



capire che in essa deve convergere tutto il mio essere raccolto in armonia. Mi sono convinto, cioè, che tutti i miei sensi e tutto il mio corpo deve essere educato a partecipare alla preghiera dello spirito. Ho capito che devo cercare di pulire il mio sguardo e tendere alla trasparenza dell'icona; rendere sensibile il mio udito al silenzio di Dio; modulare la mia voce per recuperare la melodia del canto che nasce spontaneo; tutto questo, per fare anche del proprio corpo uno strumento di lode, accordato alla preghiera. La tensione verso questa educazione mi è stata stimolata dall'esperienza vissuta in una comunità, che cerca di concretizzare questi valori. Sono così stato aiutato a riscoprire il valore pedagogico e purificatore della preghiera ripetitiva, a controllare con serenità e rigore quello che vedo e quello che ascolto, perché tutto mi serva ad edificare; ho scoperto e capito il valore che può avere anche un abito che simbolicamente esprime l'armonia e la compostezza di una scelta di fede.

Da questa esperienza mi è nato il desiderio di riscoprire le ricchezze presenti nella nostra tradizione monastica e religiosa, troppo affrettatamente dimenticate; il valore dell'icona, del canto gregoriano, del rosario e della giaculatoria...

Tutto questo non per ricostruire la magica sicurezza di una mistica sorpassata, ma per fare della mia preghiera un momento di pieno abbandono in Dio, per la costruzione del suo regno tra gli uomini.

Un sacerdote **Don Gigino Savorani**

È sera, le tenebre calano rapidamente. In quest'ora trepida, che mi ricorda l'incontro di Emmaus, rivivo le scelte fatte nella giornata. Perché e per chi ho vissuto? Perché ho assunto la storia e i problemi di tutti? In che modo la coscienza è stata vigile nel criticare il mio

egoismo, oppure ho abbandonato il campo dell'amore per delusione e per stanchezza?

Mi accorgo di essere al centro della meditazione nell'intento di ricucire il mio rapporto vitale con la consacrazione al Regno. Invoco Cristo con le parole di S. Gregorio di Nissa, nel commento al Cantico dei Cantici: «Fa che accorra alla fonte fresca e vi attinga la divina bevanda, quella bevanda che tu offri a chi ha sete. Fa che l'attinga come dalla sorgente del tuo costato aperto dalla lancia. Per chi la beve quest'acqua diventa una sorgente che zampilla per la vita eterna».

La prima fonte della mia contemplazione è la pagina sacra: se non sto attaccato a questa dimensione, non capisco più me stesso o il mio ruolo di consacrato; se non contemplo nella Parola le mie scelte, non riesco a far emergere il primato di Dio.

In quegli attimi di comunione, che dovrei protrarre per ore, sento di diventare fecondo. Ritrovo il senso della vita, la capacità di agire in un modo gratuito, il coraggio di affrontare la lotta per trasformare il mondo, e la certezza che i miei sforzi, uniti a Lui, non sono vani. Questa preghiera è un agire, e farmi carico della attesa del Signore in favore del mondo del giorno dopo. Se non ho questo riferimento a Lui, mi condanno ad essere me stesso e basta!

Al termine di questo primo momento, chiedo a Dio di scendere in campo a favore di questa scelta di preghiera, che mi costringa a stare lì in sua presenza «con due bastoni, uno la Benevolenza e l'altro l'Unione, e mi conduca al pascolo» della Contemplazione. Vorrei vedere la faccia di un biblista davanti ad una citazione così disinvolta (o forse stravolta) di Zaccaria (11,6)!

Il secondo momento della contemplazione è preso dalla quotidianità: la rivista, il settimanale, il quotidiano. In questo mondo della carta stampata, emerge l'uomo concreto coi suoi reali problemi, quell'uomo che Cristo oggi, per mezzo del mio ministero, vuole salvare... Confesso di fare fatica a questo livello. Spesso, quando mi lascio prendere da me stesso nella lotta per risolvere i problemi dell'uomo, perdo anche la capacità di guardare la realtà con gli occhi della fede. È un attimo terribile, perché mi perdo di coraggio e pecco contro la speranza. Chi mi farà stare, allora, a servizio dell'uomo? Ho una sola risposta: la fedeltà alla mia vocazione, la consapevolezza che tutta la mia preghiera è nulla, senza le altre

membra della vita spirituale che sono le virtù. Anzi, senza queste, la mia preghiera è morta.

Una suora **Piera Sala**

La preghiera non è certo una realtà di cui sia facile parlare, in quanto è per essenza qualcosa di interiore, un'esperienza che ciascuno fa personalmente.

In quanto suora, la preghiera costituisce, per me, la dimensione fondamentale della mia vocazione. Chiamata alla «consacrazione», che si esprime nella comunione intima con Dio, non è possibile che questa mia vocazione si realizzi al di fuori di un clima e di un impegno costante di preghiera. Sento che qualora tutto (lavoro, vita comune, servizio ai fratelli, salute, apostolato...) tutto mi venisse tolto, ciò non diminuirebbe la mia realtà consacrata, poiché trovo il vero senso e la piena dimensione di tutto nel mio rapporto con Dio.

L'impostazione della vita religiosa fa sì che nella giornata un tempo venga dedicato esclusivamente alla preghiera comune e personale: cantiamo con la Chiesa le lodi del Signore celebrando a inizio e a conclusione del giorno la «liturgia delle ore». La Messa è un altro momento importante della preghiera comunitaria, un «momento forte», in cui ci ritroviamo più unite che mai in Cristo, motivo e sorgente della nostra comunione tra di noi.

Questo essere insieme nella preghiera è a volte contestato, in nome dell'autenticità e di una maggiore spontaneità...; ma Cristo non ha forse detto che, dove sono due o più riuniti nel suo nome, lui è presente in mezzo ad essi? La comunità che prega dà anche una voce alla mia aridità e al mio silenzio: quando dal mio cuore non esce nulla che sappia di preghiera, la comunità mi sostiene, mi trascina, prega per me e con me. E un'esperienza, questa, che sostiene l'uomo che soffre e si sente povero.

In questo trovarsi insieme a pregare la comunità si costruisce, si consolida e riceve da Dio, e da se stessa, la forza per l'impegno e la lotta quotidiana.

Questa dimensione comunitaria della preghiera, che troviamo essenzialmente, concretamente, quando pre-



ghiamo insieme, non è però legata solamente al momento della preghiera comune, ma è una dimensione reale e insostituibile anche della preghiera personale.

Pregare da soli, nel segreto, non significa pregare per sé (sarebbe un vano «monologo»!) ma far entrare nella nostra preghiera, nel nostro rapporto con Dio, gli altri, tutti gli altri, con le loro esigenze, i loro problemi, le loro gioie e sofferenze... I legami tra preghiera personale e comunitaria sono strettissimi, inscindibili: solo nella misura in cui ciascuno fa esperienza viva di preghiera personale può entrare in comunione con la Chiesa che prega, e recuperare, proprio in questo «essere insieme» davanti a Dio, la dimensione propria dell'uomo, che non è per se stesso, ma per gli altri.

La preghiera, nella sua dimensione personale e comunitaria, è sempre, inoltre, «esperienza di Dio»: a questo deve tendere e orientarsi.

Dio si avvicina talmente all'uomo, a

volte, da fargli sentire una vicinanza quasi fisica, talmente viva da lasciare in lui una profonda nostalgia. Penso che la preghiera non sia fatta per soddisfare l'uomo, bensì per far crescere in lui l'insoddisfazione profonda, la sete di Dio, l'ansia dell'attesa, un senso così forte di povertà da fargli gridare «DIO!» con tutto il cuore.

Anche il silenzio ha un profondo valore nella preghiera: aspettare che Dio ci parli, aspettarlo con fedeltà, ogni momento, anche per lungo tempo: quando verrà, ci ripagherà, al di sopra di tutte le nostre attese...; ma dobbiamo lasciare che sia lui ad agire: «L'uomo vedrà Dio nella sua luce, se accetta di essere l'agente umano dell'azione divina!» (Yves Raguin). Veramente si avverrà quanto dice s. Paolo, quando afferma che è lo Spirito che prega in noi con gemiti inesprimibili. La preghiera è una realtà così grande e sublime che l'uomo, da sé, non può viverla: solo in Cristo e nello Spirito, noi possiamo gridare: «Abbà, Padre!».