

ANGELO COMASTRI

SIGNORE, INSEGNACI A PREGARE

senza preghiera si muore... nell'anima



Testi: **Cardinale Angelo Comastri**

© Editrice Shalom – 5.03.2020 San Lucio

© Libreria Editrice Vaticana (testi Sommi Pontefici)

© 2008 Fondazione di Religione Santi Francesco d'Assisi
e Caterina da Siena

© Photo Courtesy Mother Teresa Center

ISBN 978 88 8404 654 3

Per ordinare questo libro citare il codice 8999



SHALOM
editrice

Via Galvani, 1
60020 Camerata Picena (AN)

Tel. 071 74 50 440

dal lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 19:00
sabato dalle 9:00 alle 17:00

Numero Verde
800 03 04 05 solo per ordini

Fax 071 74 50 140

in qualsiasi ora del giorno e della notte

ordina@editriceshalom.it

www.editriceshalom.it

L'editrice Shalom non concede diritti d'autore (né patrimoniali né morali) all'Autore del presente libro.

INDICE

| | |
|---|-----|
| PREFAZIONE... da leggere! | 6 |
| CAPITOLO 1 | |
| SIGNORE, INSEGNACI A PREGARE! | |
| Reflectioni sulla preghiera | 12 |
| CAPITOLO 2 | |
| LA NECESSITÀ DELLA PREGHIERA | |
| Tre richiami autorevoli e un'esperienza di vita | 38 |
| CAPITOLO 3 | |
| ESEMPI DI PREGHIERA | |
| SAN FRANCESCO D'ASSISI: | |
| UN UOMO IMPASTATO DI PREGHIERA | 48 |
| MADRE TERESA DI CALCUTTA: | |
| «UNA POVERA SUORA CHE PREGA» | 67 |
| CAPITOLO 4 | |
| L'ULTIMA PREGHIERA DELLA BIBBIA | |
| Spunti di meditazione sulle realtà ultime | 76 |
| CAPITOLO 5 | |
| PREGHIERE | |
| A GESÙ | 106 |
| ALLA BEATA VERGINE MARIA | 114 |
| AI SANTI | 120 |
| PREGHIERE IN FAMIGLIA | 130 |

PREFAZIONE

... da leggere!

Per introdurvi al tema affascinante e attualissimo della preghiera, ho pensato di proporvi il racconto di una singolare esperienza dello scrittore russo Aleksandr Isaevič Solženicyn. Nel 1962 egli pubblicò il suo primo romanzo intitolato: *Una giornata di Ivan Denisovič*, nel quale raccontava una storia di prigionia in un campo di concentramento stalinista

Era il periodo euforico della destalinizzazione; e Kruscev stesso, dinanzi a un’assemblea di intellettuali, giudicò l’opera di Solženicyn una di quelle che «aiutano il popolo nella sua lotta per la società nuova, lo uniscono e consolidano le sue forze».

La narrazione dello scrittore russo ci descrive una delle tremilaseicentocinquantatré giornate che Ivan Denisovič trascorre in un gulag, facendo comunque notare che per il povero forzato si tratta di «una bella giornata quasi felice».

È facile intuire che il povero Ivan è l’autore stesso, il quale sintetizza, in questa «bella giornata quasi felice», tutto l’orrore che ha suscitato in lui quel luogo, dove «un uomo lo si può rovesciare come un guanto»; dove, «dopo una giornata di vento, di gelo, di fame, un mestolo di zuppa di cavoli conta più della libertà di tutta la vita passata e di tutta la vita futura e dove, a sera, il detenuto può essere felice di essere riuscito a sopravvivere».

Il lavoro forzato, l’essere contato e ricontato come se fosse una pecora, la coscienza di trovarsi in balia di un tiranno e non della giustizia, anche se umana e fallibile, portano all’annientamento spirituale dell’uomo, al disfacimento del suo senso morale rendendolo cattivo, crudele,

spietato ed egoista sino al punto che «il peggior nemico del prigioniero è il prigioniero stesso».

Ma nella cupa notte dell'oppressione, in quello che sembra il dominio dei lupi, una fiammella brilla e dà speranza: è la fede di chi è prigioniero per averla custodita, difesa e propagata; la fede del giovane Aljoška, il quale «guarda il sole e si rallegra» e «ha il sorriso sulle labbra», nonostante tutto. Egli è riuscito a portare con sé, in quell'inferno, un taccuino «sul quale aveva ricopiato una metà del Vangelo»; sino a quel momento, ha salvato il prezioso libricino dalle continue perquisizioni ed è felice. Ogni sera, alla fioca luce della lampada che rimane accesa nella fredda baracca, legge e prega. Ivan lo ascolta, perché il suo giaciglio è proprio sopra quello di Aljoška. Quella sera si sente dire: «“Vedete bene, Ivan Denisovič, che l'anima vostra aspira a rivolgere una preghiera a Dio. Perché non la lasciate fare?”.

Ivan guardò di sbieco Aljoška. Vide i suoi occhi rilucere come due candele. Sospirò: «Perché, Aljoška, le preghiere sono come le domande scritte, o non arrivano a destinazione o vengono respinte».

«Voi, Ivan Denisovič, avete pregato poco, male, senza zelo, per questo le vostre preghiere non vengono esaudite. La preghiera deve essere continua! E se avrete la fede, e direte alla montagna: muoviti! Essa si muoverà».

Ivan ebbe un sorriso ironico e si arrotolò un'altra sigaretta. Se la fece accendere da uno degli estoni.

«Smettila di parlare al vento, Aljoška!... Voialtri Battisti avete pregato tutti in coro, nel Caucaso, ma almeno un monte l'avete spostato?».

Erano poveri “cristi” anche loro: che male potevano fare, pregando Iddio? Eppure, si erano buscati, tutti, venticinque anni a testa. Perché adesso è così: venticinque anni a chiunque.

“Ma non abbiamo pregato per questo, Ivan Denisovič, – tentava di convincerlo Aljoška. – Il Signore ci ha insegnato che di tutte le cose terrene e periture dobbiamo pregare soltanto per il pane quotidiano. ‘Dacci oggi il nostro pane quotidiano!’”.

“La razione, vuoi dire?”, chiese Ivan.

Ma Aljoška non si arrendeva: voleva convincerlo, più con gli occhi che con le parole, e gli accarezzava la mano:

“Ivan Denisovič! Non bisogna pregare affinché ti mandino un pacco o ti diano una scodella di brodaglia in più. Ciò che è importante per gli uomini, è niente dinanzi al Signore! Bisogna pregare per lo spirito, affinché il Signore ci levi dal cuore la schiuma della cattiveria”.

[...] Ivan tornò a sdraiarsi... Si immerse nei propri pensieri, senza ascoltare il borbottare di Aljoška.

“Insomma, – concluse – prega finché vuoi, ma la pena non te la riducono. Dovrai scontarla dal principio sino alla fine”.

“Ma non è per questo che si deve pregare!”, inorridì Aljoška. “Che t’importa della libertà? In libertà, gli ultimi resti della tua fede verranno soffocati dalle cattive erbe! Devi essere contento di essere in prigione! Qui, hai tutto il tempo per pensare all’anima!”. [...]

Ivan guardava il soffitto, in silenzio. Non sapeva più nemmeno lui, se voleva tornare libero o no. [...] Né si sapeva dove la vita sarebbe stata migliore, se qui o laggiù. [...]

Aljoška non mentiva quando diceva che era contento di essere in prigione: lo si capiva dalla sua voce e dai suoi occhi...

“Vedi, Aljoška”, gli spiegava Ivan, “il tuo ragionamento fila liscio: Cristo ti ha detto di andare in prigione, ed è per Cristo che ti trovi qui. Ma perché sono stato messo dentro io?”».

La domanda rimase senza risposta, poiché un ennesimo

controllo notturno, con relativa conta, lo impedì. Eppure la risposta era stata già data: «Bisogna pregare per lo spirito, affinché il Signore ci levi dal cuore la schiuma della cattiveria!».

La cattiveria è il vero male dell'uomo, liberarsene è opera dell'uomo, senza dubbio; ma gli è impossibile senza l'aiuto di Dio: in questo continuo dialogo con Dio l'uomo purifica il suo cuore, si scopre amato e ama. È questo il grande motivo della necessità della preghiera.

Dovunque siamo, quindi, dobbiamo fare nostra la preghiera di Ivan: «Signore, toglici dal cuore la schiuma della cattiveria!».

Com'è bella, com'è consolante, com'è vera e attualissima la testimonianza di questo prigioniero di uno sperduto gulag dell'immensa Russia!

La sua lezione è valida anche per noi in questo momento.

Cardinale Angelo Comastri

CAPITOLO 1





SIGNORE, INSEGNACI A PREGARE!

Riflessioni sulla preghiera

Ti auguro la pace del cuore nel nome di Gesù per intercessione di Maria! E ti invito a fare due passi insieme a me verso l'incontro più bello e affascinante: quello con Dio nella preghiera!

Si può veramente incontrare Dio e si può parlare con lui: anzi, la qualità della vita dipende da questo incontro (non da altri!) e da questo dialogo (non da altri!).

Papa Giovanni Paolo II ce lo ha ricordato con parole lucidissime: «Sì, carissimi fratelli e sorelle, le nostre comunità cristiane devono diventare *autentiche* “scuole” di preghiera, dove l'incontro con Cristo non si esprima soltanto in implorazione di aiuto, ma anche in rendimento di grazie, lode, adorazione, contemplazione, ascolto, ardore di affetti, fino ad un vero “invaghimento” del cuore. Una preghiera intensa, dunque, che tuttavia non distoglie dall'impegno nella storia: aprendo il cuore all'amore di Dio, lo apre anche all'amore dei fratelli, e rende capaci di costruire la storia secondo il disegno di Dio» (*Novo Milennio Ineunte*, 33).

Seguendo le indicazioni di Giovanni Paolo II, confermate da Benedetto XVI e continuamente richiamate da papa Francesco, desidero offrirti alcuni pensieri per ricordarti la necessità della preghiera e per indicarti alcuni passaggi chiave della preghiera vera: la preghiera che trasforma la vita!

Abbi la bontà di leggere personalmente queste riflessioni e di rileggerle comunitariamente: in famiglia e nella comunità parrocchiale.

Con l'aiuto di Dio, questi semplicissimi pensieri pos-

sono essere l'occasione per fare un salto di qualità nella tua preghiera: ti assicuro che, se così accadrà, non solo ti sentirai diverso, ma il mondo stesso diventerà migliore attraverso di te.

1

Senza preghiera non si può vivere

Nella Bibbia è chiaramente affermata la necessità della preghiera: della preghiera vera!

Nell'Antico Testamento, innanzitutto, ci sono due episodi che mettono ben in luce il gigantesco potere della preghiera.

Il primo è ambientato presso le Querce di Mamre. Abramo ha appena ospitato tre misteriosi personaggi e ha ricevuto l'incredibile annuncio che, entro un anno, sarà padre di un bambino lungamente atteso. Il clima è pieno di mistero, ma anche denso di luce: ogni incontro con Dio, infatti, è così.

«Quegli uomini si alzarono e andarono a contemplare Sòdoma dall'alto, mentre Abramo li accompagnava per congedarli. Il Signore diceva: "Devo io tenere nascosto ad Abramo quello che sto per fare, mentre Abramo dovrà diventare una nazione grande e potente e in lui si diranno benedette tutte le nazioni della terra?"» (Gen 18,16-18).

Dio confida, quindi, ad Abramo che il peccato pesa sulla sorte di Sòdoma e Gomorra, al punto tale che sta per distruggerle. Abramo avverte un fremito di solidarietà verso le due città e, contemporaneamente, sente di poter bussare al cuore di Dio. Ecco la scena della sua preghiera audace e insistente: «Davvero sterminerai il giusto con l'empio? Forse vi sono cinquanta giusti nella città: davvero li vuoi

sopprimere? E non perdonerai a quel luogo per riguardo ai cinquanta giusti che vi si trovano? Lontano da te il far morire il giusto con l'empio, così che il giusto sia trattato come l'empio; lontano da te! Forse il giudice di tutta la terra non praticherà la giustizia?» (Gen 18,23-25).

La preghiera vera fa entrare nel cuore di Dio e, quindi, può permettersi di essere audace e insistente. Per questo Abramo non si perde d'animo e scende a quaranta persone, a trenta, a venti e la risposta del Signore è: «Non la distruggerò per riguardo a quei venti» (Gen 18,31). Abramo ha un momento di esitazione, ma, poi, con il coraggio della fede, si azzarda a dire: «“Non si adiri il mio Signore, se parlo ancora una volta sola: forse là se ne troveranno dieci”. Rispose: “Non la distruggerò per riguardo a quei dieci”» (Gen 18,32).

I dieci giusti, purtroppo, mancarono! Ma resta intatto il significato del racconto: la preghiera è dialogo; la preghiera è iniziativa d'amore; la preghiera è ardimento; la preghiera è la porta che ci introduce nel cuore di Dio e nel mistero stesso delle sue decisioni.

Oh, se pregassimo davvero! Giovanni Paolo I, in una delle poche catechesi che il Signore gli concesse di fare, con il candore che gli era proprio, esclamò: «Perdiamo tante battaglie, perché preghiamo poco!». La Bibbia gli dà ampiamente ragione.

Il secondo memorabile episodio sulla forza della preghiera si trova nel libro dell'*Esodo*. Israele è in viaggio verso la Terra Promessa: ma il viaggio è pieno di insidie, di rischi, di agguati, di nemici. Davanti a un nemico potente e insidioso, Mosè prende la seguente decisione: «Disse a Giosuè: “Scegli per noi alcuni uomini ed esci in battaglia contro Amalèk. Domani io starò ritto sulla cima del colle, con in mano il bastone di Dio”. Giosuè eseguì quanto gli aveva ordinato Mosè per combattere contro Amalèk,

mentre Mosè, Aronne e Cur salirono sulla cima del colle. Quando Mosè alzava le mani, Israele prevaleva; ma quando le lasciava cadere, prevaleva Amalèk. Poiché Mosè sentiva pesare le mani, presero una pietra, la collocarono sotto di lui ed egli vi si sedette, mentre Aronne e Cur, uno da una parte e l'altro dall'altra, sostenevano le sue mani» (Es 17,8-12).

A volte, davanti ai continui problemi del nostro faticoso cammino verso il Paradiso, cerchiamo soluzioni di pura alchimia umana e, talvolta, di furbizia tutta terrestre.

E se la soluzione, invece, stesse semplicemente nell'alzare le mani verso il cielo giorno e notte? È mai possibile che l'esempio di Mosè non abbia qualcosa da insegnare anche a noi, "professori" di Dio più che "testimoni" di Dio?

Teoricamente siamo tutti convinti dell'importanza della preghiera; se ne parla spesso e lo si ripete dovunque.

Ma siamo proprio sicuri che la preghiera sia al centro della nostra vita? Una cosa è parlare di preghiera, un'altra cosa è pregare!

A volte, davanti alle ricorrenti e insidiose sfide della storia, siamo tutti tentati di affidarci a collaborazioni di raffinate competenze e di alta professionalità teorica. E se, invece, cercassimo semplicemente alcune persone, come Aronne e Cur, per tenere sempre alzate le mani di coloro che devono pregare per tutti? Non pensiamo che avremmo più forza, più credibilità e più incisività nel nostro apostolato?

Gesù pregava!

Basta questo argomento a favore della preghiera

Il comportamento di Gesù è, per il discepolo, una norma assoluta di vita. Gesù, infatti, è il Maestro!

Ebbene, nessuno può negare che la preghiera sia stata letteralmente il centro della vita di Gesù: la preghiera era il suo respiro, il suo orizzonte di riferimento, la sorgente delle sue azioni e delle sue parole.

Blaise Pascal (1623-1662), guardando Gesù, ricavava le norme del comportamento cristiano e concludeva: «Amo la povertà, perché Cristo ha amato la povertà!». Ma si può tranquillamente e legittimamente dire la stessa cosa riguardo alla preghiera: «Amo la preghiera senza discutere, perché Cristo ha amato la preghiera!».

L’evangelista Marco annota: «Al mattino presto [Gesù] si alzò quando era ancora buio e, uscito, si ritirò in un luogo deserto, e là pregava» (Mc 1,35).

Doveva essere un gesto così abituale da restare profondamente impresso nella memoria degli Apostoli: essi, dopo l’Ascensione, non potevano ricordare il loro Maestro e Signore senza ricordare anche la sua preghiera.

San Luca, scrittore capace quasi di dipingere i gesti della vita di Gesù, sottolinea un particolare di grande importanza: Gesù, prima di prendere la decisione di chiamare gli Apostoli, passò un’intera notte in preghiera! L’Evangelista riporta questo fatto, perché è una straordinaria lezione di vita: «In quei giorni [Gesù] se ne andò sul monte a pregare e passò tutta la notte pregando Dio. Quando fu giorno, chiamò a sé i suoi discepoli e ne scelse dodici» (Lc 6,12-13).

Charles de Foucauld (1858-1916), toccato profondamente da questo comportamento di Gesù, si innamorò del-

la preghiera notturna: la notte divenne il rifugio abituale della sua preghiera e il tempo più amato per il colloquio con Dio, per l'adorazione e per l'intercessione.

Non dovrebbe fare altrettanto ogni discepolo? Non dovrebbe avere gli occhi sempre rivolti al Maestro per cogliere nella sua vita ogni palpito, ogni sfumatura, ogni atteggiamento?

Quanto, oggi, il nostro sguardo è rivolto al Signore? Quanto la sua vita ispira la nostra vita? Non si possono eludere queste domande, se vogliamo che Gesù sia il Maestro e noi i discepoli!

D'altra parte, è doloroso dover ammettere che tante nostre decisioni non nascono dalla preghiera: nascono dall'intelligenza, ma basta l'intelligenza? Nascono dallo studio, ma basta lo studio? Nascono dalla ricerca, ma basta la ricerca? Nascono dalla sociologia, ma basta la sociologia? Nascono dalla furbizia, ma basta la furbizia? Seguiamo ancora il Maestro.

Scrive l'evangelista Matteo: «Avendo udito questo [la morte di Giovanni], Gesù partì di là su una barca e si ritirò in [...] disparte» (Mt 14,13); e, poco oltre, aggiunge: «Subito dopo [la moltiplicazione dei pani] costrinse i discepoli a salire sulla barca e a precederlo sull'altra riva, finché non avesse congedato la folla. Congedata la folla, salì sul monte, in disparte, a pregare. Venuta la sera, egli stava lassù, da solo» (Mt 14,22-23).

Questi gesti abituali di Gesù rimasero indelebilmente scolpiti nella memoria dei discepoli e divennero punto di continuo riferimento delle loro scelte e del loro comportamento. Pietro, colui che Gesù scelse per confermare la fede degli altri, come avrebbe, un giorno, potuto dire: «Noi, invece, ci dedicheremo alla preghiera e al servizio della Parola» (At 6,4), se non fosse stato più che convinto di seguire un comportamento già visto nel Maestro? Questa

scelta di Pietro non ha qualcosa da dire anche a noi, oggi?

Sono convinto che attualmente andrebbe lungamente meditato l'inizio del capitolo sesto degli Atti degli Apostoli: «In quei giorni, aumentando il numero dei discepoli, quelli di lingua greca mormorarono contro quelli di lingua ebraica perché, nell'assistenza quotidiana, venivano trascurate le loro vedove. Allora i Dodici convocarono il gruppo dei discepoli e dissero: “Non è giusto che noi lasciamo da parte la parola di Dio per servire alle mense. Dunque, fratelli, cercate fra voi sette uomini di buona reputazione, pieni di Spirito e di sapienza, ai quali affideremo questo incarico. Noi, invece, ci dedicheremo alla preghiera e al servizio della Parola”» (6,1-4). Ho l'impressione che ci stiamo muovendo nella direzione opposta a quella che presero gli Apostoli in un momento molto simile al nostro.

I Vangeli, addirittura, ci dicono che la preghiera di Gesù mise in crisi la preghiera dei discepoli. Guardando Gesù che pregava, essi si accorsero di non saper pregare! Ed ecco che cosa accadde: un giorno «Gesù si trovava in un luogo a pregare; quando ebbe finito, uno dei suoi discepoli gli disse: “Signore, insegnaci a pregare!”» (Lc 11,1). Insegnaci a pregare!

La preghiera di Gesù doveva essere, allo stesso tempo, trasparente e misteriosa: era una preghiera nella quale qualcosa di bello si vedeva, ma, contemporaneamente, restava nascosto un mistero profondo. Fu spontanea la richiesta degli Apostoli: «Gesù, facci entrare in questo mistero bello, che traspare nei tuoi occhi e sul tuo volto. Gesù, insegnaci a pregare!».

Anche noi abbiamo bisogno di riprendere questa invocazione: tutti, infatti, dobbiamo metterci bene in testa che il cammino della nostra preghiera non è finito, perché non è finito il cammino della fede e non è finito il cammino della conversione; cammino di conversione, cammino di

fede e cammino di preghiera procedono in contemporanea, sono interscambiabili.

L’evangelista Giovanni, che ebbe la grazia di sentire il battito del cuore di Cristo e di intuire l’abisso di amore che nascondeva, descrisse i sentimenti delle ultime ore della vita di Cristo riportando una lunga e memorabile preghiera: la preghiera al Padre, la preghiera dell’offerta d’amore, la preghiera dell’amicizia divina, la preghiera accorata per l’unità e la custodia degli Apostoli e dei discepoli di tutti i tempi (Gv 17,1-26).

E, conclusa la cena, san Luca riferisce: «Uscì e andò, come al solito, al monte degli Ulivi; anche i discepoli lo seguirono. Giunto sul luogo, disse loro: “Pregate, per non entrare in tentazione”. Poi si allontanò da loro circa un tiro di sasso, cadde in ginocchio e pregava» (Lc 22,39-41).

È mai possibile che nel momento più drammatico della sua vita, quando lo stesso suo corpo reagiva sudando sangue, Gesù abbia visto come unica forza e unica risorsa la preghiera? Eppure è così! Il Vangelo non può essere cambiato, né può essere ritoccato: è così, semplicemente così!

E, giunto il momento supremo, Gesù pregando entra nell’abbraccio con il Padre: «Gridando a gran voce, disse: “Padre, nelle tue mani consegno il mio spirito”. Detto questo, spirò» (Lc 23,46).

Se questa è stata la vita di Gesù, se questo è stato il suo apostolato, possiamo noi vivere una vita diversa o pensare in modo diverso il nostro apostolato?

«Signore, insegnaci a pregare!», lo chiediamo noi ora così come lo chiesero agli Apostoli. La Parola di Dio ci risponde. Ascoltiamo!