

POMERIGGIO DI PREGHIERA E FRATERNITÀ

DOMENICA 18 APRILE 2021

COME VIVI LA TUA ATTENZIONE ALLO SPIRITO SANTO?

Cuneo, 11 aprile 2021

Carissimi/e,

abbiamo appena vissuto la settimana più luminosa dell'anno liturgico: la Parola di Dio di questi giorni è una continua grazia, capace di rigenerare la nostra fede nel Signore Risorto. I richiami insistenti al battesimo, espressi dalle preghiere dell'Eucaristia, risvegliano in noi la consapevolezza e la gratitudine per essere rinati quel giorno benedetto in cui siamo stati battezzati.

Alcuni mesi fa ho avuto una richiesta da una persona giovane adulta, che mi ha fatto riflettere sul dono del battesimo. Ha esordito così: *“lo desidero essere di nuovo battezzata, posso? Mi sto riavvicinando a Dio e sto scoprendo la bellezza di pregare, di credere, di sentire Dio vicino. Ma sono stata battezzata quando non capivo nulla di questo dono.”*

Non vi dico la gioia che ho avvertito dentro di me per questa richiesta. Dialogando insieme, ha capito bene che il battesimo non si ripete, a differenza invece del sacramento del perdono o dell'Eucaristia, e ha iniziato un cammino meraviglioso di fede per riscoprire il battesimo. Tra l'altro sta gustando molto tutte le catechesi di Padre Andrea che sono in Youtube. Come non ringraziare per il lavoro dello Spirito? Pregate anche voi per il cammino di questa ragazza.

Abbiamo pensato che nel prossimo incontro continuiamo il tema del battesimo con un nuovo passo che possiamo formulare così:

come vivi la tua attenzione allo Spirito Santo?

Così orientiamo il nostro sguardo verso la Pentecoste.

Intanto vi alleghiamo una lettera scritta da Padre Andrea parecchi anni fa, ma che ci sembra attuale e molto adatta a questo periodo di Pasqua. Tanti di voi la conoscono, provate però a rileggerla con cuore nuovo. E soprattutto di sperimentarla nelle vostre giornate.

Domenica 18 aprile

L'orario rimane quello ormai collaudato:

ore 14.30 Adorazione guidata

ore 15.20 Riflessione: **“Come vivi la tua attenzione allo Spirito Santo?”** (Pino)

ore 16.30 Celebrazione Eucaristica.

Nel salone diventato cappella sono disponibili una cinquantina di posti in presenza. Vi accogliamo con gioia chiedendo sempre a voi e a noi la prudenza per le distanze e la mascherina, come vivete già nelle vostre parrocchie.

Con profonda unità fraterna,
p. Pino e Comunità

LA PREGHIERA DI SEMPLICITÀ

Carissimi,

è una lettera che P. Andrea ha scritto parecchi anni fa viaggiando in treno verso l'Irlanda dove era stato invitato da amici missionari della Consolata, sia per migliorare l'inglese, sia per alcune scuole di preghiera. Nonostante sia stata scritta 47 anni fa, ci sembra ben attuale. Proviamo a sperimentarne il messaggio.

Parigi, 4 marzo 1974

Carissimi,

è ormai un po' di tempo che mi sentite parlare di *preghiera di semplicità*. Vorrei con questa lettera parlarvi su questo argomento un po' più diffusamente. Noi abbiamo dato alla preghiera di semplicità un significato specifico.

Per noi è questo: intrattenerci con Dio, parlando con lui con la stessa semplicità con cui un figlio parla col papà, parlando a Dio di tutto e di tutti, lasciando da parte il linguaggio astratto formalistico o burocratico.

Siamo molto goffi nel nostro rapporto con Dio: usiamo quasi sempre espressioni più grosse di noi stessi, sovente usiamo parole e concetti così irreali che farebbero ridere se li usassimo con le persone.

È un costume. Un pessimo costume dentro cui siamo cresciuti senza nemmeno avvederci. Un costume dannoso che ci allontana da Dio e svuota la preghiera di calore umano e persino di realismo, quel calore e quel realismo umano che noi usiamo con tutti e che ci aiuta molto a dire ciò che abbiamo da dire, a essere ciò che dobbiamo essere.

Ora a me pare che tutto ciò che appesantisce la nostra preghiera o la svuota, va combattuto, va corretto o tolto; tutto ciò che

favorisce il nostro rapporto con Dio va cercato, favorito, incrementato.

Noi siamo sempre stati un po' contro la preghiera parolaia, abbiamo sempre insegnato, come preferibile, la preghiera di silenzio.

Questo insistere che ora facciamo sulla preghiera di semplicità è un tornare indietro? A me pare che sia l'aver scoperto una via di mezzo, alla portata di tutti, per giungere alla preghiera di silenzio.

Voi lo sapete quant'è difficile la preghiera di silenzio. Sapete anche che qualcuno pare proprio negato ad un pregare così. Sapete anche che non sempre è possibile: basta non star bene, basta la stanchezza o essere molto occupati o molto preoccupati e la vostra preghiera di silenzio va a farsi benedire, perché non trova il clima adatto.

La preghiera di semplicità è un ponte utile a tutti tra la preghiera a formule e la preghiera di silenzio.

Inoltre la preghiera di semplicità è a portata di tutti, di chi è preparato e allenato alla preghiera e di chi non lo è affatto, è alla portata persino di chi non ha mai pregato. Può essere un allenamento utilissimo di ogni persona di qualunque età, che si apre a Dio.

Come praticarla?

Credo che dobbiamo metterci con realismo davanti ad una nostra situazione psicologica molto frequente: noi stiamo sempre pensando o almeno fantasticando. La nostra mente è un fiume di pensieri e il fiume avanza senza che noi riusciamo ad arrestarlo. Va avanti persino mentre noi non ce ne accorgiamo, anzi procede nel suo cammino incurante di ciò che noi vogliamo o non vogliamo.

Orbene è di questo fenomeno della nostra psicologia che noi dobbiamo prendere consapevolezza.

Perché questo processo, che noi non possiamo arrestare, non possiamo invece guidarlo orientandolo a Dio? È un'igiene mentale la nostra! Se non possiamo vietarci di pensare continuamente ai nostri crucci, ci dobbiamo dire: perché non potrei crucciarmi delle cose facendo crucciare anche Dio? Perché non discorrere con lui con la semplicità del bambino?

Ecco allora che nasce la preghiera di semplicità. Ora può essere capita meglio: parlare a Dio di *tutto e di tutti*. Non ho da correre molto lontano, basta che io imponga un "alt" al fiume dei miei pensieri e porti a Dio quello che sto pensando, lo rapporti a lui, lo cambi in un dialogo semplice, confidente con lui. A Dio non interessa tutto? Ad un padre c'è qualche problema dei figli che non interessa? Un papà vero si interessa dei problemi più gravi come la salute, l'educazione, la scuola, fino a quelli più pratici, come: se il bambino ha digerito bene, se si è divertito al film che è andato a vedere, se la maglia è sciupata o le scarpe sono rotte, tutto interessa ad un papà. Quindi tutto può diventare oggetto meraviglioso della mia preghiera, del mio parlare con Dio.

Ci sono momenti privilegiati per farlo. Quando sono calmo, per esempio, al mattino appena mi alzo e il turbinio dei pensieri ha ancora da incamminarsi. È quasi sempre al mattino che noi seminiamo dei semi di pessimismo che poi faranno crescere erbaccia cattiva nella giornata. E invece sarebbe un momento privilegiato di preghiera, di conversazione affettuosa con Dio che darebbe tono a tutta la giornata.

Un altro tempo privilegiato è la sera, quando si attende il sonno. Ma è tempo idoneo ogni lavoro manuale che non impegni troppo la mente. È tempo idoneo quando viaggiamo su di un mezzo pubblico, quando camminiamo, quando insomma la fantasia o la mente si mette a viaggiare senza chiederci il permesso.

Che utilità ha?

Più pratico la preghiera di semplicità, più mi rammarico che ho cominciato troppo tardi a praticarla e a insegnarla.

È di una utilità straordinaria soprattutto perché ci aiuta a governare i pensieri, ci insegna cioè l'arte più importante del vivere. Quando vigiliamo sui nostri pensieri li possiamo orientare alla carità. Ci abitua ad un silenzio interiore che è indispensabile per la nostra vita.

Ma la cosa che più mi colpisce è questa: la preghiera di semplicità può dare un orientamento completamente nuovo alla mia vita.

“Noi siamo la proiezione dei nostri pensieri”, diceva Emerson.

“Dimmi che cosa pensi e ti dirò chi sei”.

- Se uno pensa “egoista” opera da egoista.
- Se uno pensa “orgoglio” opera da orgoglioso.
- Se uno pensa “sensuale” opera da sensuale.

La nostra vita e i nostri atti sono la proiezione di come gira la ruota dei pensieri. Orbene, io mi dico: se i miei pensieri sono Dio, la mia vita si orienta a lui, se i miei pensieri sono carità, la mia vita sfocia nella carità.

Fate un esperimento un po' costante, e poi lo capirete bene questo principio di psicologia spicciola. Ora, se io ho la sapienza di parlare a Dio continuamente degli altri, io a poco a poco metto a posto il mio egoismo, la mia vita si orienta alla carità.

Mi sono accorto che la massima parte dei miei pensieri riguarda le persone; o una persona con un problema o una che ha creato problemi, o ferite inflitte o ferite ricevute, o pene degli altri o sbagli miei verso gli altri.

Ho provato a prendere “questo materiale” che qualche volta mi toglieva anche la pace, e a farne subito oggetto di “quattro chiacchiere con Dio”... ho trovato che la cosa mi dà una pace straordinaria perché è come prendere i crucci mentre scottano e affidarli a delle mani sapienti e buone che sanno risolverli, le mani di Dio. È imparare a vivere di fede.

E ho la netta percezione che se riesco a fare così con tutti, se riesco a parlare a Dio continuamente di tutti, qualcosa di serio, di profondo, cambierà nella mia carità.

Forse nel vostro campo della carità ho trovato un sentiero. Volete provare anche voi?

La Madre del Signore vi benedica.

Padre Andrea

Movimento Contemplativo Missionario “P. de Foucauld”
Cuneo - Marzo 2021