

L'esperienza millenaria dice che è conveniente

stare seduti, con la schiena dritta ma nuda dai piedi ben appoggiati a terra, e, nella preparazione, stare ad occhi socchiusi.

Ci sono esercizi di rilassamento che non vanno trascurati, proprio per ovviare a quelle tensioni nervose che, soprattutto dentro la nostra società, portiamo con noi ovunque, anche quando andiamo a pregare.

Un corpo teso di solito va di pari passo con una mente perturbata: difficilmente entra in un clima di profondo silenzio e di ascolto.

Anzi, rischia di affrontare lo sforzo dell'attenzione come un'ulteriore tensione, da cui poi esce depresso e sconfitto.

Un corpo rilassato invece sostiene uno spinto sereno, aperto e disponibile che facilita l'approccio alla Parola.

Il respiro calmo e profondo

Un altro elemento importante è il respiro.

Anzi, proprio entrando nella consapevolezza del mio respiro col suo ritmo in cui si alternano inspirazione ed espirazione, io mi rilasso, acquisto equilibrio, entro in quella profonda calma che mi aiuta per l'ascolto della parola.

Mentre mi concentro sull'inspirazione posso ricordare quella Parola di s. Paolo all'aeropago di Atene: «In Dio ci muoviamo, respiriamo e siamo» (At 17, 28). Prendo così coscienza che è il misterioso, vitale soffio di Dio quello che mi sostiene in vita ad ogni inspirazione. Mentre poi espiro, con fiducioso abbandono consegno a Lui non solo l'anidride carbonica del mio corpo, ma ogni mia preoccupazione, angoscia, turbamento, distrazione.

«Nell'abbandono fiducioso è la vostra forza» (Is 30, 15).

Imparare a respirare bene alla Presenza del Dio vivente: *inspirare Lui ed espirare tutta la nostra fragilità, consegnandola al Suo amore*, è premessa importante per e una preghiera che sia il nostro sereno convenire alla mensa della sua Parola.

E' dunque utilissimo, prima di tutto, quando mi metto a pregare, fare almeno dieci respirazioni, badando a convertire il corto ed errato respiro che viene dal torace in quello che viene dal diaframma e dall'addome: calmo e profondo.

Respirare bene, nella consapevolezza che respiro in DIO-AMORE, è un segreto di liberazione dall'affaticamento e insieme è una condizione indispensabile alla preghiera.

Io, gli altri e la Parola

Più di una volta qualcuno mi ha confidato che, proprio nel silenzio, più fortemente prende coscienza del chiasso che è in lui.

Per questo molti rifuggono da ambienti silenziosi. Così credono di essere liberi, solo perché hanno imparato a «far finta di niente» con se stessi. Ma è letale non guardare in faccia le cause di questo chiasso interiore! «Guardiamolo, dunque, questo "chiacchiericcio" mentale». O è riferibile a quelle frustrazioni e a quelle avidità dell'io inautentico di cui si è già detto: un monologo da cui non si riesce a decollare verso l'ascolto della Parola e il dialogo con Dio; oppure è l'errata presenza degli altri nella memoria e nel cuore.

Certo, il pregare la Parola ha senso solo se mi abilita ad amare, a vivere cioè quel precetto nuovo del Signore Gesù, che è la sintesi del suo Vangelo.

A volte, però, gli altri mi ingombrano interiormente. Come? In un triplice modo.

Anzitutto, quando non ho perdonato le offese ricevute o, pur avendole perdonate, ne ho ancora viva memoria.

In una seconda maniera quando qualcuno è talmente importante nella mia vita da divenirmi

«idolo». Sempre penso a lui, desidero essergli accanto e non sopporto chi è amato o preferito da lui al posto mio. Ed ecco la gelosia.

Infine, il pensiero del mio prossimo m'impedisce il silenzio interiore, quando talenti, virtù e meriti di qualcuno mi danno ombra. E nasce in me l'invidia.

Si tratta dunque di essere molto «lucidi» nel proprio sguardo interiore.

Non posso tenermi la «maschera». Non posso barare. Ho bisogno solo di essere perdonato da Dio.

D'altro canto, una volta confessata e chiamata per nome la propria malattia, bisogna anche desistere dallo stare patologicamente a considerarla e ad analizzarla. Così non verrebbe la guarigione. E' normale e necessario che la Parola di Dio conduca ai sacramenti, che sono interventi di Dio, azioni salvifiche di Dio su di noi, nel più profondo centro del nostro essere.

Quando fu chiesto a Catherine Khulman, la grande guaritrice, come si faceva a chiedere con fede una guarigione, rispose: «Alzate lo sguardo verso Dio, non immergetelo nel vostro male. Quasi sempre non abbiamo fede perché il centro del nostro problema, quando chiediamo, non è affatto Dio, ma il nostro problema» (Citato in «Il cammino della preghiera». Centro Missionario P. De Foucauld - Cuneo 1982 p. 95).

Se dunque avverto che dentro di me il cuore e la mente sono turbati, bisogna che ne colga concretamente e lucidamente le cause: i mali di cui sopra.

Però poi è altrettanto importante che, anche a questo proposito, io ricordi lo slogan: «Conoscersi, amarsi, dimenticarsi».

E mi dimentico, riesco a mettere il «silenziatore» dentro di me, solo se ho il coraggio dell'umile fiducia

in Dio. «Getta la tua preoccupazione nel Signore - dice la Parola – Egli ha cura di te»

CAPITOLO VI

IL CORAGGIO DI PREGARE LA PAROLA

Vogliamo qui approfondire ulteriormente quanto s'è detto. -

Nella sua lettera pastorale «In principio, la Parola» il cardinale Carlo Maria Martini, arcivescovo di Milano, dice: «L'incremento delle conoscenze

scientifiche e lo sviluppo delle applicazioni tecniche spingono l'uomo a sopravvalutare la sua potenza e a darsi a un'attività produttiva sempre più frenetica: un esempio drammatico, e insieme caso-limite, lo si ha nell'accumulo degli armamenti.

Come conseguenza l'essere dell'uomo, anziché rivelarsi e costruirsi nel fare, tende a diluirsi nell'agitazione».

Il card. Martini mette poi a fuoco questa impazienza attivistica che prende un po' tutti e dalla quale ci dobbiamo guardare, proprio se vogliamo essere «missionari», «annunciatori» del Vangelo.

Pregare la Parola di Dio esige un lungo tirocinio.

La tentazione che ci sovrasta è quella di voler subito trovarci soddisfatti spiritualmente, arrivare subito a risultati che facciano quadrare il mistero di Dio coi nostri progetti di riuscita: sia per noi che per i gruppi della cui animazione siamo responsabili.

Se non siamo vigilanti e perseveranti (quante volte Gesù ci raccomanda di esserlo!) ci esimiamo dai tempi lunghi, dal tener duro, dalle lente maturazioni.

Allora la fretta d'ottenere tutto a breve scadenza, che è tipica di questa società efficientistica e consumistica, ci porta, di solito, a due soluzioni, entrambi errate.

C'è chi tiene sì il Vangelo, o addirittura la Bibbia, a portata di mano, ma solo per abbandonarsi ad una lettura dei testi sacri. Apre a caso il libro, ne legge qualche versetto e poi, rapidamente, passa ad altro, senza riuscire a collegare quanto ha letto coi problemi, gli itinerari, le responsabilità della vita di ogni giorno.

E c'è chi si spaccia per passare da un'esegesi all'altra, da un commento erudito all'altro, ma senza lasciarsi coinvolgere nel cuore dalla forza penetrante della Parola.

In genere, tanto un approccio che l'altro hanno come esito finale l'abbandono della Sacra Scrittura.

Allora siamo facilmente ingannati dalle urgenze organizzative e, senza avere il coraggio di chiamare col proprio nome quel che ci sta succedendo (paura di rischiare troppo, pena e sacrificio di una lunga pazienza), assicuriamo noi stessi e gli altri che non c'è tempo per pregare la Parola e che in ogni caso, non è indispensabile.

La Parola di Dio: universo vivente

Si tratta di avere il coraggio di ricominciare, se si ha avuto la debolezza di smettere e poi di perseverare con semplicità di fede.

Se sono persuaso che, come dice s. Gregorio Magno, la S. Scrittura è «una lettera di Dio onnipotente alla sua creatura», qualcosa mi si muove dentro, e faccio attenzione a quanto leggo. Soprattutto se tutto il mio esistere poggia su una certezza di fondo:

non è che io mi sia messo ad amar Dio, ma è Lui che per primo mi ha amato (cf 1 Gv 4, 19). Ed è verità vitale questa, per chi si dice cristiano!

E' dunque una lettera la Sacra Scrittura ed è una lettera tutta intessuta d'amore.

Ma i Padri della Chiesa usano altre immagini efficacissime per dirci quel che esistenzialmente è la Parola di Dio per noi.

Alcuino ne para come di «una *mensa* a cui ci nutriamo». Ruperto di Deutz la presenta come la «*fonte* della conoscenza di Dio». Isidoro l'addita come una «*fiaccola*» che illumina i nostri passi.

Sì, la Parola di Dio ci inoltra nella conoscenza di Chi ci ha creato e ci ama infinitamente e ci sta chiamando a salvezza.

Ma non solo. E' ancora s. Gregorio Magno a dire che la Parola di Dio è *specchio* che rivela l'uomo a se stesso.

In questa nostra epoca in cui la svolta antropologica ha portato a uno studio attentissimo della persona umana e di tutto quello che la riguarda, è importante non perdere di vista la Parola di Dio, anzi ad

essa ricondurre ogni altro apprendimento sulla realtà-uomo.

La Parola di Dio, poi, non si risolve solo in conoscenza di Dio e dell'uomo, ma in orientamenti vitali. Non a caso l'apostolo Paolo assicura Timoteo: «Tutta la Scrittura, ispirata da Dio, è utile per insegnare, convincere, correggere, formare alla giustizia e mettere così l'uomo in condizione di compiere ogni opera buona» (2 Tim 3, 17-18).

Certamente noi ci diamo a quel che più stimiamo.

E la stima per la Parola di Dio cresce in noi nella misura in cui ci rendiamo conto di quell'universo vivente e vivificante ch'essa è.

Perché la chiamo *universo vivente*? Perché la Sacra Scrittura è tanto diversa dagli altri libri. Questi ultimi, nella migliore delle ipotesi, sono parole di uomini che provengono dalle loro conoscenze ed esperienze.

La Bibbia è invece PAROLA di un DIO che l'ha ispirata un giorno nell'anelito vitale del Suo Spirito Santo, ma tuttora la pervade con lo stesso Spirito di verità e di vita.

Guglielmo di St. Thierry, un monaco del XII secolo, mette a fuoco qualcosa che è estremamente importante anche per noi, oggi: «Occorre leggere le Scritture con quello Spirito con cui furono scritte: con il medesimo Spirito occorre anche comprenderle».

E' dunque indispensabile che, accostando la Parola, io entri con senso di venerazione nel testo.

Una poesia di Saffo o di Dante, una prosa scientifica o politica o storica o narrativa di grandi autori meritano stima e attenzione. Ma se sono una persona persuasa di quanto la fede mi dice: che cioè l'autore delle Scritture è lo Spirito Santo stesso, diverso risulta l'approccio. E non è di troppo parlare di venerazione.

E' vero che le espressioni anche nella Bibbia sono umane, e lo stile, come il contesto socio-culturale che emerge, sono legati alla personalità dello strumento umano di cui lo Spirito si è servito. Però la parola scritta mi veicola la Parola vivente di Dio. la PAROLA continuamente «ringiovanita» (per dirla con s. Ireneo) dallo Spirito Santo.

E allora è chiaro che se, come dice s. Paolo, solo lo Spirito di Dio capisce le cose di Dio (cf i Cor 2, 11), è indispensabile per noi che lo preghiamo, che ci mettiamo sotto il suo onnipotente influsso, per poter cogliere il senso profondo del testo e l'insegnamento vitale indirizzato proprio a noi, oggi.

S. Girolamo non esita a dire che la Parola di Dio va letta e interpretata «col medesimo Spirito con cui è stata scritta».

Incontro con la Parola, incontro con il Cristo

Questo Libro Vivente, nato dallo Spirito Santo e che nel medesimo Spirito apre a noi i suoi tesori di vita, sostanzialmente è una Persona: *il Cristo Dio*.

E' questa l'intuizione centrale dei padri della Chiesa che hanno visto nell'Antico Testamento una propedeutica del Nuovo Testamento e in ogni libro del *vecchio patto* quasi dei fiumi che confluiscono tutti in quell'oceano di verità, di amore e di grazia che è Gesù, la definitiva rivelazione del Padre.

Tutta la Bibbia è infatti la narrazione della storia della Salvezza ed è, nello stesso tempo, la rivelazione di un mistero: il mistero d'un Dio che dice agli uomini di averli talmente amati da dare suo Figlio (cf Gv 3,16).

Come scrive l'arciv. Mariano Magrassi, «l'una e l'altra realtà confluiscono in Cristo e vi trovano la loro suprema attuazione. Egli è la realizzazione finale di ciò che Dio voleva fare e l'espressione finale di ciò che Dio voleva dire».

Esemplifichiamo un istante.

Quando leggo e prego il passo della Genesi sulla creazione dell'uomo e della donna, che trova il suo perno nell'espressione: «Facciamo l'uomo a nostra immagine e somiglianza» (Gn. 1, 26), la mia lettura nello Spirito mi fa cogliere non solo l'altissima dignità della persona umana (la mia e quella di ogni fratello), ma il fatto che, come dice s. Paolo, Cristo è per eccellenza «immagine dell'invisibile Dio, il primogenito di ogni creatura, perché in lui furono create tutte le cose» (Col 1, 15-16).

E quanto più mi rendo simile a Lui, compiendo quello ch'egli mi dice, tanto più recupero nella mia personalità quello spessore e splendore di somiglianza e immagine di Dio, che il peccato è andato

devastando.

I salmi stessi, invocazioni, lamenti, grida esistenziali di uomini affranti dal dolore o inebriati da esperienze di gioia, sono tutti rapportabili a Cristo.

Nella purezza della lode, Egli è la voce più alta che tutti c'interpreta nel lodare il Padre; *nella profondità dell'angoscia*, Egli ci presta l'eco di quel che il suo cuore soffrì per noi nella passione e nella morte di croce; *nelle grida di giubilo*, Egli è Risurrezione e vita che domina anche oggi la storia.

Su questa nostra storia di tenebre, da cui la cloaca di tutti i peccati esala odore di morte, Cristo è profumo di Salvezza per quanti credono. Egli, come dice l'Apocalisse, è davvero il Primo e l'Ultimo, il Principio e la Fine di tutto. E' Lui la chiave di volta attorno a cui tutte le vicende, anche le più aberranti, acquistano un *segno*: positivo o negativo, ma sempre rapportabile alla Sua vicenda, che è Redenzione e Salvezza.

Se mi vado soffermando su questa presenza dello Spirito e su questa identità della Parola di Dio con Cristo è per cogliere sempre più la distanza tra questo Libro per eccellenza e tutti gli altri libri, siano pure di alta spiritualità.

L'intento è poi quello di stimolare, in me che scrivo e in chi legge, l'atteggiamento di s. Agostino che non esitava a dire: «E' Cristo stesso che cerco nei Libri Sacri».

Sì, come ci accostiamo alla mensa del Pane Eucaristico per nutrirci di Vita divina, così ci avviciniamo alla mensa della Parola per alimentare in noi una mentalità da uomini nuovi, da veri seguaci di Cristo.

La nostra identità di cristiani: autentica, vigorosa, incarnata, nasce di qui.

Ed è importante che, sulla scorta dei padri della Chiesa, noi vediamo adombrato nel gesto di Cristo

che prende il pane nelle sue mani, lo benedice e lo spezza, il Suo rivelarsi a noi anche attraverso le Scritture.

Ci aiuti l'episodio dei discepoli di Emmaus.

I due se ne andavano tristi e «i loro occhi erano incapaci di riconoscere Gesù» (Lc 24, 16). Ma il Cristo si fece loro compagno di viaggio e, «cominciando da Mosè e da tutti i profeti spiegò loro in tutte le Scritture quel che si riferiva a Lui» (Lc 24, 27).

Anche noi ce ne andiamo spesso appesantiti dal bagaglio di prove, tentazioni, vicende d'ogni genere.

Basta però il grido del cuore perché Cristo ci si ponga a fianco. Anzi, Egli è già con noi.

E il nostro grido-preghiera ci rende presenti al Suo «esserci». Allora, Sacra Scrittura in mano, ci facciamo ammaestrare da Lui. E, come dice l'antichissimo Ruperto, Egli «parla al nostro cuore e c'introduce in tutta la verità per mezzo del suo Spirito Santo».

CAPITOLO VII

GLI ATTEGGIAMENTI DI FONDO

Una fede viva

Per pregare la Parola devo entrare in una dinamica di fede viva.

E' vero che prego la Parola proprio per lasciare che Cristo realizzi sempre più il «trapianto» dei suoi occhi che giudicano tutto secondo l'ottica di Dio, a sostituzione dei miei occhi malati di ottica mondana.

Ma già in partenza mi occorre quella fede che mi rende consapevole del mio inoltrarmi non in un testo qualsiasi, ma sacro, ispirato, permeato di Spirito Santo.

E' la fede che chiama il mio cuore distratto dalla molteplicità dei pensieri, preoccupazioni, attività disparate alla centralità di un fatto: qui c'è Dio che ha un messaggio per me, c'è Dio che ha qualcosa da dirmi, oggi, in questo istante. E io posso entrare in contatto con Lui, attraverso la Persona di Cristo per la forza di una Parola che è «lampada ai miei passi» (Sl 118), «acqua» alla mia sete (Am 8, 11), «spada» contro tutte le sovrastrutture e i compromessi che si annidano interiormente (Eb 4, 12).

Certo la fede non è qualcosa di tangibile né di definitivo. La fede è un dono del tutto gratuito, che vuole però il mio consenso quotidiano e crescente.

Dio me la concede e l'accresce in me, se lo prego con perseverante fiducia.

E siccome qualcosa di questo mondo ateo e della sua mentalità agnostica e chiusa alla trascendenza rischia sempre di contaminarmi, dovrei fare mia la bellissima preghiera del padre dell'epilettico: «Credo, Signore, ma tu aiuta la mia incredulità» (Mc 9, 24). Ed è come se dicessi: Signore, mi hai dato la fede e io voglio viverne, ma tu guarisci in me quegli angoli malati e oscuri in cui si annida il dubbio, l'apatia, la tentazione di rimandare sempre «l'unica cosa necessaria», questo pregare la PAROLA da cui sgorga la vita.

La forza dell'umiltà

In questa società di prodigiose conquiste scientifico-tecnologiche in cui l'uomo ha realizzato una certa autonomia, più facilmente si annida in me l'autosufficienza, e un senso critico che tende a pervadermi anche quando leggo la Parola di Dio.

«L'edificio dell'orazione deve fondarsi sull'umiltà» dice quella grande maestra di spirito che è s. Teresa d'Avila (Autobiografia, 22, 11).

Si tratta di capire che la Parola è il Verbo stesso di Dio, generato in un eterno silenzio dal Padre nell'Amore dello Spirito Santo.

La Parola è Cristo e a Lui si riferisce anche nell'Antico Testamento, a Lui e a quell'Alleanza di Dio con l'uomo dapprima antica e poi nuova, in cui tutte le promesse di amore e salvezza vanno verso un compimento. La salvezza è dunque *già* nella mia storia come entità d'infinito dono da parte di Dio; ma *non* è ancora un mio possesso di gioia senza veli, fin che io vado pellegrinando nel tempo e nello spazio, con le mie libere scelte consone o no all'accettazione di quella gratuità-dono infinito.

E' con umile amore, dunque, che accosto la Parola, mirando alla comprensione spirituale non alla ricerca né all'indagine o allo studio, perché la Bibbia deve essere capita, non investigata.

C'è un'affermazione di Matta el Meschin che spiega quanto ho detto:

«Esistono due modi di leggere: il primo si ha quando uno legge e pone se stesso e la propria mente come padrone del testo e cerca di sottomettere il significato alla propria comprensione, che confronta poi con quella di altri.

Il secondo modo si ha quando uno legge, *ponendo il testo al di sopra di sé e cercando di rendere sottomessa la propria mente al suo significato* o anche ponendo il testo come giudice di sé, considerandolo come il criterio più alto.

Il primo metodo va benissimo per qualunque libro: sia che si tratti di scienza o filosofia o letteratura; il secondo è indispensabile per leggere la Bibbia.

Il primo porta alla signoria dell'uomo sul mondo, il secondo porta alla signoria di Dio come creatore onnisciente e onnipotente» (*Comunione nell'amore* - Bose, 1986 p. 18-19).

Senza questo atteggiamento di umiltà e venerazione per la Parola di Dio si rischia di fraintendere tutto.

Bisogna dunque ch'io mi accosti alla Bibbia «scalzo» di presunzione, di pretese mie, d'irrigidimenti orgogliosi. Alla Parola si accede solo se si ha il coraggio (e l'onestà) di *voler* essere umili.

E' chiaro che, quanto a diventarlo a fondo, dipenderà sempre dal Signore.

Ed è qualcosa da chiedergli ogni giorno: «Rendimi simile a Te, che sei mite e umile di cuore».

La purità di cuore

Non si tratta solo della virtù della purezza in ossequio al sesto e al nono comandamento. Comunque, non mi riferisco solo a questo ambito, pur così importante.

La purità del cuore è piuttosto un atteggiamento radicale della persona che, in tutti i momenti della giornata, attraverso tutte le occupazioni, tende ad amare Dio con tutta la mente, con tutto il cuore, con tutte le forze e ad amare il prossimo come se stesso per amore di Dio (cf Mt 22, 34-40). Ho detto che «tende». E desidero precisare la scelta del verbo.

Ogni sera, si sa, siamo tentati di fare a pugni con tutto quel che, durante il giorno, è stato fallimento in ordine alla nostra ricerca di Dio per amarlo con tutto noi stessi e servirlo nel prossimo. Ma ci consola il fatto che il Signore non guarda la riuscita. E ci è dato sempre di ricominciare.

Guy de la Rigaudie, uno splendido scout francese, diceva: «Bisogna saper rimbalzare da ogni caduta in un amore più grande». Quel che però importa è l'atteggiamento di fondo: la pulizia delle intenzioni. Cassiano, uno dei Padri più antichi, dice che lo sguardo interiore deve essere terso. E' una specie di trasparenza esistenziale quella che siamo chiamati a realizzare.

S. Francesco di Sales direbbe che dobbiamo essere un po' come il girasole che, non solo con la corolla, ma con le radici si volge al sole.

Mi pare che il cuore puro stia alla Parola di Dio come un recipiente vuoto e terso all'acqua pura. Solo dunque il cuore puro è capace di ricevere l'acqua pura della Parola; mentre un cuore abituato a lasciar sedimentare in sé desideri mondani, un cuore che lascia libero campo alle inclinazioni egoistiche nei sensi, nei pensieri e nella volontà, non riesce a recepire il significato profondo e vivificante della Parola di Dio.

L'attitudine all'ascolto

A un giornale, a un libro qualsiasi posso dare uno sguardo frettoloso, leggere in tutta velocità i titoli e quel che più interessa del testo, poi passare rapidamente alle mie attività.

Per la Parola di Dio, se voglio che qualcosa di vitale succeda in me, bisogna che mi disponga a un ascolto silenzioso e abbastanza prolungato.

«Dio - scrive l'arciv. M. Magrassi - non è solo Qualcuno che mi ascolta: prima ancora è Qualcuno che mi parla».

Di qui l'importanza che io curi questo atteggiamento di ascolto profondo e pieno di venerazione per la Parola di Dio, che vuole entrare in comunicazione, anzi in comunione con me.

La parola m'illumina, mi convince, mi ammaestra. Ma anzitutto la Parola è il rivelarsi di una persona che mi sta parlando, perché sta amandomi. Quando comprendo a questo livello non superficiale, Dio cessa di essere un «Egli» e diventa un «TU», anzi il TU più intimo e vivo della mia esistenza.

Ed è a questo punto che la mia fede comincia a coincidere con la mia vita. Troppe persone, anche buone e impegnate in movimenti cattolici, sentono la fede solamente come un insieme di verità da credere o un insieme di leggi da praticarsi, col gravame di rimorsi e scrupoli legati a questa concezione arida e pesante (e inautentica o per lo meno incompleta) del proprio «CREDO».

Invece chi si concede spazi di ascolto silenzioso della Parola di Dio, cessa di considerare il Signore solo come «oggetto» della propria fede e lo scopre come il «soggetto» protagonista di un rapporto personale, la cui iniziativa viene da Lui, in quel fuoco

di amore che Egli stesso dice di essere venuto a portare (cf. Lc 12, 49).

Sì, è il Signore che, con la sua Parola, mi parla. Allora la sua volontà è il mio «cibo».

Quando leggo, io Sono in ascolto di quanto vuoi

farmi conoscere; e quando prego, Sono io che gli rispondo.

Ma perché ciò avvenga, bisogna che l'ascolto sia silenzioso. Di qui la necessità di vedere un altro atteggiamento indispensabile per un proficuo incontro con la Parola.

Il raccoglimento

La società in cui viviamo è all'insegna del chiasso e della dispersione. Siamo bombardati ogni giorno da messaggi d'ogni tipo, attraverso un flusso di comunicazioni che ci raggiunge dalle più diverse fonti: mass-

media, ambiente di lavoro, di svago, di strada, di mercati. Proprio per questo, forse, mai come nella nostra epoca, si avverte in molte persone il fascino del silenzio, ma in molte altre la paura di qualsiasi ambiente dove esso regni sovrano.

Eppure il silenzio è necessario proprio per allenarci a percepire il Dio vivente in una fede che permei la vita. Ed è necessario il raccoglimento che, come dice l'espressione, ci aiuta a raccogliere il nostro spirito dal molteplice in cui si trova disperso, e nel silenzio lo pacifica alla presenza di Dio, lo unifica rendendolo capace di realizzare quell'ascolto a cui, si diceva, è legata la Possibilità di entrare in dialogo, in rapporto personale con Dio.

Scriva il card. Carlo Maria Martini: «L'uomo nuovo come il Signore Gesù che all'alba saliva solitario sulle cime dei monti (cf Mc 1, 35; Lc 4; 42; 6, 12, 9, 28) aspira ad avere per sé qualche spazio immune da ogni frastuono alienante, dove sia possibile tendere l'orecchio e percepire qualcosa della festa eterna e della voce del Padre.

Nessuno, però, fraintenda: l'uomo vecchio che ha paura del silenzio e l'uomo nuovo solitamente convivono, con proporzioni diverse, in ciascuno di noi».

Perciò bisogna che l'uomo nuovo dentro di me lotti per assicurare alla mia vita tempi e spazi in cui il cuore possa diventare silenzioso e porsi in ascolto di quella Parola che dissipa ogni senso di vuoto e di isolamento per fare, anzi, del mio tempo e spazio di solitudine un tempo e uno spazio privilegiati di comunione col Signore.

Perseverare nella Parola

Abbiamo già detto del pericolo che ci sovrasta: quello di leggere molto saltuariamente la Parola e di lasciarci poi scoraggiare dalle difficoltà che questa lettura, in effetti, presenta.

A volte è l'approccio con un testo di per sé difficile, altre volte con un altro che abbiamo già sentito leggere tante volte in chiesa, e che perciò ci pare scontato, altre volte è un senso di aridità, di noia che interiormente ci assale.

L'antidoto è quello dell'assiduità alla lettura del testo sacro, ma facendo attenzione agli elementi portanti del testo stesso. Non importa che io l'abbia già udito leggere da altri o che io l'abbia già letto diverse volte. Una caratteristica di fondo della Parola di Dio è proprio la forza di novità intrinseca al suo essere appunto Parola di Dio e non di uomini.

Quanto più sono assiduo e perseverante nel familiarizzare con la Parola di Dio, tanto più essa mi si rivela come quell'universo ricco e vivo che ha sempre qualcosa di nuovo da sprigionare per me, e non genericamente, ma proprio in risposta alle mie personali attese, nel particolare momento esistenziale in cui leggo.

Avviene un po' della lettura biblica come del suonare il pianoforte. Per chi è ignaro, le mani non riescono a trovare i tasti e faticosamente ti ritrovi appena a cavare qualche nota che è sillabaz di qualche melodia. Ma con l'esercizio lungo e assiduo, le tue mani prendono a scorrere veloci sulla tastiera, volano dall'uno all'altro tasto

spontaneamente fino a consolarti con suggestioni sonore.

Così, all'inizio faticosi a familiarizzare con la Parola che sembra rifiutarsi a te e al tuo sforzo di Penetrarla. Quando però la «frequenti» assiduamente, cerchi di penetrarne il significato con attenzione e, in purità di cuore, ti affidi allo Spirito per coglierne tutta la portata

di messaggio spirituale e vitale, oh allora succede quel che attendevi!

E' proprio come se entrassi nella Parola, pur senza uscire dalla vita. E' come se prendessi a dimorare in essa e nei suoi ricchissimi contenuti, senza estraniarti dagli incontri e dai doveri di ogni giorno, anzi vivendo

ogni esperienza dal di dentro della forza-luce attinta alla Parola stessa.

CAPITOLO VIII

UN METODO ALLA PROVA DI MILLENNI

Eccoci arrivati a chiarirci il metodo da seguire nel pregare la Parola. Si tratta della «Lectio Divina» che sostanzialmente è la lettura della Parola di Dio fatta in modo da trasformarsi in un colloquio con Dio, che s'immette poi nella vita.

Il card. C. M. Martini asserisce: «La Lectio Divina, la lettura meditativa e orante della Sacra Scrittura in particolare dei Vangeli, va fatta da ciascun cristiano che abbia un minimo di cultura di base e intenda percorrere un cammino spirituale serio (...). Io non mi stancherò di ripetere che è uno dei mezzi principali con cui Dio vuole salvare il nostro mondo occidentale dalla rovina morale che incombe su di esso per l'indifferenza e per la paura di credere» (Itinerari educativi - Milano 1988 p. 63).

La Lectio Divina è un metodo varato già nell'Antico Testamento da profeti e uomini di fede. Ripreso poi dai più antichi padri, durò nella Chiesa per più di quindici secoli, dando frutti di santità e opere di spiritualità insaporite dalla Parola.

Il Concilio Vaticano II lo ha offerto nuovamente alla nostra attenzione quando «esorta con ardore tutti i fedeli ad apprendere "la sublime scienza di Gesù Cristo» soprattutto con la frequente lettura della Sacra Scrittura. "L'ignoranza della Scrittura, infatti, è ignoranza di Cristo".

(...) Si ricordino [i fedeli] che la lettura dev'essere accompagnata dalla preghiera, affinché possa svolgersi il colloquio tra Dio e l'uomo; perché quando preghiamo parliamo con Lui; Lui ascoltiamo quando leggiamo gli oracoli divini» (DV 6, 25).

La «Lectio Divina» avviene, dunque, attraverso precisi momenti: l'invocazione dello Spirito Santo, la lettura, la meditazione, la preghiera la contemplazione.

Invocazione dello Spirito

Abbiamo parlato della necessità di coinvolgere anche il nostro corpo nella preghiera. Ebbene, appena mediante respirazioni ben fatte ci rilassiamo ed

entriamo in pieno silenzio e raccogliamoci profondi, eccoci a invocare lo Spirito.

Mi metto, umile, sulla sua lunghezza d'onda, chiedendo che Consumi in me qualsiasi resistenza anche inconscia, Purifichi il mio cuore e mi metta in grado di sperimentare che la Parola «è spirito e vita» (cf Gv 6, 63), non un testo qualsiasi, ma «luce ai miei passi» (51 118).

Lo Spirito come già è stato detto - è il grande e indispensabile aiuto a interpretare e a pregare quel che è stato ispirato da Lui agli autori sacri. Senza lo Spirito Santo ci affaticheremmo invano su un libro che resterebbe «sigillato».

Leggere la Parola

Si tratta di leggere lentamente e non una volta sola il testo proposto o dallo stesso ciclo liturgico o da una scelta oculata (meglio ancora se consigliata) di un libro biblico con buoni commenti che permetta no di entrare nei significati precisi, senza il pericolo di equivocare.

Bisogna leggere con attenzione, cogliendo chi sono i personaggi descritti, quali sono le azioni che emergono, che si concatenano o si oppongono tra loro, quali i sentimenti che affiorano, quali le idee e il tema portante che s'impone.

Il card. Carlo Maria Martini consiglia di leggere con la penna non solo con gli occhi, per essere aiutati a cogliere ciò che è più importante.

Sottolineo i verbi magari in rosso, inquadro il soggetto principale, includo in un cerchio quel che più mi colpisce e sottolineo due volte quel che per me è il punto centrale del brano.

E' in questo modo che scopro elementi nuovi anche in pagine che mi pareva di conoscere da sempre.

E' bene poi chiedersi: in quale altro brano ho già trovato situazioni o frasi analoghe a quelle che ho letto? Anche valendosi delle note e dei richiami citati, cerco il testo, lo confronto impegnandomi a cogliere somiglianze o differenze.

Soprattutto se è un testo evangelico, la mia attenzione deve lasciarsi afferrare dalla Persona del Cristo.

Atteggiamenti, parole, esclamazioni, sguardi, cenni: non c'è nulla che, se colto con attenta lettura, non sia rivelazione per me della sua personalità umana e divina, unica al mondo e presente qui e ora, come Risorto accanto a me.

Meditare

E' il momento in cui penetro a fondo il testo mediante quel che gli antichi padri chiamavano «*ruminazione*».

Rifletto su quanto ho letto, ma col fervore del cuore, illuminato e riscaldato dallo Spirito Santo.

Le parole che ho letto e riletto (in modo particolare alcune) acquistano un'evidenza speciale. Emergono come atteggiamenti di Dio da sempre e per sempre o come atteggiamenti dell'uomo di ogni tempo.

Si tratta della onnipotenza e bontà del Signore, della sua misericordia della sua fedeltà, della sua pazienza, del suo amore senza limiti, al di là d'ogni mia possibilità d'intendere. E si tratta pure della paura, della fragilità, dell'esitazione, della caduta dell'uomo e anche della sua speranza, della sua fiducia, del suo essere destinatario della tenerezza di Dio e della sua salvezza.

Tutto questo diventa provocatorio in ordine a me, alla mia vita personale.

Mi lascio afferrare da quanto più mi colpisce.

E' il Signore che mi parla nell'«oggi», e mi dice

ed esige quel che forse ieri non mi diceva e non esigeva.

Senza cadere in psicologismi e prolungati esami di coscienza, guardo quel che deve cambiare nella mia mentalità: dalla mia procuro di passare a quella di Cristo.

Pregare

In questo momento quello su cui mi son fermato a riflettere diventa oggetto del mio parlare al Signore, del mio entrare in dialogo con Lui.

Nella luce dello Spirito Santo (sempre presente ai vari momenti della mia «Lectio»!) percepisco che quanto ho letto era diretto a me personalmente dal Signore. Ora gli rispondo con piena fiducia.

Non devo cercare parole ed emozioni.

E' il testo che si apre a me; per cui posso utilizzare le stesse sue parole, rivolgendole a quel TU da cui

invoco ciò che la pagina biblica mi ha detto, o al quale rendo grazie con cuore dilatato.

Così vengo esprimendo fede, speranza e amore. E la mia preghiera tende a dilatarsi: abbraccia familiari, amici, compagni di studio, di lavoro e d'impegno missionario. Chiamo il Signore con le frasi semplici e profonde delle Scritture. Gli parlo lentamente, dalle profondità del mio essere che si espande e si esprime nella sua Parola, abbracciando in essa la Chiesa, l'umanità intera.

Contemplare

La contemplazione segue necessariamente la preghiera ben fatta. Non è altro che stupore, ammirazione, gioia del cuore nel momento in cui, tramite lettura, meditazione e preghiera, percepisco di essere infinitamente e teneramente amato da Dio.

Le parole vengono meno. Anche quelle del testo sacro.

All'orizzonte del mio spirito resta solo il Signore. Avverto la sua presenza, la mia persona è sfiorata da Lui, è penetrata dal suo Amore.

Al di là della pagina che ho letto meditato e pregato, emerge il suo mistero: un orizzonte infinito. Così vengo rapito dalle cose che passano e sono inondato dal gusto soavissimo di ciò che dura, soprattutto dall'Amore senza confini di Colui che «per primo mi ha amato» e mi è fedele per sempre.

Lascio dunque che lo Spirito agisca in me, esaltando quella dimensione contemplativa che è tipica di ogni essere umano. E do credito a un'asserzione più volte ripetuta da uno dei massimi teologi dei nostri tempi: «Ogni uomo è capace di vera esperienza di Dio» (Karl Rahner).

La condivisione della Parola

Quando la Lectio viene proposta a un gruppo, dopo un tempo di «deserto» in cui ciascuno s'impegna in solitudine a «ruminare» la Parola percorrendo le tappe di cui sopra, è molto proficuo mettere in comune alcune «risonanze» della Parola stessa.

Anticamente questo momento era chiamato «collatio»: un termine latino che include l'idea di mettere insieme qualcosa, perché diventi un bene comune. E' partecipare agli altri qualcosa di mio. E accogliere dagli altri le loro esperienze spirituali come dono.

E' molto importante, soprattutto per gruppi di animatori, verificare il cammino di crescita in funzione di annuncio, proprio tramite questo guardarsi coraggiosamente negli occhi, buttando a mare timidezze ed

esasperati pudori della propria intimità spirituale. In fondo, questo è il momento di una verità che diventa dono.

Dopo aver meglio conosciuto il Signore e aver guardato in faccia quel che alla luce della Parola ho visto che in me deve cambiare, realizzo l'esproprio.

In semplicità, lungi da esibizioni o da sforzi artificiali, comunico la mia esperienza sull'impatto del brano letto con la mia vita, senza preoccuparmi dell'eloquio più o meno forbito, né dell'impressione che può fare quel che dico su chi ascolta.

Bado perciò a uscire dalla tentazione del generico. Sono io che ho sentito affondare in me la Parola come spada, io che l'ho avvertita come luce. Sulla mia realtà. Non su quella di un anonimo uomo d'oggi o di duemila anni fa.

- Bisogna dunque «donare» la propria personale esperienza della Parola, dentro la propria peculiare esistenza. Se altri ha già detto qualcosa di simile a quello che devo dire io, niente paura. Ripeterò, ma con accenti miei, perché è nel mio cuore che la Parola ha provocato una risonanza, che si colora del mio proprio essere personale, unico al mondo.

S. Gregorio Magno, che oltre ad essere papa e dottore della Chiesa, fu monaco benedettino, soleva dire che a volte, proprio durante la «collatio», gli avveniva di sentirsi illuminare il cuore da alcune risonanze dei suoi confratelli. Così qualche particolare del testo sacro, che non gli aveva parlato durante la sua «lectio» privata, d'improvviso lo investiva efficacemente durante questo reciproco, comunitario dono dei beni più alti che appunto sono le cose di Dio, capite attraverso il suo Spirito.

CAPITOLO IX

DALLA PAROLA PREGATA ALLA FEDE INCARNATA NEL QUOTIDIANO, ALLA MISSIONARIETÀ DELL'ANNUNCIO

Abbiamo puntualizzato un metodo che mette in grado di «respirare» la Parola.

Si tratta di vedere come quella Parola che ho pregato, leggendo, meditando, entrando in colloquio col Signore e contemplando, si salda alla vita.

Anzitutto si tratta di memorizzare quella Parola che più mi ha colpito nella Lectio Divina: una memorizzazione che non è tanto l'esercizio intellettuale della memoria quanto un vivo ricordare col cuore alla Presenza di quel Dio che è sempre con me e a cui totalmente mi affido.

So di persone che si aiutano scrivendo la frase biblica pregata al mattino su un biglietto da porre sullo scrittoio o sull'armadio nella propria camera; so di qualcuno che, trascorrendo gran parte della mattinata in cucina, la scrive su un biglietto adesivo che mette sul frigorifero.

Se, per esempio, la frase che mi ha particolarmente colpito ruminandola e pregandola nella Lectio Divina è: «Affrettiamoci a conoscere il Signore, la sua venuta è sicura come l'aurora. Verrà come (...) la pioggia di primavera che feconda la terra» (Osea 6,2) ritornandovi con la memoria nel cuore, dirò al Signore, andando e venendo per la casa o per la strada: «Fà che io ti conosca sempre più. Fa che mi unisca a te. Fammi credere che Tu sei il Dio che viene ad ogni istante nella storia mia e degli altri. Vieni, Signore Gesù! Feconda la mia vita e quella delle persone a me affidate, fecondala per il tuo Regno».

Ho espresso con queste frasi ciò che diventa, lungo il giorno, un atteggiamento e una preghiera esistenziale più che vocale, un lungo sguardo rivolto al Signore più che uno sciorinare parole.

E', dunque, necessario che la Parola memorizzata, dimori viva nel cuore, quella precisa Parola che mi ha colpito e provoca in me, lungo il giorno, concreti frutti spirituali.

Frutti della Parola pregata

Il primo frutto è l'uscire dall'isolamento (soprattutto, nel caos della vita moderna, quanta gente si sente isolata!) per passare alla feconda e ricca solitudine, che è il «cuore a cuore» con Dio. E' il gusto, la consolazione della Parola che fa emergere sempre più il Signore vivo nel mistero della sua Presenza dentro il mio quotidiano. Anche se percorro strade affollate, la Parola, che risuona dentro di me, a Lui mi riconduce, in Lui mi fa dimorare con gioia sponsale.

Il secondo frutto è la capacità di discernimento che, come dice Cuilman, è la capacità di prendere in ogni momento la decisione etica conforme al Vangelo.

Questo discernimento, che è possibile solo a chi familiarizza per consuetudine di vita con la Parola, è diversa dalla capacità di scelta.

Nella scelta sono io che opero, coi miei mezzi umani. Nel discernimento è lo Spirito Santo che mi guida, facendomi comprendere quel che devo fare attraverso un'illuminazione interiore che trae forza e ragione d'essere dalla «mentalità biblica»: quel che appunto vengo acquisendo nel quotidiano rivisitare e ruminare la Parola.

Gli stessi fatti della mia storia e quella del mondo in cui vivo, la cronaca d'ogni giorno con le sue realtà positive e negative: tutto io devo venire confrontando con la Parola. Ed è la sua luce che mi aiuta a cogliere i «segni dei tempi» e a discernere, anche attraverso assurdità e dolore, la fame e sete di Dio che grida nell'uomo, nel giovane d'oggi, anche quando egli ne è inconsapevole e batte vie sbagliate.

Così chi ascolta la Parola non può essere «scollato» dalla vita, ma al contrario sempre più in essa «s'incarna», dentro una spinta che è triplice: di conversione personale, di discernimento di ciò che il Signore vuole e di urgenza evangelizzatrice.

La conversione permanente

La *conversione* come atteggiamento di fondo permanente provocato dalla Parola è, secondo l'etimologia del termine, un continuo volgersi verso Cristo: l'unico modo per romperla con «le opere della carne», cioè con quegli atteggiamenti e azioni peccaminose proprie del «mondo» (nell'accezione negativa del termine) come dice s. Giovanni che «è tutto posto sotto il potere del maligno» (IGv 5,16).

Bisogna farla finita - ha detto il teologo K. Barth - di far solo da spettatori di fronte alla Parola.

D'altra parte, appena le presto un'attenzione che venga dall'autenticità del mio cuore in ascolto, non

posso barare.

La Parola m'interpella personalmente e con forza. Non è un personaggio qualsiasi colui che parla, ma è Dio stesso. E parla proprio a me.

E attende una risposta da me: non rimandabile, non generica, non elusiva, ma pertinente la verità che mi propone in ordine alla mia realtà esistenziale, storica, nell'oggi che sto vivendo.

E' poi importantissimo notare che il suo non è un gettarsi allo sbaraglio d'una sfida impossibile alle mie povere forze. Al contrario, *proprio nella sua Parola, Dio si rende garante del mio poter fare pieno affidamento su di Lui, sul suo aiuto che verrà a me certamente.*

«Nulla è impossibile a Dio» (Lc 1,37). «Tutto è possibile a chi crede» (Mc 9,23). «Dio rimane fedele perché non può rinnegare se stesso» (2 Tm 2,13). «Quando sono debole, allora sperimento in me la forza di Cristo» (2Cor 12,10).

E potremmo citare a non finire espressioni atte a farci entrare in una dinamica di conversione permanente attraverso un grande respiro di fiducia, che dà coraggio e audacia nella lotta quotidiana.

E dunque di estrema importanza non solo studia-

re la Scrittura e farsi un corredo di citazioni per proporre, annunciare e far conoscere Cristo agli altri, ma anzitutto è indispensabile pregarla nella «Lectio Divina» e lasciarla entrare nella vita.

Non vado alla Parola come a un ricco bagaglio di cose da imparare e da annunciare, o per lo meno non prioritariamente per questo. Accedo invece con venerazione alla Parola come al «luogo» privilegiato del mio incontro personale con la persona di Cristo: coi suoi sentimenti, con le sue idee, con le sue valutazioni, con tutta la sua carica umano-divina di Amore e Salvezza.

Sono io che nella Parola «capovolgo» me stesso. Da pagano che tendo sempre ad essere per quel materialismo che «mi si appiccica» a causa della mia natura decaduta e del contatto con la mondanità, ritento ogni volta di lasciarmi afferrare da Cristo.

Il discernimento del progetto di Dio su di me

Così mi accorgo che ogni giorno la Parola costituisce una chiamata. E' il Signore che mi sta amando, che mi chiama per nome e mi indica la strada da seguire.

Il discernimento, di cui già s'è parlato, avviene soprattutto da un punto di vista vocazionale. Dirò spesso col biblico Samuele: «Parla, o Signore, che il tuo servo ti ascolta».

E attraverso la Parola mi avverrà di capire a poco a poco, o anche d'un tratto, il progetto del Padre su di me.

Alle origini di clamorose vocazioni troviamo qualche espressione biblica che s'è fatta bagliore esistenziale. Basti pensare a s. Antonio che, ricco possidente, inizia una vita di penitenza e di contemplazione, avendo preso sul serio quel monito «Va', vendi quel che hai e dallo ai poveri» (Mt 19,21).

E come non ricordare s. Agostino che incominciò la sua rivoluzione interiore dopo aver letto «comportiamoci dignitosamente... non in lussuria e dissolutezza. Rivestitevi invece del Signore Gesù Cristo e non abbiate per il corpo tutte quelle attenzioni che ne favoriscono la concupiscenza»? (13,13-14).

Anche s. Francesco trova la chiave della sua vocazione in quel versetto evangelico: «Chi vuol venire dietro a me, rinneghi se stesso, prenda la sua croce e mi segua» (Mt 16,24).

La piccola s. Teresa di Lisieux, assetata di realizzare non una, ma tutte le vocazioni, dove trova l'illuminata risposta? Leggendo nella lettera di s. Paolo ai Corinti che «l'Amore tutto copre, tutto spera, tutto sopporta, l'amore non finisce mai,... l'amore è più grande di tutto» (1Cor 13,7.8.13). Capì in tale modo che «l'amore, fra tutte, è la via più eccellente».

E' la Parola che, interpretata e vagliata anche da chi mi guida spiritualmente, mi dice su che strada, in concreto, il Signore mi vuole: se in una laicità impegnata o nel sacerdozio o nella vita religiosa.

La missionarietà come urgenza evangelizzatrice

A questo punto, ecco, scaturisce da sé che la Parola mi provoca in cuore l'urgenza di evangelizzare, ossia di annunciare anche agli altri la «buona notizia» che sta cambiando e rendendo colma di speranza la mia vita, per ogni strada indicatami dal Signore.

Tutto nasce dal credere fino in fondo che il Signore è all'opera con noi, è la nostra forza, il nostro sostegno.

Così la sua Risurrezione, vera leva della storia, si pone come pegno, per ciascuno di noi, d'ogni nostra vittoria soprattutto sull'ultimo nemico: la morte. Ma non solo, essa diventa la ragione di una fede che va comunicata per contribuire con tutte le nostre forze a cambiare un mondo oscurato da tanta disperazione e

da tanta mancanza di «significato».

Quando Maria di Magdala ha riconosciuto presso il sepolcro che l'uomo con cui parlava era il Signore, corre ad annunciare il Risorto, con dentro un'ansia evangelizzatrice ch'era ormai la ragione del suo esistere.

Quando la samaritana è stata interamente afferrata da Cristo che le si è rivelato come Salvezza, non ha potuto tenere per sé l'esperienza. E' corsa in città e lo ha detto, lo ha gridato per le strade, fino a tornare con tanta gente al pozzo dov'era Gesù.

Così avverrà di ciascuno di noi. Se ci impegniamo a lasciarci provocare personalmente dalla Parola di Dio, se accettiamo di ascoltare Gesù, di accoglierlo in un cuore purificato, se rimaniamo in Lui mentre le Sue parole rimangono in noi (Cf Gv 15,7), qualcosa sicuramente succede. E' anzitutto un evento di gioia, di freschezza, di ringiovanimento spirituale: una ventata di Spirito Santo nella nostra vita.

E, per questa realtà che possiamo senza sforzo chiamare pentecostale, succede quel che accadde alle origini del cristianesimo. In una situazione socioculturale per molti versi simile alla nostra, i discepoli poco numerosi e poveri, ebbero l'ardire di annunciare il Cristo a gente pagana immersa fino al collo in sicurezze materiali e molto chiusa a tutto quello che poteva alludere a un Dio incarnato, morto sull'infamante patibolo della croce e risorto.

Così, oggi, in un «mondo secolarizzato che non dà più, attraverso le sue strutture, le norme implicite dell'agire cristiano» (card. C.M. Martini) è urgente la presenza di missionari dal cuore contemplativo.

Solo gente che annuncia perché ha veduto, convince.

E questo da sempre. Ma oggi in modo particolare.

«Quello che noi abbiamo udito, quello che noi abbiamo veduto coi nostri occhi, quello che noi e ciò che le nostre mani hanno abbiamo contemplato toccato, ossia il Verbo della vita... di Lui rendiamo testimonianza e Lui vi annunziamo» (1 Gv 1,1-2).

Non c'è missionarietà autentica che non affondi qui le sue radici.

Capitolo X

LA PAROLA DI DIO RIVELA LA SUA IDENTITÀ

o

Capisco il senso e l'importanza della Parola di Dio nella preghiera e nella vita, se la colgo così come essa si propone e si va definendo nella Bibbia. Sono numerosissimi i tratti che di se stessa dà la Parola. Qui vediamo di enuclearne alcuni.

Le «immagini» che si riferiscano alla Parola - Luce ai miei passi è la tua Parola (51 118).

- Come il fuoco è la Parola e come il martello che spacca la roccia (cf. Ger 23,29).
- Come il seme è la Parola che porta frutto in un cuore che l'ascolta l'accoglie e la vive)cf Mc 4,13-20; Mt 13,18-23; Lc 8,11-15).
- Come la neve e la pioggia primaverile è la Parola nel suo fecondare il cuore di chi l'accoglie, facendovi germogliare il bene (cf Is 55,10-11).
- Più tagliente di spada a doppio taglio, la Parola penetra a fondo nel nostro cuore e nel nostro spirito, mettendo a nudo i sentimenti anche più reconditi (cf Eb 4,12).
- Più del miele è la Parola a chi la riceve in docilità a Dio (Si II 8,103).

Le qualifiche della parola

«dura in eterno, Signore, la tua Parola, stabile come il cielo» (Si 119,89; cf Is 40,8; Mt 24,35; Gv 6,68; 1 Pt 1,23-35).

-Purissima Purissima è la tua Parola (Si

119.40: cf anche 2Sam 22.31:S1

12.7; 18,31; Pr 30,5).

-Santa Si ricordò della sua santa Parola

(Si 119,40; cf 2 Sani 22,31; Pr 30,5).

-Certa e verace Queste parole sono certe e veraci (Ap 19,9; cf Dn 10,1; 2 Sani 7,28; Ef 1,13).

-Buona Buona è la Parola del Signore (Is 39,8; cf Gs 23,15; 2 Re 20,19).

-Benefica Non son forse benefiche le sue Parole? (Mi 2,7).

-Viva ed efficace La Parola di Dio è viva ed efficace (Eb 4,12; cf 6,25; Sir 39,17; Is 55,103).

Le azioni della Parola

-Crea Tutto hai creato con la tua Parola (San 9 1. cf Si 33 6. 2Pt 3 5 7)

-Genera Ci ha generati mediante la Parola di Verità (Gc 1,18).

-Rigenera Siamo stati rigenerati da un seme immortale, cioè la Parola viva ed eterna (1 Pt 1 23)

-Sorregge Le tue Parole hanno sorretto chi vacillava (Gb 4,4).

-Guarisce La sua Parola li fece guarire (Si 107,20; cf Le 7,6-7; Mt 8,8).

-Purifica Voi siete già mondi per la Parola che vi ho annunziato (Gv 15,3; 1 Pt 1 23)

- Dà pace* Lascia che il tuo servo vada in pace, secondo la tua Parola (Le 10,5-6)
- Allieta* Sono beati coloro che osservano la Parola di Dio (Lc 11,28).
- Illumina* La tua Parola nel rivelarsi na(S1 118,103).
- Santifica* Ciò che viene da Dio viene ficato da Dio (1 Tm 4,43).
- Crea stupore* Erano meravigliati delle Parole grazia che uscivano dalla sua bocca (Lc 4,22; Mt 13,54; 19,25; Mc 6,2; 10,24).

Sostanzialmente

- Spirito e vita* (Gv 1,4; 6,63)
- La nostra vita* (Dt 32,47; Gc 1,21)
- *Vita eterna* (Gv 6,68)

A MARIA
MADRE E CUSTODE DELLA PAROLA

O Maria, madre della nostra fede,
del nostro desiderio di «vivere Cristo»
e di gridare al mondo
la lieta notizia della salvezza,
aiutaci a pregare la Parola.
Tu che l'hai accolta e ascoltata
custodendola a lungo nel silenzio del cuore,
insegnaci a non aggredire Dio
col bla-bla di troppe nostre parole
«alla maniera dei pagani»,
ma a scavare sempre più autentici
spazi di silenzio,
per un *vigile ascolto*
che diventi *piena accoglienza della Parola*
come avviene della soffice terra buona
quando accoglie il seme a primavera.
Tu, che sei beata
perché hai creduto all'adempimento della Parola, estirpa, fin dalle radici
tutto quel che in noi si oppone ad una fede piena, irradiante nei giorni come solare fiducia, e donaci di
affidarci totalmente alla Parola, scegliendola come «pietra angolare», come viva «roccia» su cui edificare
la vita.

Tu che ci hai dato una sola consegna: «Fate tutto quello che Egli vi dirà» aiutaci a compiere la Parola di
Gesù,
a vivere ogni suo insegnamento con cuore libero, semplice e disponibile, fino a diventare pagina viva di
Vangelo in preda al vento dello Spirito che ancora ringiovanisce il mondo.

Tu, Vergine della speranza,
nonostante il cuore trafitto dalla spada,
Tu, partecipe nello spirito
alla passione e morte del Figlio,
eppure presaga nel cuore della sua risurrezione,
aiutaci a perseverare nella Parola:
a pregarla, ad assimilarla e a viverla nei giorni lieti
e in quelli gravi di fatica e dolore.
Perché è dal nostro consentire come Te alla Parola
che crescerà in noi l'uomo nuovo:
l'uomo del cuore e della speranza,
l'uomo sgusciato dal vecchio bozzolo dell'egoismo,
abilitato dallo Spirito Santo ad amare.

O Maria, madre della nostra gioia di appartenere a Dio,
dacci di cantare la vita
generati per te a Cristo,
bambini del Regno,
alimentati dal puro latte della *Parola*,
dacci di cantarla
come eco del Tuo «Magnificat»
perché ogni guglia del monte
e ogni abisso del mare,
ogni duna del deserto

e ogni zolla del campo,
ogni fiore che sboccia
e ogni cuore dell'uomo,
prorompa nel tuo grido:
«Magnifica l'anima mia il Signore,
esulti in Dio, mio Salvatore».

CONCLUSIONE

Dopo aver tentato di dire quel che mi è parso più importante in ordine alla Parola, sento il bisogno di puntualizzare che la Parola è come un pozzo profondo. Più vi attingo, più capisco che c'è acqua per la mia sete. Ed è più l'acqua che sfugge che quella che riesco a bere.

Non finiremo mai di penetrare la Parola, di comprenderne il significato.

Non posso pretendere di capire tutto, né in tutta fretta.

Quel che cerco lo troverò (Gesù l'ha detto!), ma in più riprese, non senza fatica e in umile pazienza.

Proprio meditando e custodendo la Parola nel suo cuore, Maria ha potuto donare a questa Parola Eterna un Corpo.

E' accogliendo Lei nella mia vita, come *modello e aiuto del mio pregare la Parola, che della Parola vivrò e la Parola con gioia annuncerò ai fratelli, testimoniando Cristo nel mio quotidiano.*

Amare dunque la Sacra Scrittura e la Chiesa *che ogni giorno nella liturgia spezza la Parola e la dona come il buon pane quotidiano, amarle entrambe nel cuore di Colei che è «custode della Parola» e «Madre della Chiesa», amare e pregare, vivere e annunciare: questo è tutto nel tempo, fino agli splendori svelati della vita eterna*

INDICE

Presentazione	Pag. 5
Pregare per annunciare	» 7
Le convinzioni preliminari	» 17
Un trinomio indispensabile:	
amarsi, dimenticarsi	» 21
Pregare per vivere.....	» 27
Condizioni per pregare	» 35
Il coraggio di pregare la Parola.....	» 41
Gli atteggiamenti di fondo	» 49
Un metodo alla prova di millenni .	» 57
Dalla Parola pregata alla fede nel quotidiano e alla missionarietà l'annuncio	» 65
La Parola di Dio rivela la sua identità	» 73
A Maria madre e custode della Parola	» 76
Conclusione.....	» 79

Sommario

CAPITOLO I PREGARE PER ANNUNCIARE.....	6
Dove nasce la conversione	6
Lo Spirito, protagonista della preghiera.....	6
Una spada che libera	7
Preghiera e senso della vita	8
CAPITOLO II LE CONVINZIONI PRELIMINARI	9
Una persuasione di fondo.....	9
CAPITOLO III UN TRINOMIO INDISPENSABILE: CONOSCERSI, AMARSI, DIMENTICARSI.....	11
Conoscersi.....	11
Amarsi.....	11
Dimenticarsi	12
CAPITOLO IV PREGARE PER VIVERE	13
Valori di base	14
CAPITOLO V CONDIZIONI PER PREGARE	16
Liberi dalla schiavitù del «troppo avere».....	16
Per essere rilassati	16
CAPITOLO VI IL CORAGGIO DI PREGARE LA PAROLA	19
La Parola di Dio: universo vivente.....	19
Incontro con la Parola, incontro con il Cristo	20
CAPITOLO VII GLI ATTEGGIAMENTI DI FONDO	22
Una fede viva	22
La forza dell'umiltà	22
L'attitudine all'ascolto	23
Il raccoglimento	23
Perseverare nella Parola	24
CAPITOLO VIII UN METODO ALLA PROVA DI MILLENNI	25
Invocazione dello Spirito	25
Leggere la Parola.....	25
Meditare	26
Pregare.....	26
La condivisione della Parola	26
CAPITOLO IX DALLA PAROLA PREGATA ALLA FEDE INCARNATA NEL QUOTIDIANO, ALLA MISSIONARIETÀ DELL'ANNUNCIO	28
Frutti della Parola pregata	28
La conversione permanente.....	28
La missionarietà come urgenza evangelizzatrice	29
Capitolo X LA PAROLA DI DIO RIVELA LA SUA IDENTITÀ	31
A MARIA MADRE E CUSTODE DELLA PAROLA	33
CONCLUSIONE	35