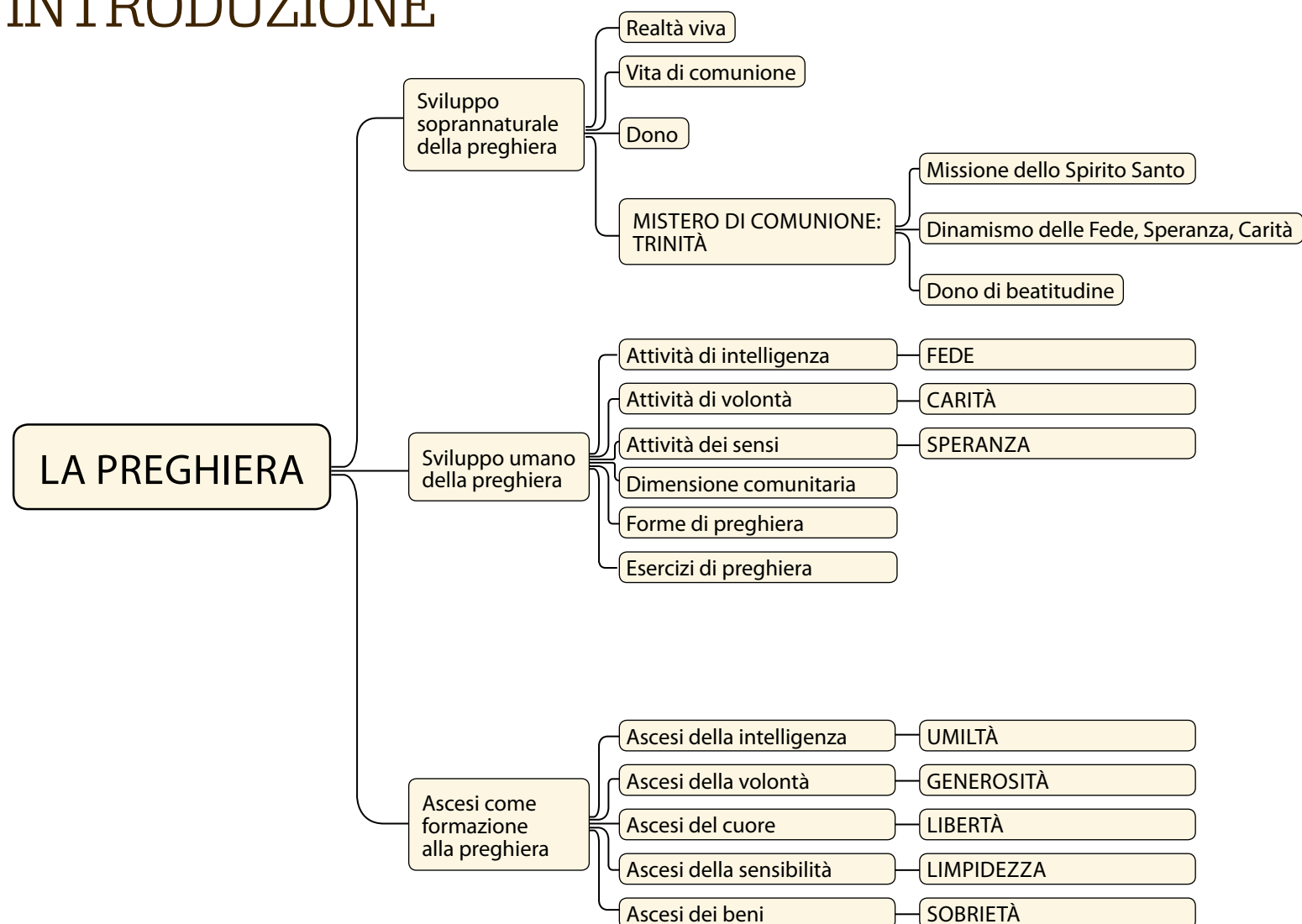


SANTA TERESA DI GESU' INSEGNA A PREGARE

Itinerario di trasformazione in Dio

a cura di Padre Enzo CAIFFA, ocd

INTRODUZIONE



Alla base di ogni formazione deve esserci un impegno nella preghiera. È necessario offrire la propria disponibilità al Signore, mettersi davanti a Lui per accogliere il Suo dono. Sì, perché la preghiera, quella vera non è recitare formule. No, non è così: la preghiera è un dono. La preghiera non nasce in noi. Parte, infatti, da Dio: è Dio che vuole comunicare con noi. L'azione dell'uomo è successiva, comincia quando egli accoglie il dono di Dio. L'uomo, quindi, è chiamato ad impegnarsi in un cammino di trasformazione, interiore ed esteriore, che può compiere utilizzando altri doni che l'aiutano a compiere un esercizio di ascesi per liberarsi di tutto ciò che lo vincola e disturba il suo colloquio a tu per tu con il Creatore. Abbiamo bisogno di un esercizio che ci

aiuti a compiere questo cammino ed è qui che la vocazione carmelitana ci aiuta, ci offre gli strumenti, ci indica la strada. Non è un cammino facile, è vero, ma la nostra spiritualità ci aiuta in questo cammino di spogliazione per inserirci con la nostra povertà nella ricchezza di Dio.

LO SVILUPPO SOPRANNATURALE DELLA PREGHIERA

Si è detto che la preghiera è un'iniziativa di una realtà viva: è Dio che vuole parlare con noi. Attraverso questo rapporto di relazione e di comunicazione con Lui, egli ci offre anche una vita di comunione con Lui e questa vita di comunione c'insegna il dono reciproco e ci aiuta ad immergerci nel



mistero di comunione che è la Trinità. Nel libro dell'Esodo si fa riferimento all'esperienza di Mosè che si trova di fronte a un Roveto che arde, senza consumarsi (Es. 2-4). Incuriosito si avvicina per capirne il mistero.

Dio lo chiama dal rovelto e Mosè risponde "eccomi". Di fronte alle indicazioni di Dio, Mosè è sicuro che gli israeliti non gli crederanno, vorranno sapere con chi ha parlato: "E io che risponderò loro?", chiede.

Dio disse a Mosè: «Io sono Colui che Sono». Poi disse: «Dirai così ai figli d'Israele: "L'IO SONO mi ha mandato da voi"». Dio disse ancora a Mosè: «Dirai così ai figli d'Israele: "Il SIGNORE, il Dio dei vostri padri, il Dio d'Abramo, il Dio d'Isacco e il Dio di Giacobbe mi ha mandato da voi". Tale è il mio nome in eterno; così sarò invocato di generazione in generazione.»

(Esodo 3 14-15)

Ecco, fermiamoci a riflettere su quel nome: "Io sono Colui che Sono.

Il vivente mi manda a voi". È anche il nostro punto di partenza. Dio ci chiama per parlarci per trasmetterci qualcosa. Dio è il Vivente che vuole trasmettere la sua vita. La preghiera è proprio questo: il rapporto fra due persone, Dio e l'uomo. Dio non è qualcosa di astratto, lontano. Dio è una realtà viva, una Persona che desidera entrare in relazione con noi. Se cominciamo a riflettere su questo comprendiamo il valore della preghiera che diventa trasmissione della vita di Dio alla vita

dell'uomo. La vita di Dio, pertanto, deve diventare il "contenuto" della vita dell'uomo. Quindi il nostro pregare non può ridursi a una pratica, ad una semplice devozione. La preghiera deve trasformarci. Se la preghiera non ci trasforma vuol dire che non abbiamo pregato bene: abbiamo recitato una formula, ma non siamo entrati in comunione con Dio. Allora quando cominciamo a pregare dobbiamo comprendere questa verità, averla nel cuore, esserne profondamente consapevoli. Come? Proviamo a dire a noi stessi: *DIO IN QUESTO MOMENTO VUOLE TRASMETTERE LA SUA VITA A ME. LUI VUOLE COMUNICARE CON ME!*

Vedrete che questa consapevolezza ci aiuterà a metterci di fronte a Lui in un atteggiamento ricettivo. Santa Teresa di Gesù amava porre l'accento su quest'aspetto relazionale della preghiera sostenendo che l'"Orazione è un intimo rapporto di amicizia, un trattenersi da solo a solo con Colui dal quale sappiamo di essere amati".

Con grande semplicità, la Santa Madre ci spiega che la preghiera è comunione interpersonale: ciò che è della vita di Dio, il Suo Essere, il Suo Amore, diventa vita dell'altro, dell'uomo. E l'uomo intrattenendosi con Dio ricambia quest'amore e si lascia colmare da Lui. Lo scambio del dono della vita è trasformante. Il mio essere nel "trattenersi da solo a solo" dev'essere trasformato in Dio. La mia volontà deve trasformarsi nella Sua volontà. Quest'iniziativa del dono è propria della sfera spirituale, poiché l'uomo per natura è chiuso in se stesso. È, quindi, la relazione con Dio che lo "apre" a donarsi a sua volta. È come in un rapporto fra coniugi, dove c'è l'amore vero, oblativo, il donarsi gratuito e reciproco, l'appartenere l'uno all'altro. È, quindi, fondamentale il rapporto a livello dell'ESSERE: l'Essere di Dio e l'essere dell'uomo. Dobbiamo imparare a far penetrare Dio attraverso la nostra corteccia. È possibile pregare, quindi, perché è Dio che lo vuole e che suscita in noi questo desiderio di rispondergli.

Se riusciamo ad entrare in questa prospettiva, anche apprestandoci a recitare una preghiera vocale, cambia il nostro modo di pregare. Inizia, cioè, ad essere più attento alle parole, al loro significato. Pensiamo al Padre nostro. Basterebbe dire soltanto "Padre", per capire noi chi siamo e quanto questo Padre ci ama. O ripetere il salmo "O Dio, sei tu il mio Dio, dall'aurora ti cerco, di te ha sete l'anima mia, come terra deserta, arida, senz'acqua". Con quello che è stato detto fin qui, questo verso si riempie di significato: Lui ci chiama alla preghiera e noi lo cerchiamo, desiderosi di rispondere al suo amore, perché il nostro essere, senza di Lui è come un terreno arido, secco che riprende vita soltanto a contatto con Lui che è la nostra sorgente di vita.

GLI EFFETTI DELL'INIZIATIVA SOPRANNATURALE

Dopo esserci soffermati sulla Realtà viva da cui nasce l'iniziativa della preghiera, vediamo di comprendere bene le due realtà che devono entrare in comunione: Io e Dio, l'uomo e Dio: due realtà viventi. C'è una "RAGIONEVOLEZZA" nel Mistero, anche se in quanto mistero non può essere spiegato. Com'è l'ESSERE di Dio: Dio è Comunione, poiché è Trinità.

Il Padre ha generato il Figlio ed il Figlio nella comunione con il Padre trova una perfezione che diventa comunione personificata, lo Spirito. Il mistero di comunione trinitaria è la sorgente del nostro pregare. L'uomo, a sua volta, è una creatura creata a immagine e somiglianza di Dio.

Dio-Persona ha creato l'uomo-persona per la comunione con Lui. Quindi la vita di ogni uomo ha senso, scopre il proprio senso, soltanto in relazione con Lui. Tutto avviene attraverso il dono.

LA MISSIONE DELLO SPIRITO

Motore di quest'azione divina è lo Spirito Santo. È questa la sua missione. L'uomo, però, non è un essere passivo: egli partecipa a questo dinamismo, attraverso i doni infusi dallo Spirito, e cioè la Fede, la Speranza e la Carità. La Fede è l'invito ad aderire a Dio tramite

lo Spirito. Dio, grazie al Battesimo, abita in me. Il Battesimo mi ha inserito nel Mistero Trinitario e lo Spirito diventa per me il principio della mia comunione con Dio. Infatti, è proprio lo Spirito che, come ci spiega san Paolo, prega in me: “Lo Spirito viene in aiuto alla nostra debolezza – si legge nella Lettera ai romani (8, 26-27) – 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, perché egli intercede per i credenti secondo i disegni di Dio”. Dobbiamo essere docili e permettere allo Spirito di pregare il Signore in noi. Possiamo ora comprendere come il mistero di comunione trinitaria sia per noi la sorgente della preghiera. Grazie allo Spirito entriamo a far parte della Comunione fra il Padre e il Figlio: ecco la preghiera. Si comincia ad avvertire il desiderio di partecipare a quest'unione profonda. Ma il desiderio non basta: deve diventare adesione di volontà al desiderio dello Spirito. Anche se Dio ci ha creati per questa relazione con Lui, ci lascia liberi, rispetta la nostra psicologia e soltanto la nostra adesione permette di trasformarci secondo i suoi doni ricevuti “in germe” nel battesimo: Fede, Speranza e Carità.

DINAMISMO DELLA FEDE, DELLA SPERANZA E DELLA CARITÀ

Credere è conoscere Dio per il dono della fede. La speranza è il principio misterioso per cui: io conosco Dio, lo amo, desidero servirlo e goderLo in Paradiso per vivere eternamente con Lui. La carità è la compostezza dei desideri: Io ho conosciuto Dio e desidero stare con Lui.

IL CAMMINO DELLA PREGHIERA

Si profila a poco a poco il significato della preghiera che nel Carmelo è meglio definita con il termine “ORAZIONE”: non è un itinerario di auto- perfezionamento, ma di comunione. Io prego per incontrare

una Persona, Dio, e rimanere con Lui, per vivere già qui la perfetta relazione con Lui.

DONO DI BEATITUDINE

Se partecipo della realtà di Dio, anche nelle difficoltà, avverto la beatitudine della comunione con Lui. È la vita fortemente incentrata in Dio. Nella preghiera: Io devo incontrare Dio – capire che cosa mi vuole dire – chiedere a me stesso: E io come rispondo?

Se io entro in comunione con Dio, non posso essere diverso da come è Lui, altrimenti le zavorre del mio carattere, i legami, le difficoltà che ho con le persone m'impediscono una relazione profonda con il mio Signore. Io come rispondo? Lasciamo che lo Spirito ci suggerisca come. Per esempio: quando abbiamo difficoltà con qualcuno, compiamo la nostra parte, perdonando, riconciliandoci... e se l'altro ancora non è disposto a venirci incontro, lasciamo agire lo Spirito anche in quella persona. Quando si dice che la preghiera deve cambiare la nostra vita è perché ogni nostra azione è espressione di ciò che siamo e il cristiano, con il proprio modo di agire, deve testimoniare di “essere di Dio”. Diventiamo suoi nel momento in cui entriamo in una vera relazione con Lui, in quell'intimo rapporto “ a tu per tu, da solo a solo”, spogliandoci di ogni cosa che può intralciare questa comunione con Dio. È l'atteggiamento di Maria. Tutta la sua vita, dal momento dell'annuncio, aderisce (“Eccomi avvenga di me secondo la Tua parola”) a quest'itinerario di preghiera e comunione con Dio.

LO SVILUPPO UMANO DELLA PREGHIERA

Analizziamo le prime tre attività del dinamismo umano: l'intelligenza, la volontà e i sensi. L'uomo per poter pregare bene deve partecipare con tutto il proprio essere alla preghiera. Abbiamo detto finora che la preghiera è DONO di Dio. Ma questo dono deve entrare nella mia storia, altrimenti il “concreto scambio di doni” fra il Creatore e la creatura non può avvenire.

Lo Spirito non ci costringe, ci orienta. Quale deve essere allora l'atteggiamento dell'uomo all'invito di Dio? Per natura l'uomo è creato per ricevere. A questo proposito mi piace ricordare una frase di un contemplativo: “Signore fatti torrente e io mi farò capacità”. È bellissima questa immagine dell'uomo pronto a svuotarsi per far “scorrere” dentro di sé la Persona di Dio. Ma quali sono le caratteristiche che rendono l'uomo disponibile a rispondere alla volontà di Dio? L'intelligenza, la volontà e la sensibilità, si diceva. Ma se noi le usiamo a nostro piacimento potrebbero diventare non strumenti di progressione, ma barriere. Con l'aiuto di San Giovanni della Croce vediamo come possono essere volte al bene.

INTELLIGENZA

L'uomo dispone del pensiero come primo mezzo d'incontro con Dio. Io, infatti, quando prego rivolgo la mia attenzione verso Dio. Ma non basta. Santa Teresa affermava che pregare consiste “non nel molto pensare, ma nel molto amare”. San Giovanni della Croce ci indica nella virtù teologale della FEDE, lo strumento di purificazione della nostra intelligenza. Per esempio: se penso all'Eucaristia, al fatto che in un frammento di pane c'è Dio in corpo sangue anima e divinità, posso trasformare il mio pensiero in preghiera di adorazione, se credo -per fede- a questo Mistero. Il mio cuore allora proverà riconoscenza, gioia, stupore. L'attenzione è orientata anche dal cuore. Non penserò soltanto all'Eucaristia, ma l'amerò. Così la mia intelligenza s'inserisce nel dono di Dio.

VOLONTÀ

La preghiera è anche scelta. Io voglio essere di Dio. Io voglio riempirmi di Dio. Si comprende meglio perché parliamo di dinamismo della preghiera. Per noi deve diventare un impegno, o meglio, l'opzione, la scelta determinante della nostra vita. Una scelta che ha un inizio (desidero la comunione con Dio) uno sviluppo e una fine che altro non è che la piena volontà di Dio nella mia vita. È vivere in Paradiso già sulla terra.

SENSIBILITA'

I nostri sensi non restano estranei alla preghiera. È importante per esempio la memoria (ricordare, evocare, rivivere) e la fantasia (l'immaginazione se ben orientata ci aiuta). Basta escludere tutto ciò che ci tiene legati, c'impedisce di progredire verso di Lui. Parola, voce, canto, gesto tutto confluisce nella preghiera. L'orante non prega solo con una parte di sé. Ecco perché il culto formalistico, il devozionismo non sono pratiche che fanno entrare in comunione con Dio. Prendiamo l'Elevazione alla Santissima Trinità della Santa Elisabetta: è l'esempio della creatura che risponde al Suo Dio, ai suoi Tre e fa parlare in sé lo Spirito, chiede il dono della spogliazione per immergersi in Dio (in tutte e tre le Persone del mistero) e per divenire il luogo del Suo riposo. *"O mio Dio, Trinità che adoro, aiutami a dimenticarmi completamente, per fissarmi in Te, immobile e tranquilla, come se la mia anima fosse già nell'eternità. Nulla possa turbare la mia pace né farmi uscire da Te, o mio Immutabile, ma che ogni istante m'immerga sempre più nella profondità del tuo Mistero. Pacifica la mia anima, rendila tuo cielo, tua dimora prediletta, luogo del tuo riposo. Che non ti ci lasci mai solo, ma che sia là tutta, interamente desta nella mia fede, tutta in adorazione, pienamente abbandonata alla tua azione creatrice. O mio Cristo amato, crocefisso per amore, vorrei essere una sposa per il tuo Cuore, vorrei coprirti di gloria, vorrei amarti fino a morirne. Ma sento la mia impotenza, e ti chiedo di "rivestirmi di te", d'identificare la mia anima a tutti i movimenti della tua anima, di sommergermi, d'invadermi, di sostituirti a me, affinché la mia vita non sia che un'irradiazione della tua vita. Vieni in me come adoratore, come Riparatore e come Salvatore. O Verbo eterno, Parola del mio Dio, voglio passare la mia vita ad ascoltarti, voglio rendermi perfettamente docile per imparare tutto da Te. Poi, attraverso tutte le notti, tutti i vuoti, tutte le*

impotenze, voglio sempre fissare Te e restare sotto la tua grande luce. O mio Astro amato, affascinati perché non possa più uscire dalla tua irradiazione. Fuoco consumante, Spirito d'amore, "discendi in me", affinché si faccia nella mia anima come una incarnazione del Verbo e io gli sia una umanità aggiunta nella quale Egli rinnovi tutto il suo Mistero. E Tu, o Padre, chinati sulla tua povera piccola creatura, "coprila della tua ombra", e non vedere in lei che "il Diletto nel quale hai posto tutte le tue compiacenze". O miei Tre, mio tutto, mia beatitudine, solitudine infinita, immensità in cui mi perdo, mi abbandono a Voi come una preda. Seppellitevi in me perché io mi seppellisca in Voi, in attesa di venire a contemplare nella vostra luce l'abisso delle vostre grandezze. (Santa Elisabetta della Trinità). In questa preghiera c'è tutto l'itinerario dell'orante.

ASCESI COME FORMAZIONE ALLA PREGHIERA

Dico le "mie preghiere". Quante volte sentiamo o diciamo questa frase? No: non esiste "la mia preghiera". Esisto io che prego (e non "io che dico le mie preghiere"). La preghiera non è qualcosa che mi appartiene: è la mia relazione con Dio, è il mio sforzarmi a far aderire il mio dinamismo al dinamismo soprannaturale che mi ha ispirato la preghiera. L'atto fondamentale non è parlare con Dio per chiedere: è ascoltarlo, è piuttosto farsi "attraversare" da Lui. La preghiera non può essere un episodio della mia giornata. Diventa la mia vita con Dio. Perché se comincio seriamente a pregare, a rispondere al Suo desiderio di comunicarsi a me, allora tutta la mia vita sarà in relazione con Lui e, quindi, tutta la mia vita sarà una preghiera. Perché io mi rivestirò dei sentimenti di Gesù, sarò Gesù per l'altro e l'altro sarà Gesù per me. Anche qui ci viene in aiuto la spiritualità del Carmelo con San Giovanni della Croce: La fede purifica l'intelligenza, la carità purifica la volontà, la speranza purifica i sensi. Sono i doni di Dio, infatti, che ci aiutano a utilizzare le nostre forze

(intelligenza, volontà, cuore, sensibilità e beni). Perché occorre misura. Occorre staccarsi progressivamente da se stessi, acquistare il dominio di noi, purificandoci, per confluire in Dio, essere – come la Santa Elisabetta della Trinità, totalmente di Dio, senza inquinamenti, senza deformazioni, senza i condizionamenti della vita di oggi. L'ascesi è il principio di armonia interiore ed esteriore dove tutto è al proprio posto. Il disordine dell'intelligenza è la superbia: ritenere la verità una propria scoperta, essere attaccati al proprio giudizio. Il cristiano invece sa che la verità è Dio e, quindi, non s'insuperbisce, al contrario sviluppa la virtù dell'umiltà, l'essere al servizio della Verità. L'ascesi della volontà porta alla generosità: ci liberiamo dei nostri egoismi, da ciò che porta a chiuderci in noi stessi, per aderire, invece, ad un movimento d'apertura verso gli altri, al dono generoso di ciò che si è ricevuto. Anche questo non è un episodio, ma un atteggiamento della nostra vita. Certo siamo sempre in cammino, possiamo cadere, ma l'importante è l'impegno generoso con cui si procede. L'ascesi del cuore porta alla libertà: se abbiamo il cuore libero dagli "attaccamenti" è libero di donarsi a Dio. Il Signore non può trovare il cuore occupato. L'ascesi della sensibilità determina la limpidezza: La sensibilità ha spesso un valore ambiguo. Dipende da come la si orienta e se la si mette in armonia con gli altri valori umani. La libertà di spirito porta alla spontaneità e alla compostezza interiore. L'ascesi dei beni porta alla sobrietà a utilizzare con misura ciò di cui disponiamo, a non esserne schiavi. Esercitarsi ad equilibrare queste caratteristiche tipicamente umane ci rafforza e ci orienta nella preghiera. S'inizia qui un cammino verso il quale siamo destinati per "elezione". Un cammino personale "da solo a solo", ma che ci abbraccia tutti e ci fa partecipi dello stesso mistero: quello di appartenere a Dio, verso una libera fusione del nostro essere con il Suo Essere.