



Sul grande web le piccole cose contano molto!



*«La preghiera non può essere nient'altro che il lasciarci entrare nell'abisso dell'amore di Dio, il lasciarci impregnare da tale amore perché ci possa trasformare interiormente e giunga a guidare la nostra vita». È un frammento di una delle definizioni date da Enrique Martínez Lozano alla preghiera e contenuta ne *Le Radici della preghiera*. Segnalo il libro perché è un ottimo sussidio*

per quanti desiderano dare qualità al loro modo di pregare e progredire nel cammino di fede.

Le riflessioni proposte in questi «*esercizi di vita spirituale*» rappresentano il frutto di un lavoro realizzato in gruppi guidati dall'autore; il volume uscito nella *Collana Sentieri* delle EDB lo mette ora a disposizione di un pubblico più vasto: «*strumenti che vanno dalle norme più esteriori ed esterne, fino agli atteggiamenti più profondi, tratti tanto dall'esperienza quanto dalla formazione e dalla pratica psicologica, per creare in coloro che si addentrano nel cammino della preghiera delle modalità indispensabili a esercitare la propria fede e l'esperienza credente*». «*La fede, precisa il sacerdote e psicoterapeuta spagnolo, non è affatto un possesso pacifico e acquisito una volta per tutte, ma un'umile ricerca, mai finita, della verità [...] è un'esperienza gioiosa e capace di donare un senso di pienezza esistenziale, che unifica la persona, ponendola in contatto con la sua verità più profonda, e la rende capace di trarre il meglio di se stessa*». Prima di entrare nel merito degli argomenti, don Martínez Lozano cerca di rispondere agli interrogativi che stanno all'origine del suo lavoro («*chi è Dio per me? Che cosa intendiamo dire quando diciamo Dio? Come entrare in relazione con lui? Possiamo sperimentarlo? Come aprirci all'esperienza di lui in noi?*»), spiega il perché del taglio «*pedagogico*» utilizzato per «*rendere possibile e favorire l'esperienza di Dio*» avvertendo inoltre di fare attenzione che «*nella preghiera, non cerchiamo noi stessi, né di vivere un'esperienza individuale; piuttosto, ci lasciamo incontrare da colui che prende l'iniziativa, perché chi ha amato per primo*».

Declinati tutti sul «*fare*» e lo «*sperimentare*» e supportate sempre da indicazioni «*per proseguire*», i temi affrontati da don Enrique riguardano il silenzio, la vita, la Fonte della Vita, la presenza a se stessi, l'esperienza di essere amati, la preghiera, Gesù risorto, il vangelo e l'unità. Ad esempio in *Fare esperienza del silenzio*, il sacerdote rileva che «*nel percorso di approfondimento per prepararsi all'incontro con Dio, la prima tappa in una pedagogia della preghiera deve portarci a familiarizzare con le sensazioni e con il silenzio, pilastri su cui poggia l'esperienza di sé nel profondo*» perché «*la qualità della meditazione dipende dalla qualità del silenzio, in quanto il silenzio non è in primo luogo assenza di parole, ma capacità di abitare coscientemente nel meglio di sé*». Sempre con l'intento di mettere in atto il processo pedagogico d'interiorizzazione per favorire l'incontro con Dio, significativa è un'altra considerazione fatta da don Enrique in *Fare esperienza della Fonte della Vita*: «*per arrivare a percepire la propria vita, in tutta la bellezza, la persona dovrà cominciare con l'accogliersi in maniera incondizionata, con il dialogare con se stessa fino a stabilire una relazione amichevole e caritatevole nella quale si senta totalmente a*

proprio agio nella propria pelle». In un passaggio di Fare esperienza della preghiera, l'autore invita «a fare particolare attenzione al silenzio interiore, che ci permette di entrare nel profondo di noi stessi e di accogliervi la preghiera che sgorga da noi, la preghiera che ci viene data come dono», supportando il tutto con l'indicazione di alcune linee-guida e come praticare con profitto la preghiera interiore.

Chiudo usando ancora le parole di don Enrique perché chiariscono, colgono e sintetizzano bene il fine di questi esercizi: *«l'obiettivo della preghiera cristiana non è conseguire un determinato stato d'animo o intraprendere un processo di auto-realizzazione personale; è piuttosto prepararsi a vivere la nostra comunione di fondo con Dio ed essere docili alla sua volontà, coscienti del fatto che in questo consiste la nostra pienezza personale».*



Enrique Martínez Lozano
Le Radici della preghiera
EDB. Pagine 216. Euro 17,00