



ALBERTO NEGLIA

In preghiera da figli di Dio

Spazio privilegiato, in cui si coltiva la vita nello Spirito è l'esperienza di preghiera. Pregare è come respirare e la preghiera è via alla fede, molte delle nostre più profonde intuizioni spirituali nascono dallo stare in ascolto e in preghiera davanti a Dio.

Pregare, ovviamente, non è recitare parole per convincere Dio a fare ciò che noi desideriamo, non è "dire preghiere". Gesù ce lo ricorda esplicitamente: «Pregando, non sprecate parole come i pagani, i quali credono di venire ascoltati a forza di parole. Non siate dunque come loro, perché il Padre vostro sa di quali cose avete bisogno ancor prima che gliele chiediate» (Mt 6, 7-8).

Pregare è esperienza in cui ascoltiamo Dio

Pregare, prima di parlare, è mettersi in silenzio e ascoltare.

«Il devoto ingenuo – scrive Soren Kierkegaard – pensa che la cosa principale nella preghiera... è che Iddio senta ciò di cui egli Lo prega. Tuttavia... le cose stanno proprio all'inverso. La vera situazione della preghiera non è quando Dio sta ad ascoltare ciò che noi gli domandiamo; ma quando l'orante persevera ad orare fino a che sia egli colui che

ascolta ciò che Dio vuole. L'orante immediato abbisogna di molte parole, ed è per questo in fondo che quando prega egli è tanto esigente; il vero orante sta puramente in ascolto»¹.

Si tratta, allora, pregando, di mettersi in ascolto di Dio Padre-madre che ci ama e ci guarda con tenerezza, ci illumina, ci perdona. Egli attraverso il profeta Isaia, ci ricorda: «*Come una madre consola un figlio, così io vi consolerò*» (Is 66,13).

Pregare, quindi è esperienza in cui creiamo uno spazio a lui e pieghiamo il nostro cuore, a volte indurito dal peccato, dominato dalla paura e dalla ribellione, a custodire la sua presenza.

È un invito a Dio perché intervenga nella nostra vita, perché la sua volontà prenda in mano le nostre intenzioni e le nostre decisioni. È l'aprirgli una finestra sulla nostra volontà, uno sforzo per farlo diventare il Signore della nostra vita. Pregare, quindi è lasciarsi plasmare da Dio con tutte e due le sue mani, il Verbo e lo Spirito Santo.

Per l'Archimandrita Sofronio, la preghiera è porta che ci consente di lasciarci toccare da Dio. Così scrive:

«La preghiera è un'opera infinita, un'arte che supera ogni arte e scienza. Nella preghiera entriamo in comunione con l'Essere che non ha inizio. O ancora: la vita stessa di Dio, colui che realmente è, viene in noi per questa porta. La preghiera è un'operazione della più alta sapienza, di una bellezza e dignità superiori a ogni cosa. In essa risiede la santa ebbrezza del nostro spirito».

Di conseguenza egli esorta a perseverare nella preghiera:

«Dobbiamo restare nella preghiera, il più a lungo possibile, affinché la sua forza invincibile penetri in noi e ci renda capaci di resistere a ogni influenza distruttiva. Quando dentro di noi sorgerà questa forza, rifulgerà in noi la gioia della speranza nella vittoria definitiva.

La preghiera ridesterà in noi quell'alito divino che "Dio ha soffiato in Adamo" e grazie a cui "Adamo è divenuto un essere vivente" (Gen 2,7). Il nostro spirito, da essa rigenerato, inizia a meravigliarsi del grande mistero dell'Essere. E un entusiasmo particolare per questo potente flusso ci pervade la mente: "L'Essere! Che mistero stupendo... Come è possibile?... Dio è meraviglioso e meravigliosa è la sua crea-

¹ S. KIERKEGAARD, *Diario*, a cura di C. Fabro, vol 7/A, Morcelliana, Brescia 1980, 56.

zione". Sperimentiamo il senso delle parole di Cristo: "Io sono venuto perché abbiano la vita e l'abbiano in abbondanza" (Gv 10,10). Abbondanza! Ed è così in verità»².

La preghiera, quindi, è essere visitati da Dio, ed è esperienza che si pone nell'ordine dell'amore, è già amore, chiede amore, riceve amore. «La preghiera – ci ricorda Teresa d'Avila – è un intimo rapporto di amicizia, un frequente trattenimento da solo a solo con Colui da cui sappiamo d'essere amati». Per cui evidenzia ancora: «L'essenziale della preghiera non sta nel molto pensare, ma nel molto amare». E Charles De Foucauld, in modo lapidario, definisce la preghiera come: «Un guardare Dio, amandolo».

Teresa di Lisieux, così, ci consegna la sua esperienza: «la preghiera è uno slancio del cuore, è un semplice sguardo gettato verso il Cielo, è un grido di gratitudine e di amore nella prova come nella gioia, insomma è qualche cosa di grande, di soprannaturale, che mi dilata l'anima e mi unisce a Gesù»³.

Non è facile pregare

La preghiera, quindi, si pone nell'ordine dell'amore, dell'accoglienza, della gratuità.

Ma poiché noi spesso siamo negati all'amore, la preghiera facilmente diventa faticosa, dolorosa, sconcertante perché coinvolge nell'abbraccio di Dio che ci cambia il cuore e noi facciamo fatica ad acconsentire a questo abbraccio e quindi a pregare.

La preghiera vera ci mette a nudo: smaschera la proiezione, sotto forma di dialogo, dei nostri bisogni insoddisfatti e strappa dalle pastoie del narcisismo, e dalla sufficienza spirituale. La preghiera vera fa luce sulle illusioni accarezzate dalla propria volontà e ci obbliga ad affrontare il Dio vivente, che è fuoco che divora⁴. Ecco perché si fa fatica a pregare e troviamo tanti motivi per sottrarci a questa esperienza.

²ACHIMANDRITA SOFRONIO, *La preghiera un'opera infinita*, Qiqajon, Magnano (BI) 2001, 5-7.

³S. TERESA DI G. B., *Gli Scritti*, Postulazione Generale dei Carmelitani Scalzi, Roma 1979, 289.

⁴Cf. A. LOUF, *Lo Spirito prega in noi*, Qiqajon, Magnano (BI) 1995, 118.

Con acutezza, scriveva Romano Guardini:

«In generale l'uomo non prega volentieri. È facile che egli provi, nel pregare, un senso di noia, un imbarazzo, una ripugnanza, un'ostilità addirittura. Qualunque altra cosa gli sembra allora più attraente e più importante. Dice di non aver tempo, di avere altri impegni urgenti, ma appena ha tralasciato di pregare eccolo mettersi a fare le cose più inutili. L'uomo deve smettere di ingannare Dio e se stesso. È molto meglio dire apertamente: "Non voglio pregare", piuttosto che usare simili astuzie. È molto meglio non trincerarsi dietro giustificazioni come quella di essere troppo stanchi e dire chiaro e tondo: "Non ho voglia". L'impressione che si riceve non è troppo bella e rivela tutta la meschinità dell'uomo; ma è verità, e partendo dalla verità si va molto più facilmente avanti che non partendo dalla dissimulazione»⁵.

Questa difficoltà che proviamo oggi a pregare non costituisce una novità, la preghiera è stata sempre esperienza problematica prima di tutto per i discepoli di Gesù e, poi, nella lunga tradizione cristiana. Tra i *Detti* dei Padri del deserto viene riportato anche questo:

«I fratelli chiesero ad abba Agatone: "Abba, nella vita spirituale quale virtù richiede maggior fatica?". Dice loro: "Perdonatemi, ma penso che non vi sia fatica così grande come pregare Dio. Infatti, quando l'uomo vuole pregare, i nemici cercano di impedirlo, ben sapendo che da nulla sono così ostacolati come dalla preghiera. Qualsiasi opera l'uomo intraprenda, se persevera in essa, possederà la quiete. La preghiera invece richiede lotta fino all'ultimo respiro"»⁶.

Le difficoltà che si incontrano nella preghiera sono le stesse di quelle che si incontrano nell'esperienza di fede perché la preghiera scaturisce dalla fede e porta alla fede.

Tutto è preghiera

Proprio perché ci riesce difficile pregare, a volte, diciamo che non è necessario pregare in modo esplicito, perché lavorare è già pregare. Si

⁵ R. GUARDINI, *Introduzione alla preghiera*, Morcelliana, Brescia 1994, 13.

⁶ AGATONE, 9, in *Vita e detti dei Padri del deserto*, vol 1, a cura di L. Mortari, Città Nuova, Roma 1975, 117.

dice: *“tutto è preghiera”*. È un luogo comune questo che ha un suo fondo di verità e quindi una capacità accattivante. Infatti, se pregare è incontrare Dio, e aprirsi silenziosamente, alla sua presenza che tutto opera, è ovvio che ogni incontro, ogni gesto, ogni presenza può essere un luogo teologico, una trasparenza di Dio ed allora tutta la vita diventa una esperienza di preghiera. Mi sembra questo lo stato abituale dei mistici. Ma realisticamente bisogna riconoscere che il quotidiano spesso è ambiguo. In esso incontriamo gesti di bontà in cui è facile leggere il volto di Dio. Ma il quotidiano è intriso anche di malvagità, di violenza, di paura, di tradimento, di morte e allora è facile essere travolti, entrare in questa logica, dimenticare l'amore, la presenza di Dio, svanisce l'atteggiamento di preghiera, si opera come uno svuotamento e Dio inevitabilmente è messo fuori dalla propria vita.

Per evitare tutto questo è necessario che l'atteggiamento di preghiera in certi momenti si espliciti in esercizio di preghiera, in momento dichiarato di stupore silenzioso, di lode, di supplica, di gratitudine, di adorazione del Dio vivente. Se non facciamo ciò, in breve vivremo nell'ambiguità, senza più sapere per che cosa stiamo agendo. Subentrano infatti altri concorrenti nella nostra vita che disputano il posto a Dio.

Per non cadere in questo tranello, Annalena Tonelli, missionaria laica di Forlì, partita da giovane per l'Africa, dove ha speso la sua vita fino al martirio (5 ottobre 2003), in un impegno costante a sollevare dalla polvere e a liberare i poveri, i brandelli di umanità ferita, in una delle sue lettere dal Kenya, così esortava:

«La preghiera [...] è un vivere consapevole con o per una persona che amiamo. Fatelo! Provate... e ne avrete la vita trasformata. È necessario isolarsi di tanto in tanto con Dio che ci è Padre. Non è vero che il nostro lavoro è preghiera, anche se è vero che deve diventare preghiera. Non è vero che Dio basta amarlo nei fratelli, anche se è vero che Dio bisogna amarlo nei fratelli. Proprio sul piano umano, psicologico ognuno di noi ha bisogno di momenti di intensificazione del suo amore. È come per due innamorati, per due che si vogliono bene: possono stare lontani, lavorare per conto proprio, pensarsi, oppure anche vivere nello stesso posto assieme ad altri, parlarsi tutti insieme, ma ad un certo punto i due cercheranno di isolarsi, di rimanere soli, per parlarsi, o anche solo per non dirsi nulla, per guardarsi negli occhi o anche solo per stare l'uno accanto all'altro, e lui magari scorrere le pagine di un giornale e lei scalzetta veloce un golfino per il bimbo in arrivo, ma sono felici e nella pace solo perché l'altro è presente lì vicino, felici solo di essere assieme... così è del nostro rapporto con Dio. Se lo amiamo,

come dobbiamo amarlo, se sappiamo che Lui ci ama pure solo alla sua maniera spesso così misteriosa, come è vero che ci ama, dobbiamo sentire l'esigenza di isolarci per qualche tempo ogni giorno con Lui e lì rimanere senza fare nessun'altra cosa, paghi del Suo silenzio, della Sua pace. E se non sentiamo questa esigenza, dobbiamo fare come se la sentissimo, cominciando magari con soli dieci minuti ogni giorno di silenzio solo con Lui e per Lui, e facendo ogni tanto una mezza giornata di isolamento, di "deserto" come amiamo chiamarla noi... oh!! Fatelo!! Ne avrete la vita trasformata!»⁷.

Per chi persevera nella preghiera, Dio stesso lo educa a saper pregare. Ci ricorda Evagrio Pontico: «Se vuoi pregare hai bisogno di Dio, 'che dona la preghiera a chi prega'. Invocalo dunque dicendo: "Sia santificato il tuo nome, venga il tuo regno", cioè lo Spirito Santo e il tuo Figlio unigenito. Questo, infatti, il suo insegnamento, quando ha detto di "adorare il Padre in spirito e verità"»⁸.

E Giovanni Climaco conclude il XXVIII grado della sua Scala, dedicato alla preghiera, esortandoci:

«Da' prova di tutto il tuo ardimento (Tu raccogli tutte le tue forze), e avrai Dio stesso come maestro di preghiera! Non è possibile imparare a vedere attraverso le parole, perché ciò dipende dalla natura, né è possibile apprendere la bellezza della preghiera dall'insegnamento di un altro, perché essa ha come proprio maestro Dio, *che insegna all'uomo la scienza* (Sal 93,10), *accorda la preghiera a chi prega e benedice gli anni dei giusti* (1Sam 2,9). Amen»⁹.

È la preghiera che ci libera dalle incrostazioni delle ambiguità di ogni giorno, ci pone in cuore una presenza nuova che imprime un carattere evangelico alla nostra azione e ci rimette in cammino con una speranza dentro.

Ed allora pregare per il cristiano è importante quanto lavorare e mangiare, non può darsi vita autenticamente cristiana senza preghiera.

⁷ A. TONELLI, *Lettere dal Kenia 1969-1985*, EDB, Bologna 2013, 150.

⁸ EVAGRIO PONTICO, *De oratione* 58.

⁹ GIOVANNI CLIMACO, *La Scala*, Qiqajon, Magnano (BI) 2005, 445.

Preghiera e responsabilità del mondo

La preghiera sottrae la persona dalla banalità e da una logica perversa e di disordine, dalle alienazioni, la rende consapevole della sua dignità e della sua vocazione e rimette il credente in relazione, in libertà e senza paura, con l'Altro e con gli altri. La preghiera ci fa stare nel mondo da responsabili perché ci mette negli occhi l'orizzonte di Dio.

Se la preghiera ci introduce nel ritmo di Dio, ci fa vedere meglio la volontà del Padre, essa ci aiuta pure a penetrare più profondamente la realtà. Per dirla con Isacco di Ninive, essa è «visione delle fiamme delle cose» e di tutte le cose ci fa assumere la responsabilità con la stessa dedizione di colui che ci abita e impedisce alla nostra carità di disincarnarsi.

Pregando, allora, non abbandoniamo il mondo e i suoi drammi, ma impariamo a vederlo semplicemente in una mutata disposizione. È esperienza in cui viene spostato il centro del nostro pensare e del nostro agire: dall'io a Dio. Egli diventa la sorgente che coinvolge tutte le nostre potenzialità e le spinge al compimento.

Nella preghiera veniamo coinvolti da colui che ci visita a vivere da figli, da uomini liberi, e veniamo anche assicurati: «Non abbiate paura, sono io» (Gv 6,20), dove quel «sono io» vuol dire io vi do il mio respiro, io vi accompagno, vi apro la strada della vita. Se, nella preghiera, ci affidiamo a lui e ci lasciamo plasmare dallo Spirito di Gesù, che si è aperto al futuro, agli altri fino a donare la vita, allora, assieme a lui impariamo anche noi ad aprirci e a saper donare la vita. Quando impariamo ad accettare di «dare la vita», allora qualsiasi paura svanirà, perché «il dono di sé, consumato fino alla fine in obbedienza al Padre, è la difficile ma liberante risposta della fede alla paura»¹⁰.

Così è stato e così è per i veri testimoni della fede, uno di questi è certamente D. Bonhoeffer.

L'esperienza di Dietrich Bonhoeffer

L'ultima immagine di Dietrich Bonhoeffer ci viene offerta dal medico del campo di concentramento che, alcuni anni dopo l'esecuzione di Bonhoeffer per mano nazista, avvenuta il 9 aprile 1945, scriveva:

¹⁰ B. COSTACURTA, *La vita minacciata. Il tema della paura nella Bibbia Ebraica*, PIB, Roma 1988, 285.

«Il mattino del giorno stabilito, tra le cinque e le sei, i prigionieri vennero condotti fuori dalle celle, vidi che il pastore Bonhoeffer, prima di svestire gli abiti da prigioniero, si inginocchiò in profonda preghiera con il suo Signore. La preghiera così devota e fiduciosa di quell'uomo straordinariamente simpatico mi ha scosso profondamente. Anche al luogo del supplizio egli fece una breve preghiera, quindi salì coraggioso e rassegnato la scala del patibolo. [...] Nella mia attività medica non ho mai visto un uomo morire con tanta fiducia in Dio»¹¹.

Questa testimonianza ci offre la chiave per comprendere la vita di Bonhoeffer. Egli ha imparato da qualcuno ad offrire la vita e a saperla consegnare, vinta la paura, in piedi e con dignità, nella consapevolezza che, come confidava a Payne Best, il giorno prima di essere impiccato: «È la fine, per me l'inizio della vita»¹².

Di Bonhoeffer, pastore luterano, si conosce il suo impegno a vivere da uomo libero di fronte all'arroganza nazista e la sua profonda riflessione teologica, ma è bene sottolineare che a fondamento del suo impegno militante, assieme ai fratelli della "Chiesa confessante" contro il folle regime nazista e della sua teologia c'è una profonda intimità con Dio, coltivata attraverso l'ascolto della Parola e la preghiera.

Egli è talmente convinto della efficacia della preghiera che in uno dei suoi primi sermoni così si esprime:

«Il nostro rapporto con Dio deve venire continuamente esercitato, altrimenti non sapremo trovare il tono giusto, la parola giusta né il linguaggio giusto quando egli verrà a noi inconsapevoli. Dobbiamo apprendere il linguaggio di Dio, sforzarci di impararlo, impegnarci in questo compito se vogliamo dialogare con lui. La preghiera deve essere parte continua della nostra pratica»¹³.

Ai giovani pastori, che lasciavano il seminario di Finkenwalde, di cui Bonhoeffer è stato animatore fino all'ottobre del 1937 quando Himmler ne decide la chiusura, e prendevano servizio nella Chiesa Confessante, sapendo che avrebbero dovuto affrontare ostacoli e momenti di scoraggiamento, spediva ogni mese una lettera circolare. In una di esse così li esortava:

¹¹ Citato in E. BETHGE, *Dietrich Bonhoeffer teologo cristiano contemporaneo. Una biografia*, Queriniana, Brescia 1975, 1000.

¹² *Ivi*, 999.

¹³ Citato in C. J. HEALY, *Autori moderni di spiritualità*, Paoline, Cinisello Balsamo (MI) 1991, 118.

«Cari fratelli, in tempi come quelli che ci attendono non abbiamo altra arma che una preghiera vigorosa e tenace, e così potremo vedere se la nostra vita e la nostra preghiera sono state reale preparazione per il momento in cui dovremo proclamare la nostra fede. Perseverando nella preghiera, svilupperemo fiducia che lo Spirito Santo ci ispirerà le parole giuste nel momento del bisogno, e che saremo riconosciuti fedeli»¹⁴.

La preghiera costante costituì, durante la lunga prigionia (5 aprile 1943- 9 aprile 1945), la sorgente principale del suo coraggio. In occasione del Natale del 1943, scrisse, per gli altri prigionieri, delle preghiere che scaturivano dalla sua viva esperienza. In una di esse, tra l'altro, prega:

«C'è buio in me,
in te invece c'è luce;
sono solo, ma tu non m'abbandoni;
non ho coraggio, ma tu mi sei d'aiuto;
sono inquieto, ma in te c'è la pace;
c'è amarezza in me, in te pazienza;
non capisco le tue vie, ma tu sai qual è la mia strada»¹⁵.

«Tu sai qual è la mia strada»: nel buio del carcere duro, nella struttura di morte, Bonhoeffer, si affida a colui che ha detto *io sono la via la verità e la vita*, cosciente che solo lui strappa dal cuore la malvagità e rende forti. «Cristo fa l'uomo non soltanto "buono", ma forte»¹⁶, scriveva all'amico Eberhard Bethge. Lo stesso amico, nell'ultima lettera ricevuta, leggeva queste parole:

«Non stare in pensiero per me, per favore, ma non dimenticare di pregare per me: so che non lo dimentichi! Sono così sicuro della mano e della guida di Dio, che spero di restare sempre in questa certezza. Non devi mai dubitare che io percorra, riconoscente e sereno, il cammino per cui vengo condotto»¹⁷.

¹⁴ *Ivi*, 118-119.

¹⁵ D. BONHOEFFER, *Resistenza e resa*, Bompiani, Milano 1969, 289.

¹⁶ *Ivi*, 284.

¹⁷ *Ivi*, 284-285.

Alberto Neglia
Fraternità Carmelitana
98051 Barcellona PG (ME)