

Educazione alla vita di

orazione



Quien a Dios tiene nada le falta.

Chi ha Dio non manca di nulla¹.

"Dove sta Dio ivi è il cielo. Sappiate dunque che dove si trova la maestà di Dio ivi è tutta gloria. Ricordate ciò che dice s. Agostino che dopo aver cercato Dio in molti luoghi, lo trovò finalmente in se stesso. Ora credete che importi poco per un'anima soggetta a distrazioni comprendere questa verità, e conoscere che per parlare con il Padre celeste e godere della sua compagnia non ha bisogno di salire in cielo, né di alzare la voce... per cercarlo non ha bisogno di ali, perché basta che si ritiri in solitudine e lo contempi in se stessa. Non deve allora spaventarsi per la degnazione di tale ospite, ma gli parli umilmente come a Padre, gli racconti le pene che soffre, gliene chieda il rimedio, si riconosca indegna di essere chiamata sua figlia..." (Teresa d'Avila, Mansioni, IV, 2).

Il cuore dell'uomo è la splendida dimora in cui Dio si compiace di abitare. Il mondo non può contenere Dio, ma il cuore dell'uomo sì, perché è una realtà spirituale. È lì, nel cielo dell'anima, che bisogna cercarlo.

E' vero quel che diceva Pascal: *"Tutti i guai degli uomini derivano da una cosa sola: dal non saper starsene quieti in una stanza"*. Siamo disposti a metterci in quel riposo contemplativo che è uno stare di fronte a Dio con la nostra "mancanza", consci del fatto che *chi ha Dio non manca di nulla²?*

Questo è lo stato in cui si trova chi conduce una vita di orazione³: non mancare di nulla, avendo Dio. Si può restare uniti a qualcuno senza amarlo

¹ Ecco il testo completo di Teresa di Gesù: «Nada te turbe / Nada te espante, / Todo se pasa, / Dios no se muda; / La paciencia / Todo lo alcanza; Quien a Dios tiene / Nada le falta./ Solo Dios basta». Queste massime furono trovate nel Breviario della Santa, scritte di suo pugno sopra una carta che le serviva da segnacolo. Le apprezzava tanto che le teneva sempre sotto gli occhi avendogliele dettate il suo "piccolo Seneca", Giovanni della Croce.

² Ecco il testo completo di Teresa di Gesù: «Nada te turbe / Nada te espante, / Todo se pasa, / Dios no se muda; / La paciencia / Todo lo alcanza; Quien a Dios tiene / Nada le falta./ Solo Dios basta». Queste massime furono trovate nel Breviario della Santa, scritte di suo pugno sopra una carta che le serviva da segnacolo. Le apprezzava tanto che le teneva sempre sotto gli occhi avendogliele dettate il suo "piccolo Seneca", Giovanni della Croce.

³ «... il messaggio dell'orazione. È questa la luce, resa oggi più viva e penetrante che il titolo di Dottore, conferito a Santa Teresa, riverbera sopra di noi. Il messaggio dell'orazione! Viene a noi, figli della Chiesa, in un'ora segnata da un grande sforzo di riforma e di rinnovamento della preghiera liturgica; viene a noi, tentati dal grande rumore e dal grande impegno del mondo esteriore di cedere all'affanno della vita moderna e di perdere i veri tesori della nostra anima nella conquista dei seducenti tesori della terra. Viene a noi, figli del nostro tempo, mentre si va perdendo non solo il costume del colloquio con Dio, ma il senso del bisogno e del dovere di adorarlo e d'invocarlo. Viene a noi il messaggio della preghiera, canto e musica dello spirito imbevuto della grazia e aperto alla conversazione della fede, della speranza e della carità, mentre l'esplorazione psicanalitica scompone il fragile e complicato strumento che noi siamo, non più per trarne le voci dell'umanità dolorante e redenta, ma ascoltarne il torbido mormorio del suo subcosciente animale e le grida delle sue incomposte passioni e della sua angoscia disperata. Viene il messaggio sublime e semplice dell'orazione della sapiente Teresa, che ci esorta ad intendere "il grande bene che fa Dio ad un'anima, allorché la dispone a praticare con desiderio l'orazione mentale; . . . perché l'orazione

davvero, senza che l'uno abbia l'altro per sé. La persona invece, che ha Dio, «vivendo *così* unita al Signore», non come quelli che di una tale unione⁴ non si curano, si vede che “trascura il proprio riposo” e “non si cura dell'onore”, «lontana dal desiderare d'essere stimata in qualche cosa!» (7M 4, 15). Perché questo «è il fine dell'orazione ... produrre opere ed opere» (7M 4, 6), «non sacrifici»: opere di misericordia⁵. È la sua risposta a Dio che afferma: «Misericordia io voglio e non sacrifici» (Mt 9, 13; 12, 7). Volgendoci all'«Altro del desiderio» non manchiamo di nulla a questo scopo.

Introducendo il cammino dell'Orazione dobbiamo parlare allora della mancanza, e del bisogno.

Diciamo subito che la relazione che definisce la vita, che è la vita, ha un nome e una natura: si chiama bisogno e si rivela come appetito: mossi dall'appetito proprio del bisogno, si va verso l'altro da sé per ricondurlo a sé e farlo proprio. I tratti essenziali del bisogno sono: l'*assenza* (di qualche cosa) e la *soddisfazione* (derivante dal possesso e dall'assimilazione dell'assente). Bisogna poi riconoscere che il singolo vivente, quando si apre all'altro, non esce mai propriamente da sé, è sempre in-sé anche quando va verso l'altro da sé. All'interno del bisogno il verso-l'altro non è mai un per-l'altro ma un per-sé: ci si apre all'altro ma alla fine ci si ritrova sempre in sé stessi, ci si interessa all'altro perché si è interessati a sé. L'appetito in certa misura condanna dunque alla cecità; il predatore si apre alla preda, si inter-essa a essa, si concentra su di essa, ma sempre e solo secondo la misura di quella predabilità che lo rende «cieco» verso tutto il resto: l'aquila individua la lepre, ma è molto probabile che non abbia alcun interesse per il colore dei suoi occhi e per la margherita che ne sfiora il magnifico manto; rispetto ad essi l'aquila si dimostra di tutto cieca.

Questo vale per ogni essere vivente. Tuttavia l'essere dell'uomo non si risolve mai del tutto in quello del semplice vivente. L'uomo avverte sì il bisogno di qualcosa ma allo stesso tempo de-sidera altro. Porta in sé questa “strana forza” che nessun impulso e nessuna voglia sembrano essere in grado di leggere e di interpretare.

mentale, a mio parere, altro non è che una maniera amichevole di trattare, nella quale ci troviamo molte volte a parlare, da solo a solo, con Colui che sappiamo che ci ama” (*Vida*, 8, 4-5)» (Paolo VI, Omelia nella proclamazione di Teresa di Gesù Dottore della Chiesa, 27 settembre 1970).

⁴ L'Unione non è il fine ma si esprime in questo: *obras y obras*.

⁵ Leggere e meditare: *Solo l'Amore crea*, le opere di misericordia spirituali. Un testo di don Fabio Rosini.

Fin dall'antichità, per decifrare il cielo stellato, le stelle (*sidera*) venivano raggruppate in costellazioni e queste servivano a orientarsi ad es. nella navigazione del mare. La particella *de*, del nostro *de-siderare*, esprime il venir meno di un certo ordine stabilito. Ordine di cui possiamo aver nostalgia⁶ oppure *de-costruiamo*⁷ ponendoci alla ricerca di una nuova costellazione, per nulla distaccati da quest'ultima come con la prima.

In entrambi i casi si ha paura della mancanza che abita il desiderio. Mentre il bisogno è caratterizzato da un vuoto che può essere colmato con il conseguente passaggio da un'assenza a una presenza, il desiderio è caratterizzato da una mancanza incolmabile rispetto alla quale il soggetto non ha alcun sapere. E anzi l'unica certezza di fronte alla quale la sua esperienza quotidiana con insistenza lo pone è quella relativa al rilancio stesso che il desiderio riceve da parte di tutto ciò che in un primo momento si configura come capace di soddisfarlo. Puntualmente non mantiene le promesse e il desiderio si acuisce. Il desiderio non coincide infatti «con un bisogno insoddisfatto, esso si situa al di là della soddisfazione e dell'insoddisfazione»⁸.

Tuttavia scoprendoci *asujet* (assoggettati) all'altro tendiamo con insistenza a riconvertire la logica del desiderio (dove non sa mai di che cosa manca) in quella del bisogno (dove sa sempre di che cosa è assente), al fine di capovolgere la condizione di soggetto-a in quella di soggetto-di. Cercando di tradurre (ecco il tradimento dell'alterità) la mancanza in assenza, miriamo a un appoggio nel possesso dell'oggetto e nel godimento ch'esso è in grado di garantire. E poiché la stessa esperienza non fa che mostrarci come non vi sia soddisfazione all'altezza di tale desiderio, ecco che allora si arriva a temere la stessa soddisfazione cui agognamo, impedendola, conservando però sempre un oggetto di desiderio.

Ora: L'uomo vive in realtà sempre e contemporaneamente nel bisogno e nel desiderio, così come vive sempre e contemporaneamente nel mondo e al di là del mondo. In quanto individuo vivente vive sempre in un mondo, ma in quanto soggetto umano abita sempre al di là del mondo. Non basta che soddisfi i propri bisogni, si trova nella mancanza. E' questa mancanza a dirgli

⁶ Pensiamo ai nostalgici di cui parla Francesco, che sono poi gli anti-conciliaristi di cui parla Benedetto XVI.

⁷ È quel che fanno i progressisti falsi di cui parla Benedetto XVI e che Francesco chiama adolescenti.

⁸ E Lévinas, *Totalità e Infinito*, p. 184.

che è un uomo. Deve accettare questa mancanza: essa dice la sua unione con Dio. È un Altro a cui si deve il dono che non ha nome e che alla fine è tutto:

«Per poter gustare il tutto,

non cercare il gusto in nulla.⁹

Per poter possedere il tutto,

non voler possedere nulla.

Per poter essere tutto.

non voler essere nulla.

Per poter conoscere il tutto,

non voler sapere nulla.

Per raggiungere ciò che ora non godi,

devi passare per dove non godi.

Per arrivare a ciò che non sai,

devi passare per dove non sai.

Per arrivare al possesso di ciò che non hai,

devi passare per dove non hai.

Per giungere a ciò che non sei,

devi passare per dove non sei» (1S 13, 11).

Così «. Procuri l'anima di tendere sempre:

non al più facile, ma al più difficile;

non al più saporito, ma al più insipido;

non al più piacevole, ma al più disgustoso;

non al riposo, ma alla fatica;

non al conforto, ma allo sconforto;

⁹ Giovanni della Croce, Salita al Monte Carmelo. I nn. 11-12 contengono le celebri «sentenze *Todo-nada*».

non al più, ma al meno;
non al più alto e pregevole, ma al più vile e spregevole;
non a voler qualcosa, ma a non voler nulla;
non alla ricerca del meglio nelle cose terrene,
ma al peggio, e desiderare in tutto nudità, vuoto e povertà di quanto v'è al mondo per amore di Cristo» (1S 13, 6)

Perciò incontrare Dio sulla strada del bisogno e intenderlo come quella “somma presenza” in grado di colmare ogni assenza, significa intenderlo mondanamente. È la mancanza invece, propria del desiderio ad aprire il soggetto in modo così radicale ed aprente da spingerlo perfino al di là del proprio godimento, al di là della stessa vitalità della vita (l'uomo non si risolve nel vivente), vale a dire al di là del mondo e delle sue stelle:

«La nostra esperienza umana ci indica o ci fa intuire che c'è una vita del desiderio sconosciuta alla vita dei bisogni immediati, ignorata anche dai più raffinati dei nostri sensi. Abbiamo una vita altra [...] un Dio che chiudesse questa apertura, che colmasse la nostra mancanza, non creerebbe alcun movimento, sarebbe un satana»¹⁰.

E invece il Dio biblico non cessa di invitare l'uomo a non lasciarsi chiudere nel bisogno di pane, ma a imparare a riconoscere in esso l'invito di quello spirito che ti apre sollecitandoti verso l'al di là della giustizia e della carità. Di conseguenza il richiamo alla condivisione del pane con il povero deve essere inteso come una pressante sollecitudine a compiere un passo verso quella liberazione che è il segno più luminoso dell'autentica ricchezza: «Non si 'odiano' i beni terreni per la loro vanità, per la loro fugacità e inconsistenza. Questo sarebbe ancora l'atteggiamento del sapiente. Né si rinuncia loro per la pace della contemplazione. Farsi poveri significa *liberarsi* per poter perfettamente amare [...]. Attraverso la strada, *l'esperienza* appunto, della povertà, che sembrava soltanto abbandono, sacrificio, rinuncia, *rinasce*, ma come nuovo evento, lo stesso sé, ricco di un nuovo sguardo sul reale – uno sguardo che concepisce qualsiasi filo di esistenza come un *prossimo* sempre tale, e perciò impossibile. Il movimento è nel darsi. Per cui «seguire

¹⁰ F. Dolto, *La fede alla luce della psicoanalisi*, trad. it. Di R. Prezzo, Milano, et al./edizioni, 2013, p. 12.

l'Altissimo è anche sapere che niente è superiore all'avvicinamento al prossimo, alla preoccupazione per le sorti della “vedova e dell'orfano, dello straniero e del povero” e che nessun avvicinamento compiuto a mani vuote è avvicinamento. È sulla terra, tra gli uomini, che si svolge anche l'avventura dello Spirito»¹¹. Bisogna riconoscere e vivere il pane come segno dello spirito e lo spirito come urgenza della condivisione del pane.

Quando si de-sidera inizia l'avventura. Altre costellazioni ci attendono, nessuna catastrofe, a condizione che la mancanza non la si traduca/tradisca in assenza, che nessuna costellazione la si intenda mai come quella definitiva, che non si venga meno alla responsabilità di de-siderare nell'orazione, con «determinata determinazione» (C 21, 2).

¹¹ E. Levinas, *l'aut-delà du verset*, Minuit, Paris 1982; trad. it. di G. Lissa, *l'aldilà del versetto*, Guida, Napoli 1986, p. 226.

Molto da fare, dunque pregare

Non c'è tempo o vi è scarsità d'amore?

Siamo presi da una complessità di doveri e di attività che ci stringono come in una rete. Ma, se ho molto da fare, devo pregare di più, perché ci dev'essere una proporzione tra quello che faccio e quello che prego. Giovanni della Croce nel "tempo libero" si divertiva a stare con l'Amato.

Ci lamentiamo della mancanza di tempo. Ma è scarsità d'amore. È difficile trovare due innamorati che non hanno il tempo per incontrarsi. E da chi ci ama aspettiamo soprattutto il dono di un po' di tempo. Se la preghiera è un fatto d'amore, la prima cosa da fare è "*buttar via*", "*sprecare*" un po' della propria vita nella preghiera. E poi ci accorgiamo che, se sappiamo buttare del tempo nella preghiera, alla fine saremo ricchissimi di tempo, perché quello che ci rimane è completamente diverso: fa un salto qualitativo. E la ragione è questa: dopo aver pregato, se è vero che senza di Lui non possiamo far nulla (Gv 15, 5), con Lui riusciamo a far tutto.

La preghiera è un alibi?

Alcuni obiettano: "*La preghiera è un alibi all'azione; favorisce l'irresponsabilità. È meglio agire che pregare*". Certo la preghiera non è un rifugio per sottrarsi alle proprie responsabilità. Lo ha detto Gesù: "*Non chiunque mi dice: Signore, Signore, entrerà nel regno dei cieli, ma colui che fa la volontà del Padre mio che è nei cieli*" (Mt 7, 21). La preghiera non è evasione dalla vita, ma invasione nella nostra vita di Dio. A ciò ci si predispone. Altrimenti non viene. Il tempo della preghiera è quello in cui affermiamo di voler stare col Signore della vita, lasciandoci trasformare a sua immagine; impariamo chi Egli è da quello che noi diventiamo. La sua luce illumina la nostra povera mente, così corta di vedute; la fragilità della mia volontà è sostenuta dalla sua forza; la mia vita è invasa dalla sua Grazia.

La preghiera è l'azione più importante per far andare avanti il mondo. "*È per la preghiera dei cristiani che il mondo sta in piedi*" (Aristide l'Apologeta, II secolo). "*L'uomo che prega ha le mani sul timone della storia*" (s. Giovanni Crisostomo, III secolo).

Il Signore va trattato da Signore.

La nostra vita ha assoluto bisogno di un ritmo vivo che alterni momenti di preghiera e di solitudine a momenti di impegno e di azione.

"*Ora et labora*" (prega e lavora) diceva s. Benedetto. Se si spezza questo equilibrio, diventiamo schiavi delle cose, degli avvenimenti e di noi stessi: la nostra vita diventa un caos inutile e dannoso. "*Chi non raccoglie con me disperde*" (Mt 12, 30).

Chi non sa interrompere la sua azione per buttarsi in uno spazio di contemplazione, ad un certo punto non si possiede più. Shakespeare diceva: "*L'uomo che si agita fa scoppiare di risate gli angeli*". La nostra azione diventa un agitarsi inconcludente, una accozzaglia di frammenti eterogenei che non servono a formare qualcosa di unitario. Anche le azioni più belle della nostra vita, le perle del nostro ingegno, vanno sicuramente perdute se non sono tenute insieme da questo filo d'oro che è la preghiera.

Dio, bisogna lasciare che stia al centro della vita, in trono nella parte più intima del nostro cuore e lasciare che di lì domini tutto. E non prendiamo la scusa che non siamo degni, che il nostro cuore è una stalla. Fin dal suo nascere Gesù ha scelto una stalla come suo quartier generale e luogo di appuntamento tra il cielo e la terra (cfr Lc 2, 1-20). Quando il Signore è accolto in una persona, tutto si trasforma, tutto diventa meraviglioso; è il paradiso già sulla terra.

Charles de Foucauld si esprimeva così: "*Esalarsi davanti a Dio in pura perdita di sé*". La preghiera non è accattonaggio: è atteggiamento di figlio, di innamorato. Si sta davanti a lui perché lo amiamo, perché non possiamo fare a meno di lui, perché ci è più necessario dell'aria che respiriamo e del pane che mangiamo. Gesù si è definito luce, pane, vita... perché è realmente tale: Lui è indispensabile, necessario. "*Cercate prima il regno di Dio e la sua giustizia e tutte le altre cose vi saranno date in aggiunta*" (Mt 6, 33).

La preghiera non è anzitutto un mezzo per ricaricarsi, per stare meglio, per essere più felici: questi motivi e altri ancora nascono dal desiderio di affermare sé stessi e i propri interessi per come li possiamo intendere noi e cioè, in senso non radicale. Il nostro vero interesse, infatti, radicalmente, è disposto da un altro. Per quanto dia fastidio accettarlo la vita, e dunque anche la vita di preghiera, è una partita a tennis dove non sono mai di servizio. Batte sempre un altro. La palla della realtà mi arriva con il suo spin e la sua direzione, che è quella che è. Se siamo figli di Dio e non schiavi o parassiti,

questo dice allora che la preghiera è soprattutto un bisogno filiale, un bisogno dell'amore di figli.

Alla scuola della tradizione

Diamo la parola a quelli che se ne intendono, a quelli che hanno pregato tanto prima di dire qualcosa sulla preghiera.

Agostino (354 - 430)

"Se preghi con le aspirazioni intime, tu anche tacendo con la lingua, canti col cuore. Se tu invece non preghi con queste aspirazioni, qualunque sia il clamore con cui ferisci le orecchie degli uomini, resti muto davanti a Dio" La preghiera è essenzialmente uno slancio del cuore. Le formule delle labbra non sono preghiera ma un mezzo di preghiera.

"Risuoni nel cuore ciò che viene pronunciato con le labbra". Le formule e gli esercizi di preghiera sono mezzi importantissimi, ma servono solo nella misura in cui diventano veicoli delle realtà che ci urgono nel cuore.

Girolamo (340- 420)

"Preghi? Sei tu che parli allo Sposo. Leggi? È lo Sposo che parla a te". Per Girolamo *"leggere"* significa *"leggere la Bibbia"*. La Bibbia non è un libro, ma Qualcuno che parla: Parola viva. La preghiera è la risposta dell'uomo a Dio che ha parlato: è un dialogo. La lettura della parola di Dio è un *"cuore a cuore"* con Dio: Lui mi parla e io gli parlo, e così entro in intimità con Lui.

Evagrio Pontico (345 - 399)

"La preghiera è sorgente di gioia e di grazia. Quando dedicandoti alla preghiera, sei giunto al di sopra di ogni altra gioia, allora veramente hai trovato la preghiera."

La preghiera non deve essere abitualmente un peso, un dovere imposto dal di fuori, ma un bisogno che nasce nell'intimo e produce gioia. Quando prega, l'anima raccoglie bracciate di gioia. Le persone che si vogliono bene sono sempre felici d'incontrarsi: e il tempo vola quando stanno insieme. Perché l'incontro con Dio, che deve essere amato con tutto il cuore, dovrebbe sfuggire a questa legge?

"Beato colui che, dopo Dio, considera tutti gli uomini come Dio." È un'indicazione luminosa preziosissima che mostra la strada principale per creare l'osmosi tra

la preghiera e la vita: vedere nel fratello un "sacramento" del Risorto, trasformare ogni incontro con i fratelli in un incontro con Dio.

"Porta a compimento la preghiera colui che offre a Dio la primizia di se stesso, come se fosse un frutto." La preghiera è dono di sé nell'amore. A Dio si danno le primizie della nostra vita, le energie migliori e la parte migliore del nostro tempo, non i rimasugli e lo scarto, il tempo della stanchezza e degli sbadigli, il tempo che ci vergogneremmo di dedicare agli altri. Dio non è il bidone dei rifiuti!

La preghiera è un gesto con cui il meglio di noi stessi viene buttato in Dio in modo gratuito.

Massimo il confessore (580 - 662)

"La mente che è unita a Dio si intrattiene a lungo con lui, mediante la preghiera e la carità, diventa saggia, buona, benefica... in breve reca in sé quasi tutte le caratteristiche divine"

La preghiera non abbassa Dio al nostro livello, ma innalza noi al suo: ci divinizza, ci trasforma in Dio. Dopo la preghiera non siamo più quelli di prima e il mondo non è più lo stesso.

Giovanni Damasceno (650 - 740)

"La preghiera è un'elevazione della mente in Dio". È come un volo d'aquila, un'impennata ardita, con cui l'anima si innalza fino a Dio. Ricordiamo che l'uomo non potrebbe salire a Dio, se prima Dio non fosse disceso fino all'uomo. *"Ho sollevato voi su ali di aquile e vi ho fatto venire fino a me"* (Es 19, 4). Gesù buon Pastore viene a cercare l'umanità perduta e, ritrovatala, se la mette in spalla tutto contento e la porta alla casa del Padre (cf Lc 15, 4-6). Lo Spirito che prega in noi ci eleva verso Dio.

Bernardo di Chiaravalle (1090 - 1153)

"I tuoi desideri gridino a Dio". Ci ricorda la beatitudine evangelica: *"Beati quelli che hanno fame e sete della giustizia, perché saranno saziati"* (Mt 5, 6). L'inappetenza verso il cibo materiale è una malattia grave e va curata energicamente. Lo stesso, e ancor più, dicasi dell'inappetenza verso le cose di Dio, la noia e il disinteresse per Dio e per il suo regno. Chi tiene acceso il desiderio di Dio prega sempre. Chi non prega si spegne e muore. Per cacciare i nostri mali dobbiamo riempirci di Dio, unico bene.

"La preghiera è una pia tensione del cuore verso Dio". È l'atteggiamento del figlio che tende le braccia verso il genitore: gesto più eloquente di qualsiasi parola.

Francesco d'Assisi (1181/82 - 1226)

Francesco ha pensato di vivere la preghiera più che a scrivere su di essa. Sentiamo il suo biografo, Tommaso da Celano: "*Se il suo sguardo cadeva sul Crocifisso, diventava come ebbro d'amore e compassione, e cominciava a cantare la più delicata melodia, piano prima, poi sempre più forte...*". "*Suo porto sicuro era la preghiera, non di pochi minuti, o vuota e presuntuosa, ma lunga per durata, piena di devozione e placida di umiltà... sia che camminasse o sedesse... era intento all'orazione*".

E finalmente una frase scultorea che non sarà mai dimenticata: "*Non tam orans quam oratio factus*": Divenuto non orante, ma preghiera. Cioè, non era più uno che pregava, ma era diventato la sua preghiera. Non c'era più diaframma tra preghiera e vita, ma combaciavano perfettamente: pregare era vivere e vivere era pregare. Il cuore di Francesco era totalmente identificato con quello di Cristo, attraverso l'amorosa e appassionata contemplazione del Crocifisso. Solo quando il cuore del cristiano si identifica col cuore di Cristo la vita diventa preghiera e la preghiera diventa vita.

Bonaventura (1218 - 1274)

"*I desideri in noi si infiammano doppiamente: per lo slancio dell'orazione che sprigiona gemiti dal cuore e per lo splendore della speculazione con cui la mente, in modo diretto e intensissimo, si volge ai raggi della Luce*".

La preghiera è un grido del cuore e un'illuminazione dell'intelligenza. Amando si capisce di più e scoprendo, nello stupore, si ama di più. La contemplazione è come un esporsi alla luce e al calore di Dio. L'uomo, come il girasole, volge continuamente se stesso verso l'infinito sole di Dio per attingere avidamente calore e vita.

Tommaso d'Aquino (1225 - 1274)

"*La preghiera non viene presentata a Dio per fargli conoscere qualcosa che egli non sa, ma per spingere verso Dio l'animo di chi lo prega*". Il pagano pregava Dio per conquistarlo, per cattivarsene il favore e tirarlo dalla sua parte: doveva in qualche modo informarlo e convincerlo.

Il vangelo invece ci dice che Dio non ha bisogno di essere informato: "*Il Padre vostro sa di quali cose avete bisogno prima ancora che gliele chiediate*" (Mt 6, 8). E

lo sa molto meglio di noi "*perché nemmeno sappiamo che cosa sia conveniente domandare*" (Rm 8, 26). Meno ancora ha bisogno di essere convinto e tirato dalla nostra parte perché il Padre ci ama (cfr Gv 16, 27) e vuole il nostro bene molto più di quanto lo vogliamo noi per noi stessi.

E allora a che cosa serve pregare? Serve a me, non a lui. Prego per prendere coscienza della mia situazione e del mio estremo bisogno di Dio. Prego per togliermi i fumi della superbia e dell'autosufficienza. Prego perché senza di lui non posso esistere.

Prego non per tirare Dio dalla mia parte, ma perché Dio mi tiri dalla sua. Non chiedo a Dio di cambiare la sua volontà per fare la mia, ma chiedo che mi dia la forza per fare solo e sempre la sua.

La sola risposta che mi attendo dalla preghiera è la mia conversione.

Molti dicono sfiduciati: Dio non mi ascolta; la preghiera è inutile. E spesso cessano di pregare. Senza saperlo sono ancora sulla linea pagana: pretendono di essere gli architetti della loro vita e, solo a progetto ultimato, chiamano Dio, mediante la preghiera, perché venga a fare il manovale. No! Il progettista è lui; io nella preghiera collaboro umilmente per la realizzazione del suo progetto.

Ignazio di Loyola (1491 - 1556)

Ha paura dei lunghi colloqui con Dio, per non rischiare l'astrattismo. Non concepisce la preghiera sganciata dall'azione. Pregare è perciò "*seguire Cristo che va tra gli uomini, quasi accompagnandolo*" È un'indicazione preziosa per la fusione tra contemplazione e vita. È chiaro che per un uomo di Dio come Ignazio l'andare ai fratelli è frutto dell'incontro con Dio. Ma l'incontro con Dio rende impellente l'andare verso gli altri, essere "*contemplativi nell'azione*".

Carlo de Foucauld (1858 - 1916)

"La preghiera è l'attenzione dell'anima amorosamente fissata su Dio: più l'attenzione è amorosa, migliore è la preghiera".

Riportiamo una delle sue preghiere più celebri:

"Padre mio, io m'abbandono a te;

fa' di me quello che ti piace;

qualunque cosa tu faccia di me,

io ti ringrazio.

Sono pronto a tutto, accetto tutto,

*perché la tua volontà si compia in me
e in tutte le tue creature;*

non desidero nient'altro, mio Dio.

Rimetto la mia anima nelle tue mani,

te la dono, mio Dio,

con tutto l'amore del mio cuore,

perché ti amo.

Ed è per me un'esigenza d'amore

il donarmi, il rimettermi nelle tue mani,

senza misura, con confidenza infinita,

perché tu sei il PADRE MIO".

È stata una rapida corsa attraverso la Tradizione per cogliere qualcuna delle componenti maggiori della preghiera, un gesto accessibile nella pratica.

Evagrio diceva: "Vuoi imparare a pregare? Prega".

Due racconti evangelici (Gv 11, 1 - 44 e Lc 10, 38 - 42).

"Gesù voleva molto bene a Marta, a sua sorella e a Lazzaro". Per diventare amici di Cristo e per innamorarsi di lui bisogna sentire che ci vuole molto bene.

"Il Maestro è qui e ti chiama". Quando Gesù è o sembra lontano succedono i guai; quando lo sentiamo presente rifiorisce la vita e la speranza. Il Cristo che duemila anni fa era a Betania, oggi è qui e ripete anche a noi: *"Io sono la risurrezione e la vita".*

Per Maria *"sedutasi ai piedi di Gesù"* non esiste più niente: c'è lui solo. Lo guarda con occhi estasiati e pieni d'amore. *"Maria si è scelta la parte migliore che non le sarà tolta".*

Queste pagine del vangelo ci sembrano riassunte nella bella definizione di Teresa d'Avila: *"La preghiera per me, altro non è che un intimo rapporto d'amicizia e un frequente intrattenersi da solo a solo con Colui da cui sappiamo di essere amati".*

Un intimo rapporto personale.

Il cristianesimo è Qualcuno, è Cristo.

È Qualcuno che per me conta; Qualcuno senza del quale non potrei vivere:

"Per me infatti il vivere è Cristo" (Fil 1, 21).

Il mio rapporto con lui deve essere esauriente, afferrare tutta la mia vita.

L'amore ha sete di presenza.

Dio si è fatto meravigliosamente vicino. È venuto ad abitare in mezzo a noi (cfr Gv 1, 14). L'amore ha bisogno di presenza, desidera l'incontro. Dio è soprattutto presenza: Qualcuno che è qui, adesso, per me. È qui e mi aspetta perché mi vuol bene. Bisogna avvertire questa presenza. Una presenza non avvertita è come una "non presenza". E non vale la scusa che abbiamo tante cose da fare e da pensare. Un giorno il Signore disse a santa Teresa: "*Figlia mia, pensa a me, che a te ci penso io*". Se noi pensiamo a Lui e ai suoi interessi, Lui pensa a noi e ai nostri interessi: è un affare d'oro!

La preghiera non può nascere se non avvertiamo questa presenza: non si dialoga con un assente. La preghiera comincia nel preciso istante in cui Dio cessa di essere un egli e diventa un Tu. I personaggi dei salmi danno del tu a Dio, lo interloquiscono con fiducia.

Si dice che santa Caterina, quando pregava il "*Gloria al Padre*", lo recitasse così: "*Gloria al Padre, e a Te, o Figlio, e allo Spirito santo*" perché in quel momento, attraverso un'esperienza particolare, la presenza di Cristo si faceva sensibile. Per non essere da meno, noi potremmo pregare così: "*Gloria a Te, o Padre, e a Te, o Figlio, e a Te, Spirito santo*" perché sappiamo che la Trinità abita stabilmente in noi come in un tempio (cf Gv 14, 23; 1Cor 3, 16-17; 6, 19-20).

Io lo guardo e lui mi guarda.

È meraviglioso sentirsi addosso lo sguardo di un innamorato. Il salmo 139 (138) e l'episodio dell'uomo ricco (Mc 10, 17-22) ci aiutano ad attualizzare e a pregare questa realtà.

Quando prego, io lo guardo e lui mi guarda. Io che sono senza importanza per tutti, non sono senza importanza per lui.

Per intanto lo possiamo contemplare solo nei segni della sua presenza, nel riflesso delle sue creature. "*Sappiamo però che quando egli si sarà manifestato, noi saremo simili a lui, perché lo vedremo così come egli è*" (1Gv 3, 2).

Il desiderio di vederlo ha fatto nascere nella Chiesa primitiva la prima formula liturgica tipicamente cristiana: "**Maranà tha, Vieni, Signore Gesù**" (cf 1 Cor 16, 22; Ap 22, 20).

È la stessa struggente nostalgia del paradiso che faceva dire a Teresa d'Avila: "*Muoio, perché non muoio*".

Camminare alla presenza di Dio.

Dice la Bibbia: *"Enoch camminò con Dio"* (Gen 5, 21-23); *"Noè era uomo giusto e integro tra i suoi contemporanei e camminava con Dio"* (Gen 6, 9); *"Quando Abram ebbe novantanove anni il Signore gli apparve e gli disse: Io sono Dio onnipotente: cammina davanti a me e sii integro"* (Gen 17, 1). Tutti camminano con lui come si cammina con un compagno di viaggio. In Cristo Gesù, buon samaritano, Dio è in viaggio e passa accanto all'umanità di tutti i tempi e di tutti i luoghi e se ne prende cura (cf Lc 10, 30-37). La fede è la capacità di avvertire questa presenza amorosa e benefica.

Il mio silenzio ti parla.

Il primo mezzo per comunicare è il silenzio. Sbaglia chi crede che il silenzio sia un diaframma tra persone che porta all'isolamento. I momenti più belli dei rapporti anche umani sono i momenti in cui ci si guarda negli occhi senza dir niente. Il silenzio può esprimere una fusione di cuori, un'intimità che nessuna parola può tradurre. Elisabetta della Trinità l'ha definito *"l'estasi dell'amore"*. Un'anima inebriata dalla presenza di Dio non trova più parole.

Il dialogo orante.

Il valore del silenzio non elimina né oscura quello della parola. È proprio il silenzio che dà valore alla parola. Una parola è vera quando nasce dal silenzio interiore di chi parla e trova nel silenzio interiore dell'interlocutore uno spazio per entrare.

Il bisogno di comunicare con il Tu divino, di cui nella fede avvertiamo la presenza, si esprime dunque attraverso la parola, rispettando però le norme del dialogo. Molti pensano che pregare significhi semplicemente parlare con Dio. E non si accorgono di cadere così nel monologo. C'è dialogo tra due persone quando parlano entrambi. Se poi tra i due uno emerge sull'altro per dignità, spetta a lui la prima battuta del dialogo. Qui l'interlocutore è il Signore: dovrò lasciare che anzitutto parli lui. Pregare è soprattutto ascoltare. La mia non potrà essere che una risposta.

Ora il mezzo privilegiato con cui Dio mi parla è la Parola ispirata, la Bibbia. Dio parla certamente anche attraverso le creature, gli avvenimenti, le voci intime del mio cuore, ma senza la luce della Parola ispirata non saprei decifrarne il linguaggio. Nella storia della salvezza è la Parola profetica che illumina gli avvenimenti indicando il senso che assumono nel piano di Dio.

Sarà dunque la Bibbia il grande mezzo per mettermi in ascolto: la Bibbia però come parola viva, colta sulla bocca dell'interlocutore.

Diciamo di più: la Bibbia mi fornisce anche la risposta. Questo spiega perché la Chiesa privilegia i salmi nella sua preghiera. *"Sono preghiere ispirate che arrivano dirette al cuore di Dio"* (s. Gregorio Magno). E Pascal diceva che *"solo Dio parla bene a Dio"*.

In ogni caso la mia risposta dopo l'ascolto consisterà nel reagire a ciò che egli mi ha detto, nel far rimbalzare verso di lui la Parola ricevuta dopo che essa si è incorporata al mio mondo interiore ed è diventata ad un tempo la sua e la mia parola.

Esiste una scuola di preghiera, esiste una maestra esperta in materia. La liturgia è la Chiesa che prega. È lì che dobbiamo imparare a pregare ed è da lì che dobbiamo prendere ispirazione e metodo anche per la nostra preghiera personale.

Pregare è soprattutto lodare.

Quando Dio è al centro del nostro interesse, la lode prende il sopravvento sulle altre forme di preghiera. Non guardo me, guardo lui. Se guardassi solo me, rischierei di restare paralizzato dal panorama squallido delle mie miserie. Certo l'esame di coscienza ci vuole, ma va fatto in compagnia del Signore. Un bambino che fa l'inventario delle sue ferite in braccio a una madre premurosa che minimizza l'accaduto, lo consola e lo restaura: ecco un'immagine dell'esame di coscienza.

Quindi non stiamo a perdere eccessivo tempo a guardare i nostri cerotti. Mettiamo sempre Dio in primo piano e guardiamo soprattutto le sue meraviglie.

"Cantare amantis est: è proprio di chi ama, cantare" (s. Agostino). Cantare, nei testi agostiniani, è sinonimo di lodare.

Tagore, un poeta non cristiano ma impregnato di senso religioso esprime così l'atteggiamento di lode: *"Quando mi comandi di cantare, il mio cuore pare che si spezzi dall'orgoglio. Guardo il tuo viso e mi vengono le lacrime agli occhi. Tutto quello che vi è di aspro e di discorde nella mia vita, si fonde in un'unica dolce armonia, e la mia adorazione apre le ali, fa come l'uccello felice quando vola attraverso il mare. So che ti diletta del mio canto, e che solo quale cantore sono venuto al tuo cospetto. L'ala spiegata del mio canto sfiora i tuoi piedi, che non aspirerei mai a raggiungere. Nell'ebbrezza gioiosa del canto dimentico me stesso e chiamo te amico, che sei il mio Signore"*.

Soprattutto le ultime parole sono una delle più stupende definizioni dell'atteggiamento di lode: dimenticarsi per prorompere in un canto di ammirazione e di gioia, davanti all'amico Signore.

"Noi ti lodiamo, ti benediciamo, ti adoriamo, ti glorifichiamo, ti rendiamo grazie per la tua gloria immensa". Non solo per i benefici che ci hai dato, o Signore, ma soprattutto perché Tu esisti, perché Tu sei Dio, perché Tu sei la bontà, la bellezza infinita.

"Bisogna anzitutto lodarlo. Lodare è esprimere la propria ammirazione e nello stesso tempo il proprio amore, perché l'amore è inseparabilmente unito ad una ammirazione senza limiti" (C. De Foucauld).

Certo l'atteggiamento di lode non è l'unico atteggiamento della preghiera: ci sono tutti gli altri. Ma è il vertice della preghiera.

Sarà la lode che riempirà la nostra eternità felice, alla fine, senza fine.

Ora et labora - **Prega e lavora.**

Uno storico tedesco (!) ha detto che si potrebbe caratterizzare le grandi svolte della civiltà con il motto benedettino "*ora et labora*".

Per gli antichi valeva così com'è: la preghiera al primo posto, il lavoro al secondo posto, e una stretta unione tra preghiera e lavoro.

All'epoca del Rinascimento i due termini sono stati capovolti nella prassi, ed è come se si dicesse: "*Labora et ora*".

Finalmente con la svolta materialistica del nostro tempo uno dei due termini è soppresso. È come se si dicesse: "*Labora et labora*".

Infatti siamo in una repubblica fondata sul lavoro! Questa mentalità è diffusa e si cerca anche di giustificarla a suon di Bibbia.

Il cavallo di battaglia più conosciuto e più usato è il testo di Matteo che presenta i criteri del giudizio finale: Ero affamato, assetato, forestiero, nudo, malato, carcerato... (cf Mt 25, 31-46).

Per dare maggiore forza al discorso si sintetizza l'immagine di Gesù, come "*l'uomo per gli altri*".

È verissimo che Gesù è stato l'uomo per gli altri, ma egli era anzitutto "*il Figlio unigenito che è nel seno del Padre*" (Gv 1, 18), che si occupa delle cose del Padre (Lc 2, 49), che onora il Padre (Gv 8, 49), il cui cibo era fare la volontà del Padre e compiere la sua opera (Gv 4, 34). Per farla breve, insegnandoci a pregare, Gesù ci ha messo subito davanti agli occhi il Padre, il suo nome, il suo regno, la sua volontà.

Poi il pane. Un pane che è dono del Padre prima, e più ancora, che frutto del lavoro dell'uomo.

Si dice: "*Chi lavora, prega*". Sì, il lavoro è preghiera per chi sa pregare. Il lavoro diventa preghiera quando prima di lavorare si trova il tempo per pregare; in questo modo il lavoro diventa la continuazione naturale della preghiera, il fare quello che si è detto e capito nella preghiera. Diversamente il lavoro resta lavoro e stop.

Non siamo capaci di scoprire il volto di Cristo nel fratello se prima Cristo non è diventato per noi Qualcuno nella preghiera. Padre Peyriguère, un discepolo di Carlo de Foucauld, così esprime l'incontro con Cristo nei fratelli: "*Forse, non faccio mai così bene orazione, quanto nelle lunghe e stressanti giornate passate in mezzo a questa brava gente che mi assedia, che mi succhia letteralmente. Vedere Gesù in ogni essere umano, diceva il padre de Foucauld. Come è reale il Cristo, come è terribilmente reale, quando si presenta "sotto le specie" di uno dei nostri fratelli infelici! Come è bello venire in aiuto di Gesù, quando ce lo domanda uno di quelli per cui egli è morto! Allora, passare la giornata a curare la carne stessa di Gesù, è diventare contemplativi.*"

Ma questo poteva scriverlo uno che aveva cominciato la sua esperienza spirituale, passando molte ore in adorazione davanti al Santissimo Sacramento, e che continuava a farlo anche mentre faceva l'infermiere. Chi non prega, e dice di incontrare Cristo nei fratelli, illude se stesso e gli altri.

Agire per amore.

Siamo spesso in balia delle cose da fare. Siamo schiavi del lavoro.

Parafrasando il detto di Gesù: "*Il sabato è stato fatto per l'uomo e non l'uomo per il sabato*" (Mc 2, 27) potremmo dire: "*Il lavoro è stato fatto per l'uomo e non l'uomo per il lavoro*".

Dobbiamo poter dire: Agisco perché amo. E questo non deve valere solo per i grandi gesti, che nella vita capitano raramente, ma per quei piccoli gesti quotidiani, per i gesti al dettaglio.

Fra' Lorenzo della Risurrezione, umile cuoco carmelitano, diceva: "*Non è necessario avere grandi cose da fare. Io rivolto le frittate nella padella per amore di Dio. Quando sono pronte, se non ho altro da fare, mi prostro a terra e adoro il mio Dio che mi ha dato la grazia di prepararle. Dopo di che mi alzo più contento di un re. Quando non posso far altro, mi basta aver sollevato una pagliuzza da terra per amor di Dio*".

È questo "*per amor di Dio*" che rende felici nella vita: solo questo.

Trova Dio nell'intimo di te, poi agirai.

Gesù: preghiera e azione in perfetta simbiosi.

Ogni azione deve sgorgare dall'azione numero uno: dall'intimo del cuore che si unisce a Dio. Di lì tutte le azioni devono sgorgare per essere vere ed efficaci.

Gesù, l'esemplare divino, a questo riguardo, come sempre, è inarrivabile. Gesù riceve in ogni istante la vita dal Padre e vive continuamente rivolto verso di lui. È un rapporto costante che non conosce interruzione: *"Io non sono mai solo. Il Padre è sempre con me"* (Gv 16, 32); *"Io e il Padre siamo una cosa sola"* (Gv 10, 32).

Questo si traduce anche a livello operativo: *"Io faccio sempre le cose che gli sono gradite"* (Gv 8, 29).

Lo vediamo passare spontaneamente dalla preghiera all'azione e dall'azione alla preghiera. Davanti alla tomba di Lazzaro, prima alza gli occhi al cielo e dice: *"Padre, ti ringrazio che mi hai ascoltato. Io sapevo che sempre mi dai ascolto..."* poi si rivolge verso la tomba e grida a gran voce: *"Lazzaro, vieni fuori!"*. *Il morto uscì"* (Gv 11, 41-44).

Passa dalle giornate in cui non aveva più neanche il tempo per mangiare (Mc 6, 31) alle nottate di preghiera sulla montagna (Lc 6, 12).

Per lui preghiera e azione sono in perfetta simbiosi. Questo è il modello divino.

Riusciremo a pregare e a vivere così?

"Dio dà la preghiera a colui che prega" (Evagrio).

Si impara a pregare pregando.

"Chi impara a pregare impara a vivere" (s. Agostino).

"Signore, insegnaci a pregare!" (Lc 11, 1).

"Signore, insegnaci a vivere! Amen".

Sacramenti e preghiera

Abramo, Mosè e i profeti parlavano a Dio come un amico parla al suo amico. Leggiamo nella Bibbia: *"Il Signore parlava con Mosè a faccia a faccia, come un uomo parla con un altro"* (Es 33,11).

Ma veniamo subito al centro dell'argomento: Gesù. Cristo in quanto Dio è la grande parola del Padre rivolta agli uomini, il Verbo; in quanto uomo è la grande risposta degli uomini a Dio, il grande "sì", la grande preghiera in tutta

la sua vita, sulla croce, sull'altare. Il sacramento dell'alleanza, l'eucaristia, è la grande presenza in mezzo a noi del Figlio di Dio incarnato, morto e risorto per noi, e sempre in atteggiamento di supplica per noi (Rm 8,34; Eb 7,25). Pertanto la nostra grande preghiera personale e comunitaria è la messa, nella quale Cristo ci convoca e ci attende per pregare in mezzo a noi e attraverso di noi.

Per mezzo dei sacramenti noi riceviamo la grazia. La grazia non è qualcosa, ma Qualcuno: è lo Spirito santo. La presenza, la luce e l'amore dello Spirito santo si risolvono innanzitutto e soprattutto in preghiera, in adorazione, in un grido filiale che si alza verso Dio: "Abbà, Padre!".

Caricature della preghiera

A pensarci bene, tutte le deviazioni della preghiera possono essere ricondotte a una sola: vogliamo che Dio faccia la nostra volontà. No! Lo scopo della preghiera non è di ottenere che Dio faccia la nostra volontà, ma che noi facciamo la sua. Gesù ci ha insegnato: *"Quando pregate, dite: 'Padre nostro... sia fatta la tua volontà'"* (Mt 6,9-10). Al di fuori di questo atteggiamento ogni preghiera è illusione. E proprio perché Dio ci ama. La sua volontà nei nostri confronti si identifica con il suo amore per noi. Chiedere e ottenere qualcosa di diverso dalla sua volontà sarebbe chiedere e ottenere da Dio di non amarci: un'autentica follia e soprattutto una cosa assolutamente impossibile perché *"Dio è amore"* (1Gv 4,8).

Da sempre Dio esiste in se stesso come amore, come dialogo d'amore del Padre e del Figlio nell'unità dello Spirito santo. Mediante il battesimo noi siamo introdotti in questo mistero, chiamati personalmente ad essere figli e figlie nella famiglia della Trinità, ad essere in comunione col Padre, mediante il Figlio, nell'unità dello Spirito santo. Essere battezzati significa partecipare al rapporto di Gesù col Padre.

Ma che cos'è questo rapporto filiale di Gesù col Padre? Come lo vive concretamente Gesù? Ci risponde il vangelo prospettandoci la preghiera di Gesù. Gesù è Figlio. Ciò significa innanzitutto che egli prega. Spieghiamoci meglio. Anche quando agisce in mezzo agli uomini, Gesù rimane aperto al Dio vivente che lo ascolta sempre (Gv 11,42) in uno stato di lode e di supplica incessante. Non può fare a meno di lunghe e frequenti ore d'intimità

gratuita con lui. Il Padre è la fonte di tutta la sua vita e il suo continuo riferimento. Il Figlio riceve la propria vita dalle profondità del suo ininterrotto dialogo con il Padre. È Figlio, ed è detto tutto. La sua esistenza consiste nell'essere in comunione costante e reciproca col Padre suo. A differenza dei figli di questo mondo, che possono continuare a vivere anche quando muoiono il padre e la madre, il Figlio di Dio dipende eternamente nel suo essere dal Padre. Il Figlio esiste perché è da sempre generato dal Padre, è nel seno del Padre (Gv 1,18) e vive per il Padre (Gv 6,57).

Per capire il genuino significato della preghiera cristiana dobbiamo comprendere che cos'è l'adorazione in spirito e verità di cui parla Gesù nel vangelo secondo Giovanni al capitolo quarto. La donna samaritana interroga Gesù su un problema che opponeva giudei e samaritani. Leggiamo: *"Gli replicò la donna: 'Signore, vedo che tu sei un profeta. I nostri padri hanno adorato Dio sopra questo monte e voi dite che è a Gerusalemme il luogo in cui bisogna adorare'. Gesù le dice: 'Credimi, donna, è giunto il momento in cui né su questo monte né in Gerusalemme adorerete il Padre... È giunto il momento, ed è questo, in cui i veri adoratori adoreranno il Padre in spirito e verità; perché il Padre cerca tali adoratori. Dio è spirito e quelli che lo adorano devono adorarlo in spirito e verità'"* (Gv 4,19-24).

È una risposta solenne che segna la grande svolta nella storia della preghiera per tutta l'umanità. Fino alla venuta di Gesù nessun uomo era figlio di Dio nel senso pieno della parola. Dio era l'Altissimo e conveniva rendergli culto sui luoghi alti dove si costruivano i santuari. Ma ora il Figlio di Dio si è fatto uomo. Gesù è qui, uomo tra gli uomini. Quindi tutti i templi non valgono più nulla perché il solo luogo da cui sale la sola adorazione degna di Dio non è un edificio di pietre consacrate, ma Qualcuno, il Cristo. È lui il vero tempio, è lui il vero adoratore. Ormai l'adorazione in verità non sale né salirà più da un monumento di pietre, ma da un cuore d'uomo, dalla vita d'un uomo, dell'uomo-Dio Gesù. Ed essendo Gesù il Figlio, l'adorazione non si rivolge più al Dio altissimo, ma al Padre. La parola chiave di questa adorazione in spirito e verità è: "Abbà, Padre!". È lo Spirito santo che nel cuore del Figlio fa salire questo grido filiale verso il Padre. Ripetiamo: da quando il Figlio di Dio si è fatto uomo, la sola adorazione vera è quella "in Spirito" e il tempio da cui sale non è più un luogo sacro, ma il cuore dell'uomo-Dio Cristo Gesù. È Gesù stesso che identifica il nuovo tempio con il suo corpo. Leggiamo nel vangelo secondo Giovanni: *"Gesù rispose ai Giudei: 'Distruggete questo tempio e in*

tre giorni lo farò risorgere'. Gli dissero allora i Giudei: 'Questo tempio è stato costruito in quarantasei anni e tu in tre giorni lo fai risorgere?'. Ma egli parlava del tempio del suo corpo" (Gv 2,19,21).

Questa rivelazione ha un'importanza sconvolgente per comprendere la vera preghiera cristiana: non esiste altro luogo sacro, altro tempio al di fuori della persona di Gesù. Osserviamo, dunque, come vive la preghiera questo Figlio così unito al Padre suo nell'unità dello Spirito santo. Leggiamo qualche tratto del vangelo.

All'inizio della sua vita pubblica, il giorno del suo battesimo: *"Quando tutto il popolo fu battezzato e mentre Gesù, ricevuto anche lui il battesimo, stava in preghiera, il cielo si aprì e scese su di lui lo Spirito santo in apparenza corporea, come di colomba, e vi fu una voce dal cielo: 'Tu sei il mio Figlio prediletto, in te mi sono compiaciuto'" (Lc 3,21-22).*

Il vangelo secondo Marco ci dice: *"Al mattino si alzò quando ancora era buio e, uscito di casa, si ritirò in un luogo deserto e là pregava" (Mc 1,35).*

E il vangelo secondo Luca: *"La sua fama si diffondeva ancor più: folle numerose venivano per ascoltarlo e farsi guarire dalle loro infermità. Ma Gesù si ritirava in luoghi solitari a pregare" (Lc 5,15,16).*

E quando giunse il momento di scegliere i Dodici *"Gesù se ne andò sulla montagna a pregare e passò la notte in orazione" (Lc 6,12).*

Dopo la prima moltiplicazione dei pani *"salì sul monte a pregare" (Mc 6,46).*

E Luca ci riferisce così il fatto della trasfigurazione: *"Circa otto giorni dopo questi discorsi, prese con sé Pietro, Giovanni e Giacomo e salì sul monte a pregare. E mentre pregava il suo volto cambiò d'aspetto..." (Lc 9,28-29).*

I tre testimoni della trasfigurazione saranno in seguito i testimoni della sua agonia. Nel Getsemani, racconta Luca, *"Gesù, inginocchiatosi, pregava: 'Padre, se vuoi, allontana da me questo calice! Tuttavia non sia fatta la mia, ma la tua volontà'... E, in preda all'angoscia, pregava più intensamente" (Lc 22,40-44).*

Messe una dietro l'altra, queste citazioni ci sorprendono. Forse, per la prima volta, attirano con forza la nostra attenzione sulla vita interiore di Gesù.

Questi "pregava", ripetuti, all'imperfetto, indicano e sottolineano un'abitudine, una vita di preghiera frequente e prolungata. Questi lunghi tempi gratuiti, queste notti in preghiera sconcertano tutti e in particolare quelli che non hanno mai tempo di pregare e tutti quegli indaffarati, quegli attivi ad ogni costo per i quali "lavorare è pregare". Il Figlio di Dio non la pensa in questo modo e non si comporta in questo modo.

E di che cosa è fatto questo dialogo Padre-Figlio nello Spirito santo? Innanzitutto Gesù prega per illuminare e orientare il suo cammino missionario, per capire a chi e dove il Padre lo invia. Dopo la prima giornata di insegnamento e di guarigioni a Cafarnaon, Gesù prende un breve riposo e poi se ne va, quando era ancora buio, a pregare in un luogo solitario. Al mattino, Simone e i suoi compagni si affrettano a trovarlo e gli dicono: "Tutti ti cercano!". E lui: *"Andiamocene altrove per i villaggi vicini, perché io predichi anche là: per questo infatti sono venuto!"* (Mc 1,35-38).

Gesù prega per i suoi apostoli e per la sua chiesa: *"Padre, prego per coloro che mi hai dato. Custodisci nel tuo nome coloro che mi hai dato... Non chiedo che tu li tolga dal mondo, ma che li custodisca dal maligno... Non prego solo per questi, ma anche per quelli che per la loro parola crederanno in me, perché siano una cosa sola..."* (Gv 17).

Gesù prega per avere il coraggio di aderire alla volontà del Padre, accettando la croce (ricordiamo la preghiera nel Getsemani). Gesù prega per ottenere la salvezza, cioè la sua risurrezione e la nostra. Leggiamo nel vangelo secondo Giovanni: *"Alzati gli occhi al cielo, Gesù disse: Padre, è giunta l'ora, glorifica il Figlio tuo, perché il Figlio glorifichi te. Poiché tu gli hai dato potere sopra ogni essere umano, perché egli dia la vita eterna a tutti coloro che gli hai dato"* (Gv 17,1-2).

E nella Lettera agli Ebrei leggiamo: *"Nei giorni della sua vita terrena, egli (Cristo) offrì preghiere e suppliche con forti grida e lacrime a colui che poteva liberarlo da morte e fu esaudito per la sua pietà; pur essendo Figlio, imparò tuttavia l'obbedienza dalle cose che patì e, reso perfetto, divenne causa di salvezza eterna per tutti coloro che gli obbediscono"* (Eb 5,7-9).

Infine, e soprattutto, Gesù pregava proprio per conversare disinteressatamente con il Padre e solo perché è Figlio. Tertulliano ha scritto: "Nessuno è tanto Padre quanto Dio; nessuno è così tenero quanto lui". Allo stesso modo possiamo dire che nessuno è tanto Figlio quanto Gesù, nessuno è così tenero quanto lui.

Gesù è il Figlio, Iahvè è suo Padre, o meglio, il suo papà. È questo infatti il termine che gli esce dalla bocca e dal cuore; una delle prime parole balbettate dal bambino ebreo: abbà, papà; un termine completamente diverso da quello che usava il popolo di Dio quando ripeteva: *"Iahvè tu sei nostro padre"* (Is 63,15; 64,7; Ger 3,19; ecc.).

Scrivono Ioachim e Ieremias: *"Ci troviamo qui di fronte a qualcosa di completamente nuovo: il termine 'abbà'... Uno sguardo d'insieme sulla grande e ricca letteratura giudea della preghiera ci porta a concludere che è completamente sconosciuta l'invocazione di Dio"*

col nome di 'abbà'. Come spiegare questo fatto? I padri della chiesa Crisostomo, Teodoro di Mopsuestia e Teodoreto di Ciro, originari di Antiochia, le cui nutrici, conseguentemente, parlavano il dialetto siriano occidentale dell'aramaico, sono concordi nell'affermare che 'abbà' era il nome dato dal bambino a suo padre. E il Talmud conferma: 'Quando un bambino è svezzato, impara a dire 'abbà' e 'immà', papà e mamma. 'Abbà', 'immà' sono le prime parole balbettate dal bambino. 'Abbà' è puerile e comune; nessuno avrebbe osato dire 'abbà' a Dio! Gesù ha quindi parlato a Dio come un bambino al padre suo, con la stessa intima semplicità e lo stesso fiducioso abbandono'.

Un figlio non può dire "abbà", papà, a uno che non è suo padre nel senso più forte del termine, se non è stato generato da lui, se non è della stessa natura, della stessa sostanza. L'uomo Gesù è quindi Dio, *"della stessa sostanza del Padre"*. Per questo la sua vita è pregare, perché la sua vita è essere Figlio. E la sua preghiera è "abbà" perché Dio è il suo "papà". Mai prima d'allora si era sentita una simile preghiera. Eppure da allora sarà la preghiera del mondo, la preghiera di tutti gli uomini, perché il Figlio si è fatto uomo appunto per essere *"il primogenito tra molti fratelli"* (Rm 8,29), ai quali dirà: *"Quando pregate, dite: 'Padre nostro', chiamatelo papà"*. Per il fatto che tutti i cristiani sono *"partecipanti della natura divina"* (2Pt 1,4), la preghiera "cristiana" passerà dal cuore e dalle labbra di Gesù al cuore e alle labbra dei cristiani.

Leggiamo nel vangelo secondo Giovanni: *"A quanti l'hanno accolto ha dato potere di diventare figli di Dio: a quelli che credono nel suo nome, i quali non da sangue né da volere di carne né da volere d'uomo, ma da Dio sono stati generati"* (Gv 1,12-13).

Dobbiamo credere alla realtà di questa nostra nascita da Dio: battezzati nel nome del Dio trinitario, entriamo realmente nella condivisione della vita filiale di Gesù. Leggiamo nella prima Lettera di Giovanni: *"Quale grande amore ci ha dato il Padre per essere chiamati figli di Dio, e lo siamo realmente!"* (1Gv 3,1). Sul fonte del nostro battesimo, come sulle acque del Giordano, è disceso lo stesso Spirito di vita e d'amore, e su ciascuno di noi il Padre ha detto veramente: *"Tu sei il mio figlio prediletto, in te mi sono compiaciuto"* (Mc 1,11).

Con la sua nascita umana, Gesù aboliva tutti i templi, superandoli e surclassandoli all'infinito. Con la nostra nascita battesimale, siamo diventati, ciascuno, tempio come lui, con lui e in lui.

L'apostolo Paolo scrive ai Corinti: *"Non sapete che siete tempio di Dio e che lo*

Spirito di Dio abita in voi? Se uno distrugge il tempio di Dio, Dio distruggerà lui. Perché santo è il tempio di Dio che siete voi" (1Cor 3,16-17).

In tutto il mondo, il tempio di Dio è dove un cristiano è abitato dallo Spirito e cerca di vivere come figlio o figlia di Dio. C'è tempio di Dio ovunque una comunità è riunita nello Spirito, nel nome di Gesù, e vive l'ascolto, la supplica, la lode e soprattutto l'eucaristia. I luoghi di culto non sono niente senza cuori oranti e assemblee celebranti *"in spirito e verità"* (Gv 4,23-24). La chiesa non è mai un edificio, ma l'assemblea che lo fa vibrare della sua fede e del suo fervore.

Gesù è entrato nel tempio tante volte per insegnare (Mt 26,55; Lc 19,47; 20,1; Mc 12,35), per affrontare i suoi avversari (Gv 7,37; 8,2), per scacciarne i mercanti (Mt 21,12), ma mai per pregare il Padre suo. Perché? Perché lui è più grande del tempio (Mt 12,6). Non da quelle mura secolari sale la vera adorazione, ma dal suo cuore abitato dallo Spirito, abitato dall'amore filiale. I veri sacrifici graditi a Dio non sono quelli offerti nel tempio, ma solo dal suo corpo viene offerto il vero ed unico sacrificio. Leggiamo queste parole attribuite a Cristo nella Lettera agli Ebrei: *"Tu (o Dio) non hai voluto né sacrificio né offerta, un corpo invece mi hai preparato. Non hai gradito né olocausti né sacrifici per il peccato. Allora ho detto: 'Ecco io vengo... per fare, o Dio, la tua volontà'"* (Eb 10,5-7). Anche noi siamo più grandi del tempio, più importanti della nostra chiesa parrocchiale e del duomo della nostra diocesi, perché il tempio di Dio siamo noi. Scrive san Paolo: *"O non sapete che il vostro corpo è tempio dello Spirito santo che è in voi e che avete da Dio, e che non appartenete a voi stessi? Infatti siete stati comprati a caro prezzo. Glorificate dunque Dio nel vostro corpo"* (1Cor 6,19-20).

La nostra preghiera dunque non può essere un vestito da cerimonia da indossare ogni tanto. La nostra condizione di battezzati esige un'esistenza che abbia il suo centro nella comunione con il Padre mediante il dialogo con lui. Per un cristiano pregare non significa solo dire qualche preghiera mattina e sera, recitando delle formule di tanto in tanto, ma stare all'ascolto di Dio, in atteggiamento di apertura al Padre, in modo da prendere tutte le proprie decisioni in un amen, un "sì" filiale alla divina volontà. Questo è il senso della sola formula di preghiera che il Signore ci ha insegnato, il "Padre nostro".

Dobbiamo diventare quello che siamo! Noi siamo costitutivamente fratelli o sorelle di Gesù, figli del Padre. Ora un fratello o un figlio che non ama è un

degenerare: rinnega il proprio sangue, la propria specie. Invece chi ama sente il bisogno di vivere questa realtà e di proclamarla. Ebbene, questo è pregare. Pregare è amare. Essere figli con Gesù costituisce la nostra stessa natura e quindi ascoltare il Padre e parlargli costituisce la nostra stessa vita; lasciare che lo Spirito d'adorazione e d'amore soffi in noi è la nostra stessa respirazione, il nostro alito vitale. Pregare significa esistere come figlio di Dio, come fratello di Gesù Cristo e come tempio vivo dello Spirito santo.

Se siamo figli nel Figlio Gesù, preghiamo nel nome di Gesù, come ci invita a pregare Gesù (Gv 14,13-14; 16,23-28; ecc.), ossia non chiediamo a vanvera la prima cosa che ci salta in mente, ma quanto egli stesso ha chiesto, quanto egli stesso chiederebbe se pregasse al nostro posto, perché in realtà è proprio Cristo che prega in noi e attraverso di noi quando preghiamo. La preghiera "cristiana" è la preghiera di Cristo. In altre parole, la preghiera "cristiana" è quella che Gesù continua a rivolgere al Padre attraverso di noi e in noi, per mezzo del suo Spirito, come scrive san Paolo: *"Lo Spirito viene in aiuto alla nostra debolezza, perché nemmeno sappiamo che cosa sia conveniente domandare, ma lo Spirito stesso intercede con insistenza per noi, con gemiti inesprimibili; e colui che scruta i cuori sa quali sono i desideri dello Spirito poiché egli intercede per i credenti secondo i disegni di Dio"* (Rm 8,26-27). E che cosa ci fa dire lo Spirito? Ascoltiamo nuovamente l'apostolo Paolo: *"Avete ricevuto uno spirito da figli adottivi per mezzo del quale gridiamo: 'Abbà', 'Padre!'. Lo Spirito stesso attesta al nostro spirito che siamo figli di Dio"* (Rm 8,15-16). Ancora, come sempre, ci troviamo davanti al Padre nostro.

Prima di concludere diciamo qualcosa sulla preghiera di domanda. È una preghiera insegnataci con forza da Gesù stesso. È lui che ha detto: *"Chiedete e vi sarà dato, cercate e troverete, bussate e vi sarà aperto. Perché chi chiede ottiene, chi cerca trova, e a chi bussa sarà aperto. Quale padre tra voi, se il figlio gli chiede un pane gli darà una pietra? O se gli chiede un uovo gli darà uno scorpione? Se dunque voi, che siete cattivi, sapete dare cose buone ai vostri figli, quanto più il Padre vostro celeste darà lo Spirito santo a coloro che glielo chiedono"* (Lc 11,9-13).

Diciamo subito una verità elementare: la preghiera non serve per cambiare Dio che va benissimo così, ma per cambiare noi che non andiamo bene così e dobbiamo convertirci. La preghiera serve per cambiare i nostri cuori, così che ci mettiamo all'opera con Dio che opera sempre (Gv 5,17).

Vi sono parole di Gesù che insistono «sugli *atteggiamenti* del credente che prega. Per esempio, c'è la parabola dell'amico importuno, che va a disturbare un'intera famiglia che dorme perché all'improvviso è arrivata una persona da un viaggio e non ha pani da offrirgli. Ecco cosa dice Gesù a questo che bussava alla porta, e sveglia l'amico: «Vi dico – spiega Gesù – che, anche se non si alzerà a darglieli perché è suo amico, almeno per la sua invadenza si alzerà a dargliene quanti gliene occorrono» (Lc 11,9). Con questo vuole insegnarci a pregare e a insistere nella preghiera. E subito dopo fa l'esempio di un padre che ha un figlio affamato. Tutti voi, padri e nonni, che siete qui, quando il figlio o il nipotino chiede qualcosa, ha fame, e chiede e chiede, poi piange, grida, ha fame: «Quale padre tra voi, se il figlio gli chiede un pesce, gli darà una serpe al posto del pesce?» (v. 11). E tutti voi avete l'esperienza quando il figlio chiede, voi date da mangiare quello che chiede, per il bene di lui. Con queste parole Gesù fa capire che Dio risponde sempre, che nessuna preghiera resterà inascoltata, perché? Perché Lui è Padre, e non dimentica i suoi figli che soffrono.

Certo, queste affermazioni ci mettono in crisi, perché tante nostre preghiere sembra che non ottengano alcun risultato. Quante volte abbiamo chiesto e non ottenuto – ne abbiamo l'esperienza tutti – quante volte abbiamo bussato e trovato una porta chiusa? Gesù ci raccomanda, in quei momenti, *di insistere e di non darci per vinti*. La preghiera trasforma sempre la realtà, sempre. Se non cambiano le cose attorno a noi, almeno cambiamo noi, cambia il nostro cuore. Gesù ha promesso il dono dello Spirito Santo ad ogni uomo e a ogni donna che prega.

Possiamo essere certi che *Dio risponderà*. L'unica incertezza è dovuta ai tempi, ma non dubitiamo che Lui risponderà. Magari ci toccherà insistere per tutta la vita, ma Lui risponderà. Ce lo ha promesso: Lui non è come un padre che dà una serpe al posto di un pesce. Non c'è nulla di più certo: il desiderio di felicità che tutti portiamo nel cuore un giorno si compirà. Dice Gesù: «Dio non farà forse giustizia ai suoi eletti, che gridano giorno e notte verso di lui?» (Lc 18,7). Sì, farà giustizia, ci ascolterà. Che giorno di gloria e di risurrezione sarà mai quello! Pregare è fin da ora la vittoria sulla solitudine e sulla disperazione. Pregare. La preghiera cambia la realtà, non dimentichiamolo. O cambia le cose o cambia il nostro cuore, ma sempre cambia» (Francesco, *Omèlie*, 9 gennaio 2019).

Quindi la preghiera non serve per rifilare a Dio le cose che non ci piacciono e per chiedere che faccia lui la nostra parte e ci lasci vivacchiare nella pigrizia e nel disimpegno. Dio è il Padre, l'educatore perfetto e non si presta a foraggiare i nostri vizi e ad accarezzare le nostre viltà. Se vogliamo essere figli come il Padre ci vuole, dobbiamo realizzare la beatitudine proclamata da Gesù: *"Beati quelli che ascoltano la parola di Dio e la mettono in pratica"* (Lc 11,28). Ascoltare per sapere che cosa domandare; domandare per avere l'amore e la forza di vivere ciò che si è ascoltato: questo è il culmine, questa è la perfezione della preghiera di domanda.

Leggiamo nel vangelo: *"Il Padre vostro sa di quali cose avete bisogno prima ancora che glielo chiediate"* (Mt 6,8). Quindi le nostre richieste non sono pronunciate per rendere edotto Dio di qualcosa, ma per aprirgli il nostro cuore. Non perché il Padre, il Figlio e lo Spirito santo non sappiano quanto abbiamo in cuore, ma perché il nostro cuore si illumina mentre si manifesta, come una stanza quando si aprono le imposte. *"Chiedete e vi sarà dato; cercate e troverete, bussate e vi sarà aperto"* (Mt 7,7-8). Con questi imperativi, amorosamente fermi, è Dio stesso che bussa alla nostra porta. Nel rispetto assoluto della nostra libertà, egli aspetta la nostra invocazione; come una madre, spia il nostro grido per venirci in aiuto.

Concludiamo con una frase felice di Paul Claudel: *"Se Dio non cessa di comandarci e di raccomandarci la preghiera è perché ne ha bisogno per essere alleggerito della sua misericordia che monta la guardia alla porta del nostro cuore in attesa che questa si apra"*.

Un Tratto Amichevole

Teresa di Gesù sa che a Dio non importa tanto l'orazione in sé bensì il **“tratto”** personale in essa, la **“relazione”**, essendo l'orazione un **“tratto amichevole, stando molte volte soli con chi sappiamo ci ama”** (V 5, 8).

Nell'amicizia con Cristo occorre essere determinati: ci vuole «una risoluzione ferma e decisa di non mai fermarsi fino a che non si abbia raggiunta quella fonte. Avvenga quel che vuol avvenire, succeda quel che vuol succedere, mormori chi vuol mormorare, si fatichi quanto bisogna faticare: ma a costo di morire a mezza strada, scoraggiati per i molti ostacoli che si presentano, si tenda alla meta, ne vada il mondo intero!» (C 21, 2). La fonte di una vita eucaristica, che «sta nascosta in questo vivo pan per darci vita, anche se è notte» (Giovanni della Croce, Poema “La fonte”, 9).

Ora: non potremo avanzare rapidamente come vorremmo se non «deponiamo ogni fiducia di noi stessi per riporla tutta nel Signore» (V 8, 12). È quello che la conversione di Teresa ha da insegnare a tutti noi. È determinazione determinata: a lasciarsi trasformare da Dio, per non rimanere schiavi, ancorati alla nostra realtà decaduta: «Chi potrà mai liberarsi dai suoi modi di agire e dalla sua bassa condizione, se non sei tu, mio Dio, a sollevarlo fino a te nella purezza del tuo amore? Come potrà elevarsi fino a te l'uomo generato e formato nella bassezza, se non lo sollevi tu, o Signore, con la stessa mano con la quale l'hai creato?» (Giovanni della Croce, *Orazione dell'anima innamorata*).

Il figlio cresce ponendo ogni fiducia nella vita che si porta dentro, e che è la stessa del padre. Noi, figli di Dio, nel Figlio suo, quando ci poniamo entro un processo educativo attraverso l'ascesi è come se “chiamassimo” Dio, essendo esercizio della vita che Lui stesso ci ha donato, deponendo appunto ogni fiducia in noi stessi «per riporla tutta nel Signore». La fiducia, non l'impegno. La fiducia.

Si tratta allora di

- **Educare** all'interiorità, per potersi guardare dentro, e scorgere la propria bellezza e dignità, oltre alla realtà del proprio peccato. Chi non rientra in se stesso è superficiale e non può dire di conoscersi secondo le proprie possibilità.
- **Educare** il cuore, sede della volontà, perché si abbandoni a Dio. La persona che ama infatti non guarda a se stessa ma a Dio. Si consegna al suo servizio.
- **Educare** il pensiero, così disperso e a volte così stanco, ad abbandonare l'ideologia e a verificarsi a partire dall'esperienza di un incontro.
- **Educare** le virtù necessarie a consolidare l'orazione. Esse sono tre, principalmente, secondo Teresa: l'amore, il distacco e l'umiltà.
- **Educare** le relazioni con chi ci sta accanto perché siano libere, non segnate dal "rispetto umano", dal senso dell'onore.
- **Educare** la relazione con Dio, allontanandola dagli immaginari delle religioni. Il Dio vero è quello che c'è stato rivelato in Gesù Cristo: ci è vicino, amico, maestro e compagno di viaggio. Ed è anzitutto Padre.

Tengano bene a mente... quelli che iniziano....

Educhiamo noi stessi anzitutto a partire da quel che siamo e in ciò che stiamo vivendo.

Dobbiamo «far conto dei doni di Dio ... ci sono stati dati senza nostro merito», perciò «bisogna essergliene riconoscenti. Non voler apprezzare ciò che si riceve, impedisce di stimolarci all'amore, essendo certo che quanto più un'anima si riconosce povera di per se stessa e ricca soltanto dei doni di Dio, più avanza in virtù, specialmente nella vera umiltà» (Vita 10, 4). «Segno evidente che noi amiamo una persona è quando ricordiamo spesso il bene che ci ha fatto» (Vita 10, 5).

E poi: chi «non sa di essere ricco, come può spendere con larghezza e giovare ad altri? Data la debolezza della nostra natura, se non ci si riconosce favoriti da Dio, credo che sia impossibile aver animo per grandi cose» (Vita 10, 6), essere misericordiosi senza riconoscere la misericordia del Padre.

«Determinarsi a battere il cammino dell'Orazione» è *cominciare* «a essere servi dell'amore» in quell' "esserne riconoscenti", facendo «il possibile per staccarsi da tutto per meglio servire» (V 11, 1) a Dio che «è amore» (1Gv 4, 16), mossi dall'intenzione «di contentare, non gli uomini, ma Dio» (Vita 10, 4).

E tuttavia noi «*non vogliamo*» vederci «in possesso del vero amore perfetto» (V 11, 1). Questa è la nostra situazione: «siamo così avari e così lenti nel darci a Dio che non ci determiniamo mai a metterci nelle disposizioni per *riceverLo*» (*Ibid*).

«Chi comincia deve far conto di tramutare in giardino di delizie per il Signore un terreno molto ingrato, nel quale non germogliano che erbe cattive.

Sradicare le erbe cattive e piantarne di buone è *lavoro di Dio* che supponiamo già fatto fin da quando l'anima si determina per l'orazione e comincia a praticarla». Noi iniziamo a determinarci a seguito dell'azione della Grazia, del *lavoro di Dio* che *sradica le erbe cattive e ne pianta di buone*.

La domanda è allora.... Quali erbe cattive sta sradicando Dio dal mio orto e quali buone sta piantando? Se siamo qui vuol dire che ci stiamo determinando a battere il cammino dell'Orazione. Significa che Dio in noi sta già facendo un buon lavoro.

Per prima cosa, dunque... ringraziamo! E iniziamo allora dal confronto della nostra esperienza con quella di Teresa di Gesù:

Dio tolse a Teresa le erbe cattive

1. **La falsa umiltà...** «credere che per umiltà non si debba far conto dei doni di Dio. ... Non voler apprezzare ciò che si riceve, impedisce di stimolarci all'amore» (Vita 10, 4).
2. **Il confidare in se stessi... non in Dio...** «avevo il torto di non porre in Lui ogni mia fiducia e di non diffidare abbastanza delle mie forze. Cercavo rimedi, usavo ogni diligenza, ma non riuscivo a persuadermi che ben poco si fa se non deponiamo ogni fiducia di noi stessi per riporla tutta nel Signore» (Vita 8, 12).
3. **Le cattive abitudini...** Situazioni che riproduciamo nel nostro ambiente familiare, culturale, sociale e che sono opposte alla vita in Dio debilitano la persona: «Ormai la mia anima si sentiva stanca e voleva riposare, ma le sue perverse abitudini glielo impedivano» (Vita 9, 1).
4. **Le tentazioni ... le occasioni...** «tutti si guardino da quei pericoli dai quali io non mi seppi guardare. [...] scongiuro chiunque a fuggire le occasioni pericolose, perché, messi in esse, non si può avere sicurezza, essendo molti i nemici che ci combattono, e troppo deboli le nostre forze per difenderci. [...] soddisfazioni e passatempi mondani ... leciti! [...] quando udivo qualcuno parlare bene e con unzione, mi nasceva per lui un affetto tutto particolare, senza che io lo procurassi né sapessi donde mi provenisse ... Se da una parte le prediche mi erano di grande consolazione, dall'altra mi erano pure di tormento, perché mi facevano vedere quanto fossi diversa da quella che dovevo essere» (Vita 8, 10.11.12).
5. **Mancanza di decisione... Dio o il mondo?...** «non godevo di Dio, né mi sentivo contenta col mondo» (Vita 8, 29).
6. **Amicizie che distraggono da Dio..** «Di passatempo in passatempo, di vanità in vanità, di occasione in occasione, cominciai a mettere di nuovo in pericolo la mia anima, la quale, guasta ormai per tante distrazioni, prese a vergognarsi di continuare con Dio quella particolare amicizia che deriva dall'orazione [...] È una specie di umiltà non fidarsi di sé e credere che Dio ci aiuterà mediante la compagnia dei buoni. Nella comunanza che ne deriva, la carità getta profonde radici» (Vita 7, 1.22).

... e piantò erbe buone....

1. **Grazie di Dio...** «Cominciò dunque il Signore a favorirmi di molte grazie sino ad elevarmi all'orazione di quiete e qualche volta a quella di unione» (Vita 4, 7) ... «fu per un tratto di divina provvidenza non aver io trovato chi mi dirigesse, perché, incapace come sono di meditare, se mi avessero privata del libro, credo che fra tanti travagli e aridità non avrei potuto perseverare ... il libro mi consolava: mi serviva di compagnia e di scudo per ribattere gli assalti dei molti pensieri» (Vita 4, 9) ... «le mie risoluzioni approdarono a ben poco. Però mi giovarono per quando mi misi al servizio di Dio, perché mi aiutarono a sopportare le terribili infermità che mi vennero, con quella grande pazienza che il Signore mi dette» (Vita 4, 9). ... «Indora le mie colpe e fa risplendere come mia la virtù che Egli stesso mi dona, costringendomi quasi a tenerla» (Vita 4, 10).
2. **Timor di Dio...** «in gran parte erano impregnati di amore, perché il pensiero del castigo non mi si presentava mai» (6, 4). «Fra le altre grazie il Signore mi ha fatto pur quella di non aver mai lasciato di confessare» (Vita 5, 10).
3. **Intendere come amare Dio...** «Mi fu di grande aiuto l'aver avuto da Dio la grazia dell'orazione, nella quale compresi cosa voglia dire amarlo. E poco dopo vidi nascere in me delle nuove virtù, benché non così forti da liberarmi del tutto da ogni difetto. Non dicevo male di alcuno, neppure in cose piccole, e fuggivo ogni sorta di mormorazione, convinta che non dovevo volere né dire delle altre quello che non volevo che dicessero di me. E mi attenevo a questa massima in qualunque occasione mi trovassi, benché alle volte non tanto perfettamente, specie se le occasioni erano molto gravi» (Vita 6, 3).
4. **Lasciare che Dio sia Dio...** «Ecco qui il nostro errore: non voler rimetterci in tutto nelle mani di Dio che sa meglio di noi quello che ci conviene» (Vita 6, 5).
5. **Non amare il mondo...** «Nulla mi soddisfa di ciò che non viene da Voi: tutto il resto mi è pesantissima croce. ... Voi sapete, o mio Dio, che a me non sembra di mentire» (Vita 6, 9).
6. **Il "castigo" ... la grazia di Dio...** «O Signore dell'anima mia, come esaltare i favori che in quegli anni mi avete fatto? Mentre più vi offendevo, più Voi mi disponevate con vivissimi pentimenti a ricevere

altre grazie e favori. E quello era il castigo più raffinato e penoso che per me potevate adoperare, sapendo Voi, o mio Re, quello che più mi affliggeva. Sì, castigavate i miei peccati con l'abbondanza dei vostri doni! (Vita 7, 19).

7. **Esperienza della misericordia di Dio...** «Oh, come sopportate chi vi permette di stargli vicino! Che buon amico dimostrate di essergli, Signore! Come lo favorite, e con quanta pazienza sopportate la sua condizione aspettando che si conformi alla vostra! Tenete in conto ogni istante ch'egli trascorre in amarvi, e per un attimo di pentimento dimenticate le offese che vi ha fatto. [...] Se vi avvicinasero, diverrebbero buoni anche i cattivi, quelli cioè che non sono della vostra condizione» (Vita 8, 6)
8. **Presenza in noi e ... gratuità di Dio...** «mi sentivo invadere d'improvviso da un sentimento così vivo della divina presenza, da non poter in alcun modo dubitare essere Dio in me e io in Lui» (Vita 10, 1)
9. **I tesori di Dio e con essi ... la forza...** «Se ci dà i suoi tesori [...] staccarsi dal mondo e disprezzarlo. Con quei doni abbiamo pure questa forza» (Vita 10, 6).
10. **L'essere risoluti e coraggiosi nell'esserlo...** «Dio ... a un'anima ... dà di risolversi e il coraggio di procurarsi questo bene con tutte le sue forze. Se vi persevera, il Signore che non nega a nessuno il suo aiuto, andrà fortificando il suo coraggio» (Vita 11, 4).

Fin qui “*il rendersi conto*” « che *la vita è breve* (Gb 14, 5), che *il sentiero della vita eterna è stretto* (Mt 7,14) e che *il giusto a stento si salva* (1Pt 4, 18); che le cose del mondo sono vane e fallaci, che tutto finisce e passa come l'acqua che scorre (2Sam 14,14), che il tempo è breve, il giudizio rigoroso, la dannazione molto facile, la salvezza molto difficile. D'altra parte conosce il grande debito di gratitudine che ha verso Dio che l'ha creata solo per se stesso, per cui gli deve il servizio di tutta la sua vita, e l'ha redenta solo da se, per cui gli deve tutto il resto e la risposta d'amore della sua volontà; e ancora mille altri benefici, per cui sa di essere obbligata verso Dio già prima di nascere, mentre gran parte della sua vita è trascorsa invano. Di tutto questo dovrà rendere esatto conto, dall'inizio alla fine, *fino all'ultimo spicciolo* (Mt 5, 26), *quando Dio perlustrerà*

Gerusalemme con lanterne (Sof 1, 12), mentre ormai è tardi, forse l'ultima ora del giorno (Mt 20, 6)»¹².

Certo non dobbiamo, è vero, «rinnegare i legittimi diritti della natura, ma dobbiamo però dar sempre la preferenza ai doni della grazia»¹³. Questa preferenza si dà col «tendere sempre: non al più facile, ma al più difficile; non al più saporito, ma al più insipido; non al più piacevole, ma al più disgustoso; non al riposo, ma alla fatica; non al conforto, ma allo sconforto; non al più, ma al meno; non al più alto e pregevole, ma al più vile e spregevole; non a voler qualcosa, ma a non voler nulla; non alla ricerca del meglio nelle cose terrene, ma al peggio, e desiderare in tutto nudità, vuoto e povertà di quanto v'è al mondo per amore di Cristo» (1S 13, 6). Davvero non vogliate dare «*le cose sante ai cani* (Mt 7,6). Con queste affermazioni il Signore paragona ai figli di Dio coloro che, negando l'attaccamento alle cose create, si dispongono ad accogliere in purezza lo spirito di Dio; ai cani, invece, paragona quelli che vogliono trovare nutrimento nelle cose create attraverso i loro appetiti. Ai figli (e noi siamo figli nel Figlio di Dio - n.d.r), infatti, è concesso mangiare alla mensa e allo stesso piatto del Padre, cioè nutrirsi del suo spirito; mentre ai cani sono lasciate le briciole che cadono dalla tavola. A tale riguardo occorre notare che tutte le cose create sono briciole che cadono dalla mensa di Dio. A buon diritto, dunque, sono chiamati cani coloro che si pascono delle cose create; per questo viene tolto loro il pane dei figli, perché non vogliono elevarsi al di sopra di esse, vere briciole, fino alla mensa dello spirito increato del Padre. Proprio per questo vagano sempre affamati come cani, perché le briciole servono più a stimolare gli appetiti che a sedare la fame. Di costoro Davide afferma: *Famem patientur ut canes, et circuibunt civitatem. Si vero non fuerint saturati, et murmurabunt: Ringhiano come cani, per la città si aggirano, vagando in cerca di cibo; latrano, se non possono saziarsi* (Sal 58[59],15-16). Questa, infatti, è la caratteristica di chi è dominato dagli appetiti: è sempre scontento e inquieto, come un famelico» (1S 6, 2-3).

«Ora a noi, - invece - come a buoni giardinieri, incombe l'obbligo di procurare, *con l'aiuto di Dio*, che quelle piante crescano: perciò innaffiarle affinché non inaridiscano, e cercare che producano fiori di deliziosa fragranza

¹² Giovanni della Croce, *Cantico B*, Annotazione strofa 1.

¹³ Ambrogio da Milano, *In morte del fratello Satiro*, Lib. 2, 40. 41. 46. 47. 132. 133.

per ricreare il Signore. Allora Egli verrà spesso a riconfortarsi e trovare le sue delizie fra quei fiori di virtù» (Vita 11, 6). Questo significa mettersi «nelle disposizioni per riceverLo». Ripetiamo con Teresa: «avevo il torto di non porre in Lui ogni mia fiducia e di non diffidare abbastanza delle *mie forze*. Cercavo rimedi, usavo ogni diligenza, ma non riuscivo a persuadermi che ben poco si fa se non deponiamo ogni fiducia di noi stessi per riporla *tutta* nel Signore» (Vita 8, 12). Collaboreremo con Lui, d'ora in avanti, disponendoci a riceverLo fino a che questa disposizione sarà definitiva?

la pedagogia dell'orazione teresiana

La persona, rendendosi conto della realtà, si addentra nel cammino dell'orazione cercando Dio. Teresa descrive l'orazione come un processo nel quale, agli inizi, il lavoro dell'orante risulta faticoso, per le difficoltà che comporta iniziare un processo di interiorizzazione e di comunicazione con Dio fino a godere dell'esperienza gratuita di Dio il quale “*non si stanca mai di donare*”¹⁴.

Il primo passo è già stato fatto: quello di prendere coscienza di cosa sia la persona, realmente e per davvero, in ciò che gli è stato tolto e in ciò che le è stato dato, per farsi forte e difendersi in battaglia, resistere alle inevitabili battute d'arresto della vita dovute alla presenza del demonio.

Anzitutto «non abbandonatevi al sonno! Sareste come colui che si corica tranquillamente perché, avendo paura dei ladri, ha sbarrato le porte di casa, senza pensare che i ladri sono chiusi dentro. Ora, come sapete, finché siamo dentro noi, non vi è ladro peggiore. Se non ci sorvegliamo accuratamente, se ognuna di noi non considera la propria abnegazione come l'affare più importante, una moltitudine di ostacoli ci impedirà quella libertà di spirito che sola ci permette di volare al Creatore, non più carichi di terra e di piombo» (C 10, 1). Il diavolo ci spinge a rubare a Dio la «conoscenza del bene e del male» (Gen 2, 9.17), la quale ci toglie quella libertà di spirito, e ci porta ad avere paura e a nasconderci di fronte a Dio (cfr. Gen 3, 10) per il fatto «di essere nudi» (Gen 3, 7).

Teresa ci dice che non bastano le virtù, che sono la forza di noi che siamo tornati a mangiare dell'albero della vita nel Corpo e Sangue di Gesù, che ci nutriamo dell'Eucaristia, bisogna prendersene cura. Per mantenere il nostro giardino (vita) ben fiorito (virtù) per Dio, è necessario “*annaffiarlo*” (preghiera) continuamente.

1. Preparativi per un viaggio.

Teresa suddivide la vita di orazione in quattro periodi. Prima però di addentrarci nel cammino dell'orazione ci da un avviso: All'inizio si incontra maggiore difficoltà, c'è più lavoro... Perché? Dice Teresa, quelli che fanno

¹⁴ *né le sue misericordie possono esaurirsi: non stanchiamoci noi di riceverle!...*Vita 19, 15.

orazione “...devono stancarsi nel cercare di raccogliere i sensi¹⁵, cosa che, poichè questi ultimi sono abituati a procedere in modo dispersivo, è una gran fatica”¹⁶. La difficoltà non sta nella preghiera, ma nel soggetto al quale Teresa raccomanda di “abituarsi un po per volta a non dare importanza nè alla vista nè all’udito...”¹⁷.

Ci si deve abituare perciò nella nell’orazione, nei vari momenti della vita quotidiana a “a stare in solitudine e, appartati, a pensare alla propria vita passata (anche se questo prima o poi tutti lo devono fare molte volte)... devono cercare di riflettere sulla vita di Cristo e nel farlo l’intelletto si stancherà”¹⁸.

Questo è ciò che possiamo fare, ciò che è alla nostra portata... “si intende con l’aiuto di Dio, senza il quale si sa che non possiamo avere nemmeno un buon pensiero. ... Questo è cominciare a tirar su acqua dal pozzo e piaccia a Dio di darci questo aiuto - ma almeno questo non dipende da noi, che già andiamo a tirarla su e a fare il possibile per innaffiare questi fiori”¹⁹.

A volte, agli inizi, non si sa bene come procedere lungo il cammino. Si ha l’impressione di tornare indietro, invece di crescere e migliorare. Questo è un bene perché ci dà modo di scoprire, anche se in modo non consapevole, come sia Dio a sostenere la persona nonostante le difficoltà. È Dio che inizia l’opera sua che è quella di darSi a noi... “E Dio è così buono che, quando per i motivi che Sua Maestà conosce - forse per nostro gran vantaggio - vuole che il pozzo sia asciutto, se noi facciamo il nostro come bravi giardinieri, senza acqua tiene in vita i fiori e fa crescere le virtù. Chiamo acqua qui le lacrime e, in mancanza di queste, la tenerezza e il sentimento interiore di devozione”²⁰.

Agli inizi l’esperienza dell’orante è cruda, perché non sente niente... pensa di essere come fermo sul sentiero dell’orazione. Arriva la delusione ma, dice Teresa... tutto questo è normale!! Per molti giorni

- “ ... Non c’è altro che aridità e disgusto e insipidezza...”²¹
- “... e una così grande svogliatezza di andare a tirar su l’acqua che abbandonerebbe tutto, se non si ricordasse che fa piacere al Signore del giardino ...”²²

¹⁵ Vista, udito, gusto, olfatto, tatto.

¹⁶ Vita 11, 9.

¹⁷ Vita 11, 9.

¹⁸ Vita 11, 9.

¹⁹ Vita 11,9

²⁰ Vita 11,9.

²¹ Vita 11,10.

²² Vita 11,10.

- “... gli accadrà di non riuscire nemmeno ad alzare le braccia, e nemmeno potrà avere un buon pensiero; questo far lavorare l'intelletto s'intende che corrisponde al tirare su acqua dal pozzo”²³.

Cosa fare in questo periodo di aridità, disgusto e insipidezza? Teresa dice:

- “Gioire e consolarsi e ritenere come grandissima grazia il lavorare in un giardino che appartiene a un così grande Imperatore...”²⁴
- “...la sua intenzione non deve essere quella di accontentare se stesso ma Lui, lo lodi molto ...”²⁵
- “... lo aiuti a portare la croce ...”²⁶
- “...non abbandoni mai l'orazione”²⁷
- “E così prenda la determinazione, anche nel caso che duri questa aridità per tutta la vita, di non lasciare Cristo cadere con la croce”²⁸.
- “Non abbia paura che vada sprecata la fatica: è a servizio di un buon padrone; Egli lo sta guardando. Non faccia caso ai cattivi pensieri”²⁹.
- “In questa fase può compiere molti atti per determinarsi a fare molto per Dio e per risvegliare l'amore, altri per aiutare le virtù a crescere, ...”³⁰
- “Può immaginarsi di stare davanti a Cristo e abituarsi a innamorarsi molto della sua santa Umanità e portarlo sempre con sé e parlare con Lui, pregarlo per le sue necessità e lamentarsi delle sue tribolazioni, rallegrarsi con Lui nei suoi momentii belli e non dimenticarlo a causa di questi, senza cercare preghiere già pronte, ma parole che corrispondono ai sui desideri e necessità”³¹.

L'orante che è in cammino si chiederà il perché delle difficoltà nella preghiera. Si trova disposto e desideroso di vivere in Dio, avverte il bisogno di pregare... Tuttavia bisogna tener conto della sua determinazione per Dio. “Sono convinta - scrive Teresa - che il Signore voglia dare, spesso al principio, ma altre volte anche alla fine, questi tormenti e molte altre tentazioni che si presetano, per mettere alla prova i suoi amanti e sapere se potranno bere il calice e aiutarlo a portare la croce, prima di donare loro

²³ Vita 11,10.

²⁴ Vita 11, 10.

²⁵ Vita 11, 10.

²⁶ Vita 11, 10.

²⁷ Vita 11, 10.

²⁸ Vita 11,10.

²⁹ Vita 11,10.

³⁰ Vita 12, 2.

³¹ Vita 12, 2.

grandi tesori. E per il nostro bene credo Sua Maestà voglia condurci in questo modo, affinché comprendiamo bene il poco che siamo...”³²

È un gran male per la persona voler negoziare con Dio la situazione in cui vive. Davvero non c’è *“ragione di affliggersi. Posti ormai in così alto grado quale è il volersi rapportare a tu per tu con Dio e abbandonare i passatempi del mondo il più è fatto. Lodate per questo Sua Maestà scrive Teresa - e fidatevi della sua bontà, che non è mai mancata ai suoi amici. Bendatevi gli occhi per non pensare al perché, a uno che è in cammino da pochi giorni, dia devozione, e a me, in tanti anni, no. Dobbiamo credere che è tutto per il nostro maggior bene. Ci conduca sua Maestà per dove vuole Lui. Ormai non apparteniamo più a noi stessi, ma siamo suoi; una grande grazia ci fa con il volere che desideriamo zappare nel suo giardino e stare vicino a Lui, che ne è il Signore, che certo è lì con noi”³³.*

E’ in fondo *“non abbracciare la croce fin dal principio”* che fa andare avanti afflitti, pensando di non fare niente. Dobbiamo invece *...pensare sempre a Lui e amarlo. Questa determinazione è quella che Egli vuole...”³⁴*

Il corpo partecipa al processo, difficile e faticoso, dell’orazione. Influisce sulla nostra disponibilità alla preghiera e al rapporto con Dio. Molte volte, anche se non lo vogliamo, non ci sentiremo disponibili. Stanchezza, ottusità della mente, dolori muscolari, mal di testa, sonno, ecc... influenzeranno questo percorso. La *soavità* di cui parla Teresa sa individuare e incentiva l’energia trainante propria di ogni persona, può incrementarla esigendo il giusto secondo il cammino di ciascuno. I nostri

- *“Comprendano che si tratta di malati: si cambi il momento dell’orazione, e molte volte sarà necessario per qualche giorno”.*
- *“Affrano come possono questo duro esilio, perché è proprio una cattiva sorte, per un’anima che ama Dio, vedere che vive in questa miseria e che non può fare ciò che vuole, perché è ospitata da un oste così cattivo come questo corpo”.*
- *“Dobbiamo pensare che il Signore non guarda queste cose che, anche se a noi sembrano mancanze, non lo sono. Già conosce Sua Maestà la nostra miseria e la bassezza della nostra natura”³⁵*

³² Vita 11,11.

³³ Vita 11, 12.

³⁴ Vita 11, 15.

³⁵ Vita 11, 15.

- *“Ci sono altre cose esteriori come le opere di carità o la lettura, anche se a volte non si è disposti nemmeno a queste”³⁶.*
- *“Allora resti al servizio del corpo, per amore di Dio, affinché molte altre volte il corpo sia al servizio dell’anima, e si conceda qualche santo diversivo, come conversazioni che siano buone o passeggiare in un prato secondo quanto consiglia il confessore”³⁷.*
- *“E in tutto è una gran cosa l’esperienza, che ci fa capire quello che ci conviene. E in tutto si serve Dio”³⁸.*

Teresa ci avverte; offre dei criteri da seguire per non ritrovarsi fuori strada, abbandonando il cammino dell’orazione. Servono per situarsi nel momento presente che si sta vivendo:

- *“...importa molto che per l’aridità e l’inquietudine e la distrazione del pensiero nessuno si preoccupi nè si affligga”.*
- che *“... il suo giogo è soave (cfr. Mt 11, 30) ed è un grande affare non trascinare a forza l’anima, come si suol dire, ma condurla con soavità per il suo maggior profitto”³⁹.*
- *“Se vuole vuole guadagnare libertà di spirito e non procedere sempre tribolati, cominci a non spaventarsi della croce e vedrà quanto il Signore stesso lo aiuterà a portarla e con che gioia andrà avanti e il vantaggio che trarrà in tutto. Perché ormai si capisce che, se dal pozzo non sgorga, non siamo noi a poterci mettere l’acqua”⁴⁰.*

In queste prime tappe del cammino è necessario imparare a conservare gli atteggiamenti (virtù) necessari per continuare ad avanzare: “Noi cominciamo ora. Procurino sempre d’incominciare e d’andare innanzi di bene in meglio” (F 29, 32). Abbandonare il cammino della preghiera è una delle tentazioni costanti, per cui Teresa, da buona amica e maestra, dà alcuni consigli.

a. Di fronte allo scoraggiamento:

- *“...all’inizio si cerchi di procedere con letizia e libertà; infatti ci sono alcune persone che sembra debbano smarrirre la devozione se appena appena si distraggono”.*

³⁶ Vita 11, 16.

³⁷ Vita 11,16.

³⁸ Vita 11,16.

³⁹ Vita 11, 16.

⁴⁰ Vita 11, 17.

- *“E’ giusto procedere con timore di se stessi, per non fidarsi né poco né tanto nel mettersi in occasioni che di solito portano ad offendere Dio, ed è cosa assai necessaria finché non si sia ormai interamente fondati nella virtù;...”*
- *“In tutto ci vuole discernimento”.*

b. In assenza di motivazione:

- *“Ci vuole una grande fiducia, perché conviene molto non rimpicciolire i desideri ma fidarci di Dio: se ci sforziamo, a poco a poco, anche se non immediatamente, potremo giungere a ciò a cui sono arrivati molti santi con il Suo aiuto;...”*
- *“Sua Maestà vuole bene ed è amico delle anime coraggiose, quando procedano con umiltà e non facciano in niente affidamento su se stesse”⁴¹.*
- *“... quando si comincia il cammino dell’orazione non rimpicciolire i pensieri...”⁴²*

c. Di fronte al raffreddarsi dell’amore verso il prossimo...

- *“...che tutti siano molto spirituali ... cercare di farlo accadere potrebbe non essere cosa buona, se non c’è molto discernimento e attenzione ... perché chi dovesse in questo caso avere una qualche utilità, c’è bisogno che abbia molto forti le virtù per non indurre in tentazione gli altri”⁴³.*
- *“E così in molti anni solo in tre ebbero vantaggio da ciò che io dicevo loro, mentre dopo che ormai il Signore mi aveva dato la forza nella virtù, in due o tre anni ebbero vantaggio molte, come poi dirò”⁴⁴.*
- *“... badare solo a noi stessi e agire come se sulla terra non ci fossero altri che Dio e noi ... è ciò che conviene molto”⁴⁵.*

d. Di fronte all’arroganza...

- *“... Il demonio dà un’altra tentazione (e tutte si nascondono sotto uno zelo per la virtù, motivo per cui è necessario comprendere se stessi e procedere con attenzione): il dolore per i peccati e le mancanze che si vedono negli altri; ...”⁴⁶*
- *“ Dunque cerchiamo sempre di guardare le virtù e le cose buone che dovessimo scorgere negli altri e di nascondere i loro difetti ricordando i nostri grandi peccati”⁴⁷.*

Due ultime cose importanti...

⁴¹ Vita 13, 1.

⁴² Vita 13, 7.

⁴³ Vita 13, 8.

⁴⁴ Vita 13, 9.

⁴⁵ Vita 13,9.

⁴⁶ Vita 13,10.

⁴⁷ Vita 13, 10.

a. Il maestro.

- *“Ha bisogno di essere consigliato chi inizia, per guardare là dove ha il maggior vantaggio Per questo è assai necessario il maestro⁴⁸, a condizione che abbia esperienza; altrimenti può sbagliare e condurre un’anima senza comprenderla e senza permettere a lei stessa di comprendersi; infatti, visto che sa che è un gran merito restare soggetta a un maestro, non osa uscire da ciò che le comanda”⁴⁹.*

b. La conoscenza di sé è sempre necessaria.

- *“E comunque questo fatto della conoscenza di se stessi mai va abbandonato, ... non c’è grado di orazione così elevato che molte volte non sia necessario tornare alla partenza”⁵⁰.*

⁴⁸ Uno «che non si faccia chiamare “rabbi” perché uno solo è il vostro Maestro e voi siete tutti fratelli» (Mt 23, 8).

⁴⁹ Vita 13, 14.

⁵⁰ Vita 13, 15.

L'orazione vocale.

Disposti a intraprendere il cammino dell'orazione si inizia il cammino. Sappiamo cosa ci si deve aspettare, i cartelli sono affissi, ci sono le raccomandazioni e siamo in buona compagnia, quella di Teresa de Jesús. Alcuni la vorrebbero prendere come insegnante e madre. Ma non va bene. Teresa è amica, insieme a noi, di un'uomo che ci ha «chiamato amici» (Gv 15, 15) e che è Dio, l'unico vero Dio, il quale è stato molto chiaro: «non fatevi chiamare “rabbi”, perché uno solo è il vostro Maestro e voi siete tutti fratelli. E non chiamate «padre» nessuno di voi sulla terra, perché uno solo è il Padre vostro, quello celeste» (Mt 23, 8-9). Teresa è con noi madre perché «fa la volontà del Padre .. che è nei cieli». E lo è, insieme a Maria, per ciascun membro del corpo del Signore. Se insegna lo fa per la stessa ragione, avendo ricevuto il mandao del Signore: «ammaestrate tutte le nazioni» (At 1, 8). Ma se con noi è questo, per noi è amica.

La nostra amicizia, di discepoli di Cristo, è scelta da un'Altro: «Non siete voi che vi siete scelti, ma sono Io che ho scelto voi», gli uni per gli altri. «L'amicizia non è una ricompensa per il discernimento e il buon gusto che abbiamo dimostrato di possedere trovandoci vicendevolmente. Essa è lo strumento attraverso il quale Dio rivela a ciascuno le bellezze degli altri, che non sono, certamente superiori alle bellezze di un migliaio di altre persone, con l'amicizia Dio ci apre gli occhi su di loro. Queste, come tutte le bellezze, derivano da lui, e quando si stabilisce un'autentica amicizia esse vengono da lui accresciute per questo tramite, cosicché l'amicizia diventa il suo strumento per creare, e anche per rivelare»⁵¹. È l'amicizia che siamo chiamati a diffondere a «tutte le nazioni» (Mt 28, 19) «in tutto il mondo a ogni creatura»; (Mc 16,15) a «tutte le genti»; (Lc 24,47) «fino agli estremi confini della terra» (At 1,8); come fu fin dall'inizio quando i discepoli «partirono e predicarono dappertutto, mentre il Signore operava insieme con loro» (Mc 16,20)»⁵².

Teresa sa che i camminatori cercano il Dio vero. Cercano la verità. Chi entra in questa avventura vuole vivere con coraggio, e lo vuole vedere riflesso nei

⁵¹ J.S. Lewis, *I quattro amori*, p. 54.

⁵² Giovanni Paolo II, *Redemptoris Missio*, 23.

reciproci rapporti, la propria relazione con Dio. Perché è Dio il primo amico, questo è chiaro.

Come nei riguardi di qualsiasi altra persona è per la Persona di Dio, a immagine e somiglianza del del Quale siamo tutti stati creati. Figli nel Figlio; enfants de Dieu, come direbbe la “piccola” Thérèse.

Incominciamo allora col dire che chi *“non considera con chi parla, chi è che parla, cosa domanda e a chi domanda, benché muova molto le labbra”* non sta pregando.

Certo alle volte *“sarà buona orazione anche questa, quantunque non accompagnata da tali riflessioni, purché queste si siano fatte altre volte”*. Mai dimenticare la dignità della persona, al parlargli, e in primis della persona di Dio! Come la chiama Teresa?

Orazione di considerazione: *“Non parlate con Dio pensando ad altro”* (CV. 22, 1).

Recitare preghiere è cosa diversa dal fare orazione. Spesso facciamo così tra di noi: stiamo alle convenzioni, ripetendo frasi fatte ma, queste, non traducono i nostri pensieri, non trasmettono quel che c'è dentro di noi, soprattutto la coscienza che abbiamo dell'altro e di noi stessi. Per quest'autenticità decisivo in rapporto a Dio è fare orazione: attendere *“più a Lui che alle parole che pronuncio”* (CV. 22, 1).

La preghiera vocale, come recitare il Padre Nostro e l'Ave Maria, fatta con umiltà, tenendo bene a mente chi è Lui e chi siamo noi, come quel pubblicano del Vangelo che si batteva il petto, ha un grande valore davanti a Dio, come quando parliamo al prossimo. Un cuore sincero si attira la grazia della contemplazione, fa sì che il prossimo lo si veda con occhi diversi, facilita il passaggio al raccoglimento interiore, all'attenzione all'altro da sé e al vero sé. Dall'ultimo peccatore al più grande santo, inclusa la Chiesa durante l'Eucaristia e nella Liturgia delle Ore, sono alla ricerca della sincerità di questo cuore.

Teresa di Gesù Bambino racconta che in certi momenti, quando non poteva pregare in altro modo, si limitava semplicemente a ripetere lentamente le parole del Padre Nostro o ad assaporare ogni frase dell'Ave Maria, e in ciò trovava molta consolazione. Esistono varie forme di preghiera vocale: la giaculatoria (frasi, come frecce, rivolte verso Dio) e i mantra cristiani; la Via Crucis e il Rosario; Preghiere mariane come la Salve e l'Angelus. Su tutte la preghiera insegnata da Gesù: il Padre Nostro, che *“racchiude in sé tutto il*

cammino spirituale, dal suo punto di partenza fino a quello in cui l'anima s'immerge in Dio, e Dio l'abbevera in abbondanza di quell'acqua viva... (CV 42, 5).

Ecco alcune “consegne” di Teresa:

- **E' fondamentale:** mai accontentarsi delle sole parole. Si: *“vorrei che non ce ne contentassimo. Quando io recito il Credo, mi pare ragionevole che mi renda conto e sappia ciò che credo; e quando dico il Pater noster, mi sembra che l'amore esiga che io intenda chi sia questo Padre e chi il Maestro che ci ha insegnata tal preghiera”* (CV 24, 2). L'orazione “meccanica”, il procedere per abitudine, poi, non è preghiera. È qualcos'altro, a cui non ci interessa dare un nome. Insomma *“... dove si ha orazione occorre che vi sia pure meditazione. Non chiamo infatti orazione quella di colui che non considera con chi parla, chi è che parla, cosa domanda e a chi domanda, benché muova molto le labbra...”* (1M 1, 7).
- **Secondo:** Oltre a prestare attenzione al contenuto di quel che diciamo, è importante intensificare l'attenzione verso l'Altro, il destinatario del nostro dire. Dobbiamo essere attenti al solo Maestro che abbiamo veramente: *“Maestro che ci ha insegnata questa preghiera, e ce l'ha insegnata con tanto amore e con un così vivo desiderio che ci sia utile”* (CV 24, 3), senza mai allontanarsi da noi.
- **Terzo:** Teresa lo condensa in quell'espressione che lei predilige: *“a solas”, a tu per tu*. Non deve mai mancare la dimensione religiosa, quella che lega insieme, “re-liga” due persone. Perché *“come sapete Sua Maestà insegna a pregare a tu per tu “a solas” [voi e Lui nella solitudine - ndr]. Così anch'Egli faceva. E non per propria necessità [Egli infatti era sempre insieme al Padre, nello Spirito - ndr], ma per insegnare a noi”* (CV 24, 4) l'essenziale: metterci “davanti a Lui”.

Ricordiamo:

- La nostra preghiera vocale non si riduca mai a formule recitate meccanicamente, prive di interiorità;
- La nostra preghiera non è un obbligo pesante da adempiere in determinati momenti;
- Sebbene ciò che preghiamo venga da un'Altro, carichiamolo dei nostri sentimenti, perché ogni preghiera, anche la più semplice, deve realizzare un'incontro personale con Lui: *“Non permettere quindi, Signore, e non accettare che chi ti oda e si mette a parlare con te lo faccia soltanto con la bocca”* (CE 37, 1).

La meditazione

Questo secondo momento pone l'accento sul pensare, discorrere mentalmente, riflettere e meditare, principalmente sulla vita di Cristo. È un tempo in cui la persona scopre la ricchezza dei testi biblici, della lettura spirituale o di qualsiasi testo che la stimoli a pensare in autonomia. Teresa, pur praticando la meditazione, consiglia di non limitarsi a pensare, ma di fare un passo avanti nel dialogo con Dio. L'orazione non consiste infatti nel *“pensare molto, ma nell'amare molto”* (4M 1, 7). Quelli che *“utilizzano molto il ragionamento, ricavando molte cose da una cosa, e molti concetti ... non occupino tutto il tempo in questo ... piuttosto ... si immaginino di essere davanti a Cristo e, senza sforzo eccessivo dell'intelletto, se ne stiano lì a parlare e a godersela con Lui, senza stancarsi a mettere in fila le ragioni, ma presentando le proprie necessità e la ragione che Egli avrebbe di non sopportarci lì vicino a Lui: per un pò una cosa e per un pò l'altra, perchè l'anima non si stanchi mangiando sempre lo stesso cibo”*⁵³. Ecco allora che la meditazione non è chiusa in se stessa. In essa c'è uno scopo; non è solo ragionamento, essa conduce a un dialogo con il tu di Dio.

Teresa ci fornisce alcuni esempi:

- *“Dunque tornando a ciò che stavo dicendo, mettiamoci a pensare a un episodio della Passione, per esempio quello di quando il Signore stava legato alla colonna: l'intelletto va indagando le cause che lì può intendere, i dolori grandi e la pena che Sua Maestà forse aveva in quella solitudine, e molte altre cose che potrà tirar fuori da qui, se l'intelletto è all'opera, o se si tratta di una persona istruita. È il modo di fare orazione con il quale devono cominciare a proseguire e concludere tutti, ed è un cammino del tutto eccellente e sicuro, finché il Signore non li conduc ad altre cose soprannaturali”*⁵⁴.
- *“Comunque, tornando a ciò che stavo dicendo, di pensare al Cristo alla colonna, è una cosa buona meditare per un momento e pensare alle pene che lì Egli ebbe e perché le ebbe e l'amore con cui le affrontò. Ma non stanchiamoci sempre cercando questo, piuttosto restiamo lì con Lui, tacitando l'intelletto. Se fosse possibile, teniamolo occupato guardando Colui che ci guarda, e facciamogli compagnia e parliamogli e preghiamolo e umiliamoci e godiamo con Lui, e ricordiamoci che non meritavamo di stare lì. Quando si riuscirà a fare ciò, ache se all'inizio del cammino di orazione, se*

⁵³ Vita 13, 11.

⁵⁴ Vita 13, 12.

ne avrà grande vantaggio, e porta molti vantaggi questo modo di fare orazione; almeno ne ha trovati la mia anima”⁵⁵.

Restiamo lì con Lui, tacitando l'intelletto, e finiremo per restare lì, gli uni con gli altri, alla stessa maniera. Tra noi è sempre più grande il bisogno di parlarsi, conoscersi, esprimersi liberamente, senza temere i giudizi degli altri. C'è bisogno di parlare all'altro e non dell'altro, in sua assenza. Con l'altro, in sua presenza. Si chiama familiarità nelle relazioni e si impara qui, andando oltre le considerazioni su Dio per parlare a Dio, mettersi a nudo di fronte a Lui, che non si scandalizza di noi, come agli inizi, assieme a Lui, si “*passeggiava nel giardino alla brezza del giorno*” (Gen 3, 8).

In questo tipo di preghiera contempliamo, attraverso rappresentazioni e/o letture, qualche brano della Sacra Scrittura, o qualche verità della nostra Fede, o qualche sfaccettatura o momento della nostra stessa vita, per cercare di empatizzare con Lui stesso. È un lavoro intellettuale che cerca di muovere la volontà verso un nella relazione con Dio.

Meditazione, dunque, “*un discorso fatto con l'intelletto*” (6M 7, 10). Di questo discorrere è possibile distinguere in tutto tre elementi. Essi sono, in successione, la rappresentazione, la riflessione e il colloquio, dovuti rispettivamente a tre facoltà: immaginazione, intelligenza e volontà.

la conoscenza intellettuale può partire dalla rappresentazione, anche di un oggetto sensibile, per arrivare alla considerazione di un mistero dei più astratti. Lo scopo è quello di aiutare la riflessione di la sua importanza relativa.

La riflessione a sua volta è subordinata al colloquio affettuoso. Genera nell'anima la convinzione, che sappiamo fondamentale per quest'ultimo, “di essere amata da Dio e invitata a riamarlo”⁵⁶. È fatta “per giungere a persuadere e muovere la volontà” ad affezionarsi al bene (Dio e tutto ciò che viene da Lui) e a rifiutare il male⁵⁷.

⁵⁵ Vita 13, 22.

⁵⁶ P. Gabriele di S. M. Maddalena, *Piccolo catechismo della vita spirituale*, Rivista di vita spirituale 3 (1949) 36.

⁵⁷ Così P. Aravalles, uno dei redattori della prima Istruzione dei novizi (1591), che sembra essere stato in contatto diretto con S. Giovanni della Croce, nel suo libro sulla preghiera (Juan de Jesús-María [Aravalles], *Tratado de Oración*, V, 23.

Teresa è dotata di un grande realismo che si riflette poi in una notevole duttilità pratica. Ha a mente quelli che non riescono a servirsi debitamente né della rappresentazione né della riflessione, perché manca loro “*uno spirito ben regolato*” (Cammino 19, 1). Li descrive così: “*Vi sono certi intelletti e certi spiriti così mobili, che possono paragonarsi a cavalli che non sentono il freno e che nessuno può fermare. Vanno di qua e di là, sono sempre in agitazione...*” (ibid., 18, 2). Per trasformare la preghiera vocale in mentale a ciascuno di loro propone “*di pregare vocalmente, oppure di leggere, o di conversare con Dio...*” (Cammino 18, 4). Insomma, basta non perdere la calma e fare quello che si può: “*non si inquieti, ché sarebbe peggio, né si stanchi per rimettere in carreggiata l'intelletto, ma preghi come può*” (Cammino 24, 5). Infatti, l'uomo può da parte sua “*procurare di stare in solitudine*” (Cammino 24, 5), e se non lo fa, è per la comodità di non imporsi il necessario sforzo iniziale: “*Vi sono, infatti, persone così amanti del proprio comodo da non volersi dare nessuna pena e, siccome non hanno l'abitudine di raccogliere sul principio il pensiero, per non stancarsi un poco, dicono che non lo sanno fare e che sanno soltanto pregare vocalmente*” (Cammino 24, 6). Se non si riuscisse a pensare alle parole che si pronunciano, basta accompagnarle con l'atteggiamento interiore «di un figlio che sta volentieri con sua madre», per fare una «buonissima orazione vocale e mentale»⁵⁸.

Quando l'anima arriva alla disposizione nella quale ha convinto l'intelletto dell'amore divino ed ha mosso la volontà a risponderGli, inizia il colloquio amoroso. “*L'anima riconosce che il divino Maestro sta istruendola senza strepito di parole. Le ha sospeso l'attività delle potenze per impedire che la loro operazione le sia più di danno che di vantaggio. Ma esse intanto godono senza saperne la maniera. L'anima va bruciando di amore, ma non sa come ami; sente di godere l'oggetto del suo amore, ma non sa come lo goda. Comprende solo che un tanto bene il suo intelletto non avrebbe mai potuto desiderarlo. L'accetta con piena volontà, ma senza sapere in che modo*” (Cammino 25, 2).

Ecco che la mancanza cui non sappiamo dare nome comincia ad essere colmata. Sempre da parte nostra c'è un “senza sapere”, segno evidente dell'agire di Dio. Il colloquio affettivo si riverbera anche nei rapporti interpersonali. Più che i nostri pensieri sugli altri inizia a trovare spazio in noi, per divenire preminente, l'affetto.

⁵⁸ P. Gabriele di S. M. Maddalena, *La via dell'orazione*. Esposizione e commento dell'opera “Cammino di perfezione” di S. Teresa di Gesù, Roma, Monastero S. Giuseppe - Carmelitane scalze, [1955] 141.

L'Orazione mentale

È nell'orazione mentale che Teresa visse con intensità la propria amicizia con Dio e dove incontrò l'ambito del proprio impegno in una vita di dedizione a Dio. Ci è voluto molto tempo per configurare questa esperienza, perché, come tutti, attraversò **diverse fasi e modalità** di preghiera.

Teresa descrive l'orazione mentale o di raccoglimento ai capitoli 14-15 del Libro della Vita e 28-29 del Cammino di Perfezione.

La descrive così:

a. Orazione mentale... il raccoglimento...⁵⁹

Com'è?

- *“Questo modo di pregare, sia pure vocalmente, raccoglie lo spirito in brevissimo tempo, ed è fonte di beni preziosi. Si chiama «Orazione di raccoglimento»⁶⁰ perché l'anima raccoglie le sue potenze e si ritira in se stessa con il suo Dio,..”⁶¹*
- *“Quando il raccoglimento è sincero, lo si vede chiaramente, perché produce tali effetti che ... ben comprende chi ne ha fatto l'esperienza. L'anima, intendendo che tutte le cose del mondo non sono e un gioco, sembra che d'improvviso s'innalzi sopra tutte e se ne vada, simile a colui che per sottrarsi ai colpi di un nemico si rifugia in una fortezza. Infatti, i sensi si ritirano dalle cose esteriori e le disprezzano; gli occhi si chiudono spontaneamente per non vedere più nulla, mentre lo sguardo dell'anima si acuisce di più.”⁶²*

Cosa fa la persona per raccogliersi?

- *“...chi percorre questa strada ha quasi sempre gli occhi chiusi quando prega, ed è consuetudine mirabile per molte cose, perché è un farsi forza a non guardare le cose di qui”.*
- *“Questo al principio, che dopo, fattane l'abitudine, costerebbe di più tenerli aperti. L'anima allora sembra comprendere che sta fortificandosi a spese del corpo, e che indebolendolo e lasciandolo solo, acquista nuova forza per combatterlo”.⁶³*

⁵⁹ C. 28-29; 4M 3, 1-13

⁶⁰ Non è già orazione soprannaturale, ma un modo della semplice orazione mentale, e via ai vari gradi della soprannaturale.

⁶¹ C. 28, 4

⁶² C. 28, 6

⁶³ C. 28, 6

- *Il raccoglimento ... in principio, non essendo ancora tanto perfetto, i suoi effetti non sono molto sensibili. L'anima però cerchi d'abituarsi, non curi la fatica che deve fare per raccogliersi e vinca il corpo che reclamerà i suoi diritti, non comprendendo, il misero, che la sua maggior disgrazia è appunto nel non volerli cedere. Se continua così per alcuni giorni sforzandosi seriamente, ne avvertirà subito vantaggio, perché appena si porrà a pregare, sentirà i suoi sensi raccogliersi spontaneamente senza alcuna fatica, simili ad api che si rinchiudono nell'alveare per comporre il miele. In premio della violenza che si è fatta, il Signore le concede un tal impero di volontà, che appena questa fa capire di volersi raccogliere, i sensi le obbediscono e si raccolgono. Si distrarranno ancora, ma l'averli una volta assoggettati è sempre una gran cosa: saranno come sudditi e schiavi, e non faranno più il male di prima. Se la volontà li richiama, ritornano immediatamente e con prontezza maggiore. E dopo vari di questi ritorni, piacerà a Dio di sospenderli anch'essi in contemplazione perfetta.*⁶⁴.

Come abituarsi a questa maniera di fare orazione. Come rimanervi.

- *“...Immaginate dunque che dentro di voi vi sia un palazzo immensamente ricco, fatto di oro e di pietre preziose, degno del gran monarca a cui appartiene. E pensate, inoltre, come infatti è verissimo, che voi concorrete a dargli la magnificenza che ha.”⁶⁵ Orbene, questo palazzo è l'anima vostra: quando essa è pura e adorna di virtù, non v'è palazzo così bello che possa competere con lei. Più le sue virtù sono elevate, più le pietre preziose risplendono. Immaginate ora che in questo palazzo abiti il gran Re che nella sua misericordia si è degnato di farsi vostro Padre, assiso sopra un trono di altissimo pregio: il vostro cuore.”⁶⁶*
- *“Non immaginiamoci vuoti dentro. ... Se procurassimo di ricordarci spesso dell'Ospite che abbiamo in noi, sarebbe impossibile, secondo me, abbandonarci con tanta passione alle cose del mondo, perché, vedremmo quanto sono basse al confronto di ciò che abbiamo dentro di noi”⁶⁷.*
- *“Egli è il Signore del mondo, libero di fare quel che vuole, e perciò nell'amore che ci porta, si accomoda in tutto alla nostra misura.”⁶⁸.*
- *“Quando un'anima comincia a battere questa via, vedendosi destinata, piccola com'è, ad accogliere Colui che è tanto grande, potrebbe forse impaurirsi. Perciò il Signore, lungi dal farsi subito conoscere, la va a poco a poco dilatando, proporzionatamente alla quantità, delle ricchezze che le vuol donare. Per questo*

⁶⁴ C. 28, 7

⁶⁵ ...e che voi potete molto per renderlo assai più prezioso. (Manosc. Escor.).

⁶⁶ C. 28, 9

⁶⁷ C. 28, 10

⁶⁸ C. 28, 11

ho detto che può fare quel che vuole, perché, volendo, può ingrandire a piacere il palazzo dell'anima. L'importante per noi è di fargliene un dono assoluto, giungere sgomberandolo da ogni cosa, acciocché Egli possa aggiungere o togliere come vuole, come in una sua proprietà. Del resto ne ha tutto il diritto, e guardiamoci bene dal contestarglielo. Se non sforza nessuno ed accetta quanto gli si dà, non si dà del tutto se non a coloro che del tutto si danno a Lui”⁶⁹.

- *“Concludo ripetendo che dipende tutto da noi. Chi vuol arrivare a questo stato, non deve mai lasciarsi scoraggiare. Si abitui a ciò che ho detto, e a poco a poco si farà padrone di sé. Non solo non perderà nulla, ma guadagnerà sé per se stesso, facendo servire i propri sensi al raccoglimento dell'anima. Se deve parlare, penserà che ha da parlare in se stesso con qualche altro. Se deve ascoltare, si ricorderà di prestare orecchio a una voce che gli parla più da vicino. E, volendolo, constaterà di poter star sempre con Dio, rimpiangendo il tempo in cui ha lasciato solo un tal Padre, i cui soccorsi gli sono tanto indispensabili. Se può, lo ricordi spesso ogni giorno, o almeno di tanto in tanto; e, fattane l'abitudine, presto o tardi ne caverà profitto. Dopo aver ottenuto questa grazia, non vorrà cambiarla con alcun tesoro”⁷⁰.*

Un' esperienza orante...

Passando dalla meditazione al raccoglimento Teresa fa esperienza dell' *“orazione mentale”* la quale *“...consiste nel pensare e comprendere quello che diciamo, a chi ci rivolgiamo e chi siamo noi per parlare a un Dio così grande; Occuparci di questi pensieri e di altri simili, come, ad esempio, del poco che abbiamo fatto per Lui e dell'obbligo che ci incombe di servirlo ...”⁷¹.* Si tratta, nel linguaggio di Teresa, di *“raccogliere i pensieri”...⁷²*

Quel *“pensare e comprendere”* verrà sospeso nell' orazione amorosa della contemplazione quanto sarà il divino Maestro a istruire *“senza strepito di parole”* ... Si godrà **“senza saperne la maniera. L'anima va bruciando di amore, ma non sa come ami; sente di godere l'oggetto del suo amore, ma non sa come lo goda. ... L'accetta con piena volontà, ma senza sapere in che modo, ... non essendo che un dono del Signore della terra e del cielo, che dona sempre da pari suo”⁷³.**

⁶⁹ C. 28, 12

⁷⁰ C. 29, 7

⁷¹ C. 25, 3

⁷² C. 26 (cfr. Giovanni della Croce, 1S 13, 11)

⁷³ C. 25, 2

b. Orazione mentale di quiete⁷⁴.

Com'è

Teresa descrive la propria esperienza: *“...Le potenze dell'anima si raccolgono in se stesse per meglio assaporare il contento di cui sono inondate, ma senza perdersi, né addormentarsi. Solo la volontà rimane attiva, ma non per altro che per acconsentire ad essere da Dio incarcerata, conoscendo quanto sia dolce farsi schiava di un tale amante: e si trova infatti prigioniera, senza saperne il modo. O Gesù e Signor mio, com'è potente il vostro amore! Ci avvince in tal modo da impedirci in quel momento di amare altri che Voi!”*⁷⁵

*“...le potenze dell'anima si mantengono nella loro efficienza. L'anima è pienamente soddisfatta, né perde affatto la sua pace e tranquillità per le divagazioni della memoria e dell'intelletto, perché allora la volontà sta unita a Dio. Anzi, a poco a poco riesce a raccogliere anche le altre due potenze, le quali non potranno mai toglierle il suo contenuto e la sua gioia, perché troppo bene occupata, sebbene non del tutto assorta, senza saper come. Per di più essa cerca d'impedire, benché senza affannarsi, che la piccola scintilla dell'amore di Dio finisca con spegnersi.”*⁷⁶

*“E' dunque questa orazione una scintilla del vero amore per il Signore che Egli comincia ad accendere nell'anima, ed Egli vuole che l'anima un pò per volta comprenda che cosa sia questo amore pieno di dolcezza, questa quiete e questo raccoglimento e questa scintilla ... per chi ha esperienza è impossibile non capire subito che non è una cosa che si possa comprare; solo che questa nostra natura è tanto vogliosa di cose gustose che le prova tutte ... Dunque, questa scintilla messa lì da Dio, per quanto sia piccolina, fa molto rumore e se non la uccide per colpa propria, è questa che comincia ad accendere il gran fuoco dalle fiamme favillanti del grandissimo amore di Dio che Sua Maestà concede alle anime perfette ... Questa scintilla un segno o un pegno che Dio da a quest'anima di averla già scelta per grandi cose, se ella si idispone a riceverle. È un grande dono, molto più grande di quello che potrò spiegare”*⁷⁷.

In questa orazione Dio interviene più prontamente. È Dio che attira verso di sé, dal più profondo centro dell'anima, dove si trova, per farla ancora più sua.

Come accade questo?

⁷⁴ V. 14-15

⁷⁵ V. 14, 2

⁷⁶ V. 15,1

⁷⁷ V. 15, 4-5

- *“...l’anima inizia a raccogliersi in se stessa, sperimenta già qualcosa di soprannaturale, perché in nessun modo essa può guadagnarselo per quante attenzioni aabbia”*
- *“E’ vero che sembra che per un po’ si sia stancata nel far girare la ruota e nel lavorare con l’intelletto, e che i canali si siano riempiti; ma qui l’acqua è più alta e così si fatica molto meno che a tirarla su dal pozzo. Dico che l’acqua è più vicina perché la grazia si fa conoscere molto più chiaramente dall’anima”⁷⁸.*

Effetti dell’orazione di quiete.

- *“.....tutto ciò che succede a questo punto avviene con grandissima consolazione e con così poca fatica che l’orazione non stanca, anche quando duri per un lungo momento...”*
- *“...l’intelletto qui lavora con calma e tira su molta più acqua di quando la tirava su dal pozzo”*
- *“Le lacrime che qui dio concede ormai vanno insieme al godimento; le si percepisce, ma non le si causa”⁷⁹.*

Effetti nella persona.

- *“Quest’acqua dei grandi beni e delle grazie che il Signore concede qui fa crescere le virtù in modo incomparabilmente più grande che non nella precedente orazione...”*
- *“...le viene dato un assaggio dei piaceri del cielo”.*
- *“Questo penso che le faccia crescere di più e anche arrivare più vicino alla vera virtù, da cui provengono tutte le virtù, cioè a Dio...”*
- *“... Sua Maestà comincia a comunicarsi a quest’anima e vuole che ella si accorga di come lo fa. Si comincia subito , giungendo qui, a perdere l’avidità delle cose di quaggiù”⁸⁰.*
- *“Dio vuole per la sua grandezza che quest’anima comprenda che Sua Maestà le sta così vicino che ormai non c’è bisogno di inviargli messaggeri, ma che lei stessa gli parli; e non c’è bisogno di urlare, perché è ormai così vicina che muovendo appena le labbra Egli la comprende”⁸¹.*

Se fa esperienza di questo modo di fare orazione... di un raccogliersi nella quiete...

- *“Importa molto che l’anima ... riconosca la grande dignità in cui si trova e la grande grazia che le ha fatto il Signore e come giustamente non avrebbe dovuto appartenere alla*

⁷⁸ V. 14, 2

⁷⁹ V. 14,4

⁸⁰ V. 14, 5

⁸¹ V. 14, 5

terra perché già sembra che la bontà di Dio l'abbia resa cittadina del cielo, ... Questa io chiamo vera caduta, quella di detestare il cammino dal quale si è guadagnato un così grande bene, e a queste anime ora sto parlando; non pretendo che non offendano più Dio e non cadano più in alcun peccato, anche se sarebbe ragionevole vi stess molto attento chi ha cominciato a ricevere queste grazie; però so che siamo miserevoli”⁸².

Raccomandazioni...

- *“Il consiglio che do con insistenza è che non abbandoni l’orazione, perché in essa comprenderà quello che sta facendo e guadagnerà pentimento verso il Signore e forza per rialzarsi; e creda, creda davvero che se da essa si separa, si troverà in pericolo, a mio parere. Non so se è sensato ci che dico, perché, come ho detto, giudico secondo quello che è accaduto a me... ”⁸³*
- *“...si guardino dal nascondere il talento, perché mi sembra che Dio le voglia scegliere a vantaggio di molti altri, soprattutto in questi tempi in cui c’è bisogno di amici forti di Dio per sostenere i deboli”⁸⁴.*
- *“... è un grande affare se le anime cominciano a fare orazione cominciando a distaccarsi da ogni tipo di soddisfazione ed entrano in questo cammino determinate soltanto ad aiutare Cristo a portare la croce, come buoni cavalieri che vogliono servire il loro Re senza salario, perché sanno che comunque lo riceveranno”⁸⁵.*
- *“Gli occhi fissi nel vero e duraturo regno che pretendiamo conquistare. È grandissima cosa tenere sempre ciò davanti agli occhi, soprattutto agli inizi; in seguito lo si vede così chiaramente, che anzi è necessario dimenticarsene per vivere... ”⁸⁶.*

Doni di Dio in questa orazione

- *“... se vedranno del progresso in sé, comprenderanno che non si tratta del demonio; anche qualora tornino a cadere, resta comunque un qualche segno che lì c’è stato il Signore, come l’esser pronti a rialzarsi subito e...*
 - *un grande desiderio di avanzare nell’orazione e di non abbandonarla, qualunque difficoltà possa esserci;*
 - *si è disposti a tutto;*
 - *una certezza umile e timorosa, che comunque ci si salverà;*
 - *scaccia subito il timore servile ... e infonde un timore filiale, assai più accresciuto;*
 - *si accorge che inizia ad avere un amore verso Dio senza alcun interesse proprio;*

⁸² V. 15,2; 15, 3

⁸³ V. 15,3

⁸⁴ V. 15, 5

⁸⁵ V. 15, 11

⁸⁶ V. 15, 11

- *desidera avere momenti di solitudine per godere di più di quel bene*⁸⁷.

*“Infine, per non stancarmi, si tratta di un principio di ogni bene: i fiori sono al punto che non manca loro quasi niente per sbocciare. E questo l’anima lo vedrà molto chiaramente, e allora in nessun modo potrà convincersi che Dio non sia stato con lei...”*⁸⁸

c. Orazione mentale.... Il sonno delle potenze⁸⁹.

*“Parliamo ora della terza acqua con cui si inaffia questo giardino, cioè dell’acqua corrente di un fiume o di una fonte, modo di inaffiare assai meno faticoso, anche se incanalare l’acqua qualche fatica la dà. Qui il Signore vuole aiutare il giardiniere in modo che quasi sia Egli stesso a fare da giardiniere e a fare tutto”*⁹⁰.

Com’è

- *“Il gusto, la dolcezza e il piacere sono incomparabilmente maggiori di quelli precedenti; succede che l’acqua della grazia immerge l’anima fino al collo al punto che non può proseguire – non sa come – nè può tornare indietro; vorrebbe godere di grandissima gloria. È come uno che, candela alla mano, è lì lì per morire della morte che desidera; sta godendo in quell’agonia con il più grande piacere che si possa descrivere”*⁹¹.
- *“Non mi sembra che sia altra cosa se non un morire quasi del tutto a tutte le cose del mondo e intanto godere di Dio”*⁹².
- *“Ed è così che il Signore mi ha dato in abbondanza quest’orazione credo da cinque o sei anni molte volte, e io nè la comprendevo, nè sapevo spiegarla; e così, una volta giunta qui, aevopochissimo o niente da dire. Capivo bene che on si trattava del tutto di unione di tutte le facoltà e che era più forte della precedente... molto chiaramente; però confesso che non sapevo individuare nè comprendere in che modo fosse differente”*⁹³.
- *“Le facoltà hanno solo la capacità di stare tutte occupate in Dio”*⁹⁴.

⁸⁷ V. 15, 14

⁸⁸ V. 15, 15

⁸⁹ V. 16-17

⁹⁰ V. 16,1

⁹¹ V. 16,1

⁹² V. 16, 1

⁹³ V. 16, 2

⁹⁴ V. 16, 3

Effetti dell'orazione.

- *O vero Signore e Gloria mia, che leggera e pesantissima croce avete preparato per coloro che giungono a questo grado! Leggera, perché è dolce; pesante perché arrivano momenti in cui non c'è sopportazione che la sopporti, eppure non ci si vorrebbe mai vedere liberati da essa, se non per vedersi già totalmente con Voi. Quando l'anima si ricorda di non avervi servito in nulla e che continuando a vivere può servivi, vorrebbe caricarsi di una croce assai più pesante e non morire più fino alla fine del mondo. Non è importa niente del suo riposo, in cambio di rendervi un piccolo servizio non sa cosa desiderare, ma sa bene che non desidera altro da Voi*⁹⁵.
- *“Infine il fatto è che le virtù sono ora più forti che nella precedente orazione di quiete: l'anima non può ignorarle, perché si vede diversa e non sa come le sia accaduto. Comincia a operare grandi cose grazie al profumo che si diffonde dai fiori, e il Signore vuole che questi si aprano perché si renda conto di avere delle virtù, anche se si rende conto molto bene che non avrebbe potuto, né ha potuto, guadagnarle in molti anni, e che in quel poco tempo il celeste giardiniere gliele ha date. Qui l'umiltà che resta impressa nell'anima è assai più grande e più profonda di quella passata; perché ella vede più chiaramente che non ha fatto né poco né tanto, ma ha acconsentito a che il Signore le facesse delle grazie e la volontà le ha abbracciate*⁹⁶.
- *“Dunque accade molte volte questo tipo di unione di cui voglio parlare (soprattutto a me... Dio mi fa molto spesso questo tipo di grazia): Dio afferra la volontà e perfino l'intelletto, a mio parere, perché esso non fa ragionamenti, ma se ne sta occupato a godere di Dio, come uno che sta guardando e vede così tante cose che non sa dove guardare; lo sguardo si perde ora su una cosa ora su un'altra, senza distinguerne alcuna. La memoria resta libera, e credo insieme all'immaginazione; ed essa vedendosi sola... c'è da lodare Dio per la guerra che scatena e per come cerca di far perdere totalmente la quiete! Me, mi ha stancata, e io la detesto, e molte volte supplico il Signore, se mi deve tanto disturbare, che me la tolga in quei momenti. Alcune volte gli dico: quando, o mio Dio, potrà essere tutta unificata la mia anima nel lodare Voi, e non fatta a pezzi, senza potersi difendere? Qui vedo il male che ci causa il peccato, perché in questo modo ci ha obbligato a non fare quello che vogliamo, cioè stare sempre concentrati su Dio*⁹⁷.

Che fare in questa orazione

⁹⁵ V. 16, 5

⁹⁶ V. 17, 3

⁹⁷ V. 17, 5

- *“A questo punto mi sembra sia opportuno ... abbandonarsi del tutto nelle braccia di Dio. Se Egli vuole portarla in cielo, vada; se vuole portarla all’inferno, non ne soffre, allorché è insieme al suo Bene; se vuole porre fine alla sua vita, questo ella vuole; se vuole che viva mille anni, anche lei lo vuole. Agisca Sua Maestà come se l’anima fosse cosa che gli appartiene; ormai l’anima non appartiene più a se stessa; è consegnata del tutto al Signore; si disinteressi del tutto di sé”⁹⁸.*

Differenza tra questo stato di orazione e l’orazione di quiete

- *“Questo, anche se sembra la stessa cosa, è differente dall’orazione di quiete di cui ho parlato, o almeno lo è in parte, perché in essa è l’anima che non vorrebbe agitarsi e muoversi, stando a godere in quell’ozio santo come Maria; in quest’ultima orazione può anche essere Marta – così che quasi metta in opera contemporaneamente sia la vita contemplativa sia la vita attiva – e impegnarsi in opere di Carità e affari pertinenti alla sua condizione, e leggere, anche se non si è del tutto padroni di se stessi e si comprende bene che la parte migliore dell’anima è da qualche altra parte. È come quando stiamo parlando con qualcuno e da un’altra parte viene un’altro a parlarci e così non possiamo ascoltare bene né l’uno né l’altro”⁹⁹.*

Raccomandazioni...

- *“Sembra che il Signore abbia voluto spiegare – almeno pare a me – questi stati dell’anima nel modo migliore che quaggiù si possa far capire. Vostra grazia ne parli con qualcuno di spirituale che sia giunto fin qui e che abbia studiato teologia. Se le dovesse dire che va bene, creda che glielo ha detto Dio e ne ringrazi molto Sua Maestà; perché, come le ho detto, con l’andar del tempo si rallegherà molto nel capire di cosa si tratta, fonché non le darà la grazia per comprenderlo – per quanto possa darle quella di goderne. Qualora Sua Maestà le abbia concesso di goderne, lo capirà da quanto ho scritto, grazie alla sua intelligenza e alla teologia”¹⁰⁰.*

⁹⁸ V. 17,2

⁹⁹ V. 17, 4

¹⁰⁰ V. 17, 8

L'Orazione contemplativa.

L'uomo vive sempre e contemporaneamente nel bisogno e nel desiderio, così come, in quanto individuo vivente *vive* sempre in un mondo, ma in quanto soggetto umano *abita* sempre al di là del mondo. Ed è sempre e solo attraversando l'apertura/chiusura del bisogno che l'uomo finisce per incontrare l'apertura del desiderio, è sempre e solo vivendo all'interno del *mondo* del bisogno che l'uomo si trova a essere abitato dall' *al-di-là-del-mondo*, “niente di nominabile” (Lacan): “*Qui non si sperimenta nulla, se non un godere senza capire ciò che si gode. Si capisce che si gode di un bene nel quale sono racchiusi insieme tutti i beni, ma non si comprende questo bene. Tutti i sensi sono occupati in questo godimento, in modo tale che nessuno resti disoccupato così da potersi impiegare in altre cose, sia esteriormente sia interiormente*”¹⁰¹.

Il modo d'essere dell'uomo è del tutto particolare, influenzato comè da un desiderio che non è un bisogno, da una mancanza che non è un'assenza, da un'apertura che non cessa di aprire e di rinviare sempre al di là. Inoltre, stranezza che si aggiunge a stranezza, se è l'appetito a rivelare la presenza di un semplice vivente, è invece l'inquietudine connessa al desiderio a rivelare la presenza dell'umano. Dove c'è appetito c'è vita, dove c'è inquietudine c'è uomo.

E qui bisogna avere l'ardire di concepire Dio come “Colui che accresce invece di spegnere”¹⁰². il desiderio. “Egli infatti, anche quando viene pensato come *il fine* non può essere pensato come *la fine*. Forse è proprio della natura di Dio il saper essere il fine senza essere la fine”. E' la mancanza propria del desiderio “ad aprire il soggetto in modo così radicale e aprente da spingerlo perfino al di là del proprio godimento, al di là della stessa vitalità della vita” in superficie, “vale a dire al di là del mondo e delle sue stelle:

‘[...] la nostra esperienza umana ci indica o ci fa intuire che c'è una vita del desiderio sconosciuta alla vita dei bisogni immediati, ignorata anche dai più raffinati dei nostri sensi. Abbiamo una vita altra [...] Un Dio che chiudesse questa apertura, che colmasse la nostra mancanza, non creerebbe alcun movimento, sarebbe un satana’¹⁰³.

¹⁰¹ V 18, 1

¹⁰² Silvano Petrosino, *Il Desiderio*, 2019, Vita e Pensiero, pp. 90-91.

¹⁰³ F. Dolto, *La fede alla luce della psicoanalisi*, trad. it. di R. Prezzo, Milano, et al./edizioni, 2013, p. 21.

In effetti la stessa soddisfazione, la meraviglia dell'essere soddisfatti attraverso il possesso e la fruizione degli oggetti, la gioia del e nel proprio godimento, può trasformarsi in una prigione dorata in cui l'essere umano, chiudendosi in se stesso, non trova più spazio attorno a sé e muore”.

“Gesù insegna il desiderio e non una morale” (Gérard Sévérin). Sulla scia di Isaia che afferma: “Guai a voi, che aggiungete casa a casa e unite campo a campo, finché non vi sia più spazio, e così restate soli ad abitare nel paese” (5, 8).

“La mancanza non è vacuità, al contrario è ciò che ci costruisce. La separazione non è un vuoto ma è ciò che muove il nostro sapere, la nostra conoscenza, e li trasforma dall'interno. È in questo momento che si ha accesso al sapere amoroso, o al sapere *tout court*. La vera conoscenza è ciò che non smette di venir modificata da una mancanza indimenticabile”¹⁰⁴.

Non si dimentichi la mancanza allora, non la si traduca/tradisca in assenza, non si venga meno alla responsabilità di renderla personalmente testimonianza. Perciò nutriamoci di *quest'apertura* alla forza che veramente trasforma il mondo, cioè l'amore di Dio (la Carità – cfr. 1Cor 13, 1-13). È questa l'*acqua viva della contemplazione*¹⁰⁵. L'uomo si trova nella libertà interiore di amare come ama Dio. Non abbandoniamola.

Eccoci dunque:

a. Orazione contemplativa ... l'unione con Dio

Cos'è

- “Cosa sia l'unione è già chiaro: due cose separate che diventano una”¹⁰⁶, “due nature nell'unico spirito e amore di Dio. San Paolo, adducendo questo paragone, afferma a tale proposito: *Chi si unisce al Signore, forma con lui un solo spirito* (1Cor 6, 17). Così, per esempio, quando la luce di una stella o di una candela si unisce e confonde con quella del sole, ciò che brilla non è più la stella o la candela, ma il sole, che contiene in sé unite tutte le altre luci”¹⁰⁷.

¹⁰⁴ AA.VV. *Traversate d'occidente. Conversazioni con Michel de Certeau*, trad. it. di C. Casalini, Milano, Edizioni Medusa, 2014, p. 66.

¹⁰⁵ Cfr. Francesco, *Discorsi*, 11 settembre 2021.

¹⁰⁶ V. 18, 3

¹⁰⁷ CB 22, 3.

Grazie ed effetti in questa orazione di unione.

- *“Ciò che accade in questa stessa esperienza di unione è il sopraggiungere di questo innalzamento dello spirito o ricongiungimento con l'amore divino (a quanto ne capisco è differente l'unione dall'innalzamento)”¹⁰⁸.*
- *“Chi non avrà provato quest'ultimo penserà che non è così; e a mio parere, benché siano un po' la stessa cosa, il Signore opera in maniera differente”*
- *“...e, quanto al crescere el distacco dalle creature, opera molto di più nel volo dello spirito. Ho visto chiaramente che si tratta di una grazia particolare, anche se, come dico, si tratti di un'unica cosa, o almeno così sembra...”*
- *“...ma un fuoco piccolo è fuoco allo stesso modo di uno grande, eppure si vede la differenza fra l'uno e l'altro; in un fuoco piccolo, prima che un piccolo pezzo di ferro si arroventi, ci vuole molto tempo; invece, se il fuoco è grande, anche quando sia più grande il pezzo di ferro, questo in pochissimo tempo perde la sua parvenza di ferro. Così mi sembra accada in queste due diverse grazie che il Signore ci fa e so che chi sarà arrivato fino ai rapimenti lo capirà bene”¹⁰⁹.*
- *“La verità è che, agli inizi, quasi sempre accade dopo una lunga orazione mentale: passo dopo passo il Signore prende questo uccellino e lo porta nel nido affinché si riposi. Avendolo visto volare per un buon tempo, mentre cercava con l'intelletto e la volontà e con tutte le sue forze di trovare Dio e farlo contento, vuole dargli il premio perfino in questa vita. E che premio! Che basta un momento per essere ripagati di tutte le fatiche che in una vita ci possono essere”¹¹⁰.*

Effetti sulla persona.

- *“Mentre l'anima è lì che cerca Dio, si sente, con un piacere grandissimo e dolce, quasi venir tutta meno, come uno svenimento, in cui le vengono a mancare il fiato”¹¹¹*
- *“...e tutte le forze del corpo, in modo tale che non può neppure muovere le mani, se non con molta pena;...”*
- *“...gli occhi le si chiudono anche se non vuole, o se li tiene aperti non vede quasi nulla;...”*
- *“...e, se legge, non ce la fa a pronuciare parola e quasi non riesce a distinguerla; vede che c'è una parola, ma poiché l'intelletto non aiuta, non sa leggerla, per quanto voglia;...”*
- *“...sente, ma non capisce ciò che sente.”*

¹⁰⁸ V. 18, 7

¹⁰⁹ V. 18, 7

¹¹⁰ V. 18, 9

¹¹¹ Respiro, affanno...

- *“Così i sensi non le servono più a niente, ma solo a non lasciarsi andare fino in fondo come vorrebbe; e così anzi le recano danno. Parlare è superfluo, perché non riesce a formulare parola, né ha forza, qualora ci riuscisse, per poterla pronunciare; perché tutta la forza fisica si disperde e si concentra tutta nell’anima per poter meglio godere della sua gloria. Il piacere fisico che si sente è grande e assai noto”¹¹².*

Effetti interiori.

- *“... ci si vede uniti a Dio, e resta una tale certezza che in nessun modo si può non crederci”.*
- *“Qui tutte le facoltà vengono a mancare e sono sospese in modo tale che, in nessun modo, come ho detto, si intende che sono all’opera...”*
- *“la volontà è del tutto occupata ad amare, ma non intende come. L’intelletto, se intende, non si intende come intenda; per lo meno non può afferrare nulla di ciò che intende”.¹¹³*
- *“Da questa orazione e unione l’anima esce con grandissima tenerezza, al punto che vorrebbe consumarsi, non di dolore, ma di lacrime gioiose. Se ne ritrova bagnata senza accorgersene e senza sapere quando e perché abbia pianto; ma le dà grande diletto vedere placato quell’impeto di fuoco con un’acqua che lo fa crescere ancora di più”¹¹⁴.*
- *“L’anima si ritrova coraggiosa; se in quel momento la facessero a pezzi per Dio, ne sarebbe consolata. Questo è il momento delle promesse e delle decisioni eroiche, della vialità dei desideri, di cominciare a tetestare il mondo, di vederne chiaramente la vanità – e ciò avviene in modo molto più vantaggioso ed elevato rispetto ai gradi di orazione precedenti -, e l’umiltà è assai accresciuta; perché vede bene che non ha dovuto impegnarsi per quella grazia eccessiva e grandiosa, e non ha fatto niente per ottenerla e per conservarla. Vede chiaramente di esserne assai indegna, perché in una stanza dove entra moto sole non c’è ragnatela che resti nascosta; vede la sua miseria. La vanagloria va tanto lontano che le sembra impossibile poterla avere, perché ormai ha sotto gli icchi il poco o il niente di cui è capace; infatti, a quel punto a stento ha potuto dare il suo consenso, come se, malgrado ella non volesse, qualcunn altro abbia chiuso la porta a tutti i suoi sensi, affinché potesse godere maggiormente del Signore. Resta sola con Lui, cosa deve fare se non amarlo? Non vede e non sente, se non con molto sforzo; poco è il suo merito. In seguito le appare tutta la sua vita passata e la grande misericordia di Dio, con grande verità e senza che l’intelletto abbia bisogno di*

¹¹² V. 18, 10

¹¹³ V. 18, 14

¹¹⁴ V. 19, 1

andare a caccia di cibo, perché lì vede già pronto ciò che deve mangiare e comprendere. Di se stessa vede che merita l'inferno e che è castigata con la gloria. Si consuma lodando Dio, e anche io vorrei consumarmi ora. Benetetto siate, Signore mio, che questo fate con una melma tanto putrida quale sono io: mi trasformate in acqua limpidissima per la vostra mensa! Siate lodato, o dolce consolazione degli angeli, che in questo modo volete innalzare un verme tanto vile!”¹¹⁵

Raccomandazioni

- *“Da qui si capisce – e si faccia molta attenzione per amore del Signore – che, qualora Dio giunga a fare grazie tanto grandi a un’anima nell’orazione, non si debba fidare di se stessa, perché può cadere, e che non si debba mettere in nessun modo nelle occasioni”.*
- *“Si faccia molta attenzione, perché è molto importante; perché l’inganno che qui poi può fare il demonio – il traditore! –, qualora sia certo che la grazia proviene da Dio, è approfittare di quella stessa grazia, per quanto gli è possibile, e ingannare persone non ancora cresciute nelle virtù, né mortificate, né distaccate; perché a questo punto non si sono ancora rafforzate quel tanto che basta per esporsi alle occasioni e ai pericoli, per quanto abbiano grandi desideri e grande determinazione...”¹¹⁶*
- *“Questo è l’inganno con cui il demonio ci prende: quando un’anima si vede tanto vicina a Dio, e riconosce la differenza tra i beni del cielo e quelli della terra, e l’amore che le mostra il Signore, da questo amore nasce la fiducia e la sicurezza di non cadere più, allontanandosi da ciò di cui gode; le sembra di vedere chiaramente il premio, perché ormai non è possibile, riguardo a una cosa che perfino già da questa vita è tanto deliziosa e dolce, abbandonarla per una cosa tanto bassa e sporca come è il diletto terreno; e con questa fiducia il demonio le fa dimenticare anche che deve diffidare di sé; e come dico si espone ai pericoli e comincia, piena di zelo, a regalare frutta senza misura, credendo di non dovere ormai temere di se stessa. E questo non accade per superbia (l’anima sa bene che da sola non può fare nulla), ma per una grande fiducia in Dio priva di discernimento, perché non vede che ancora è un uccellino spennacchiato. Può uscire dal nido, e Dio la tira fuori, ma non è ancora pronta a volare; perché le virtù non sono ancora forti, né ha esperienza per riconoscere i pericoli, né riconosce il danno di questo fare affidamento su di sé”¹¹⁷.*
- *“Si fidi della bontà di Dio, che è più grande di tutte le malefatte che possiamo compiere, ed Egli non si ricorda della nostra ingratitudine quando noi, conoscendo noi*

¹¹⁵ V. 19, 2

¹¹⁶ V. 19, 13

¹¹⁷ V. 19, 14

stessi, vogliamo tornare alla sua amicizia, e nemmeno delle grazie che ci ha fatto per castigarci; anzi lo spingono a perdonarci più in fretta, come gente di casa sua, che ha mangiato come si suoi dire il suo pane”¹¹⁸

b. Orazione contemplativa... rapimento e estasi

“Vorrei saper spiegare, con l’aiuto di Dio, la differenza che c’è fra unione e rapimento, o elevazione, o il così detto volo di spirito, o incanto impetuoso, che sono tutte la stessa cosa. Dico che tutte queste parole diverse indicano una cosa e la si può anche chiamare estasi. Supera di molto l’unione. Produce effetti molto più grandi e numerosi altri risutati, perché l’unione pare principio, mezzo e fine, e lo è nell’ambito interiore; invece nell’estasi, visto che i momenti finali sono di ipiù alto grado, gli effetti si producono sia interiormente sia esteriormente. Lo spieghi il Signore come ha fatto per il resto, se Sua Maestà non mi avesse fatto comprendere grazie a quali modi ed espressioni dirne qualcosa, io non saprei dirne nulla”¹¹⁹.

Rapimenti.

- *“In questi rapimenti sembra che l’anima non dia più vita al corpo e così si sente un assai sensibile mancamento del suo calore naturale; si raffredda un po per volta, anche se con grandissima dolcezza e diletto. Qui non c’è alcuna poossibilità di resistere; durante l’unione, poiché siamo ancora su questa terra c’è possibilità (anche se con pena e sforzo, si può sempre resistere); qui, invece, la maggior parte delle volte non c’è alcuna possibilità, anzi molte volte, senza che il pensiero o qualche altro aiuto possanon giocare d’anticipo, sopraggiunge un impeto così veloce e forte, che vedete e sentite questa nube innalzarsi o quest’aquila reale che vi rapisce con le sue ali”¹²⁰*
- *“Molte volte mi sembrava che mi lasciasse il corpo così leggero, da togliermene tutta la pesantezza; e alcune volte l’effetto era così grande che quasi non mi accorgevo di poggiare i piedi per terra. Perché quando si trova nel rapimento, il corpo resta come morto, spesso senza poter essere per niente padrone di se stesso, e come esso lo compie rimane: in piedi, seduto, a mani aperte, a mani chiuse. Infatti, anche se poche volte capita di perdere la capacità percettiva, a me è accaduto di perderla del tutto, poche volte e per un breve*

¹¹⁸ V. 19, 15

¹¹⁹ V. 20 - 21

¹²⁰ V. 20, 3

tempo. Ma di isolio succede che ci si turbi e anche se non si può fare nulla da sé quanto alla parte esteriore, non si smette di capire e udire qualcosa, come da lontano”¹²¹.

Éstasi e rivelazioni

“Qui in questa estasi ci sono le vere rivelazioni e le grandi grazie e visioni, e tutto serve per umiliare e rafforzare ‘anima e perché stimi meno le cose di questa vita e conosca più chiaramente le grandezze del premio che i Signore tiene pronto per coloro che lo servono”¹²².

Infine: le difficoltà sono tante. Grande la determinazione necessaria a intraprendere il cammino dell’orazione. Tuttavia, Teresa ci mostra la possibilità reale di un autentico rapporto con Dio. Le difficoltà stanno dalla parte nostra più che da parte Sua. Dio vuole, la persona resiste perché questo implica lasciare una strada già tracciata per un’altra che è tracciata da un’altro. Un non fidarsi più di sé per riporre ogni fiducia in Dio (cfr. V 8, 12; 9, 3). Fiducia accordata “a poco a poco” (V 3, 5). Tuttavia questo “altro” sa tutto di noi e noi “sappiamo che ci ama”. Accanto alla nostra resistenza ci sia pure una resa!

Ma ciascuno “dia secondo quanto ha deciso nel suo cuore, non con tristezza né per forza, perché Dio ama chi dona con gioia” (2Cor 9, 7). Dio si diffonde nei cuori di uomini così. Il suo Spirito ci unisce a Sé e tra noi in una libertà interiore grande, che sa correre il rischio di vivere, preoccupati non di evitare il male ma di accrescere il bene per poterlo vincere con il Suo aiuto: “Non lasciarti vincere dal male, ma vinci il male con il bene” (Rom 12, 21).

Ecco la via intrapresa all’uscita di ogni orazione: ci si preoccupa di cercare di maggiormente contentare Dio, ciascuno “nel conoscere in quali cose e per quali vie possa mostrargli l’amore che gli porta. Questo è il fine dell’orazione ...: produrre opere ed opere, essendo queste” opere di misericordia, perché l’amore che portiamo a Dio è *di Dio*, “il vero segno per conoscere se si tratta di favori e di grazie divine”¹²³. Segno che siamo stati venduti “schiavi di tutto il mondo, com’è stato per Lui”¹²⁴ che ha detto «*Misericordia io voglio e non*

¹²¹ V. 20, 18

¹²² V. 21, 12

¹²³ 7M 4, 6.

¹²⁴ 7M 4, 8.

sacrifici. Io non sono venuto infatti a chiamare i giusti, ma i peccatori» (Mt 9, 13). Figlio di quel “Padre delle misericordie” di cui parla Giovanni della Croce, rivolgendosi a Lui con queste parole: “Mio Signore, mio Amato, se non compi quello che io ti chiedo perché ancora ti ricordi dei miei peccati, fai pure, o Dio mio, riguardo ad essi la tua volontà, che è quanto io cerco di più; usa la tua bontà e misericordia e sarai conosciuto in essi” (Dichos N° 26). Per Giovanni, Gesù è la “mano misericordiosa del Padre” (LIB 2, 16) che quando “si china sull’anima con misericordia, imprime e infonde in essa il suo amore e la sua grazia; allora la rende talmente bella e la eleva tanto, da farla *partecipe della natura divina* (2Pt 1,4)”. (CB 32,3-5).

I cristiani adesso sanno «che cosa vuol dire» questo. I cristiani che, “misericordiosi come il Padre” (Lc 6, 36), sono come le impronte di Gesù nella storia.