

con il suo Signore: «Mio Dio e mio tutto», ripeterà per notti intere, tra i rigori del freddo, i morsi della fame, le umiliazioni della gente, la solitudine della Verna.

Se vuoi poter pregare davvero, fatti povero

Nessuno gli propone esperienze particolari; i poveri gli hanno insegnato a pregare e lo hanno guidato ad una spogliazione totale di sé, tanto da poter incontrare il suo Signore con tutto se stesso, nella realtà della vita e al di là di ogni formula. Se ti ritroverai terra riarsa, canna sbattuta, assetato di giustizia e di pace per te e per tutti, ogni piccolo gesto ti apparirà un grande regalo: inizierai il cammino della gratitudine.

Egli è talmente persuaso che anche la preghiera è un dono che viene dall'alto e che neppure questa deve possedere, da esclamare: «Tu, o Signore, hai mandato dal cielo questa dolce consolazione a me, indegno peccatore; io te la restituisco, affinché tu me la metta in serbo, perché io sono un ladro del tuo tesoro» (2 Cel. 99).

Per abbandonare gli esseri e le cose, occorre prima amarli realmente. Se le abbandoni, allora manterrai con loro dei rapporti di grande intensità, perché sarai libero nei loro riguardi e le vorrai realmente per se stesse. Così Francesco, liberandosi persino della consolazione della preghiera, è in grado di cercare Dio per lui stesso e di non desiderare altro che tutte le creature lo lodino. Il «Tu sei...», ripetuto tante e tante volte nella preghiera di «Lode a Dio altissimo», da lui composta, esprime chiaramente questa «preghiera di povertà estrema», in cui resta solo il «Tu» di Dio ed i suoi innumerevoli attributi.

Prega come un fratello

«E il Signore mi diede dei frati», dice lui stesso nel «Testamento»; e, se tanto tiene alla preghiera nascosta nel silenzio della solitudine, non di meno gode di poter pregare insieme ai suoi frati e tra i fedeli. Quando poi gli vien chiesto di insegnar loro a pregare, dice: «Quando pregate, dite: Padre nostro...» e ce ne ha lasciato uno splendido commento in preghiera.

La preghiera povera apre alla fraternità. Francesco non si sente più solo, perché scopre che tutti gli esseri sono fratelli o sono chiamati a diventarlo. Questa sua preghiera di povertà e di fraternità lo porta a non possedere

neppure un chiostro dove «strutturare» la sua preghiera; benché fedelissimo alla Chiesa anche nelle indicazioni di preghiera, non sceglie la vita e la preghiera monastica e claustrale. Veramente il suo chiostro è il mondo.

Per questo, Francesco propone una preghiera itinerante. «Se all'improvviso si sentiva visitato dal Signore, per non rimanere senza cella, se ne faceva una piccola col mantello, perché non si accorgessero del contatto con lo Sposo; e se non aveva niente con cui coprirsi, faceva un tempio del suo petto» (2 Cel. 94). Così, infatti, scrive: «Sempre prepariamo in noi una abitazione e una dimora per lui che è il Signore Iddio onnipotente, Padre, Figlio, Spirito Santo... e adoriamo con cuore puro, perché è necessario pregare sempre e non stancarsi mai» (I Regola n. 22). Francesco prega per le strade e fa della strada una preghiera, diventando «preghiera vivente».

Propone anche una preghiera eremitica: «Pregava anche nelle selve e nei luoghi solitari, riempiva i boschi di

gemiti, e lì dialogava spesso ad alta voce con il suo Signore» (2 Cel. 95). Il suo cammino è punteggiato da questi luoghi: Le Carceri, l'Isola del lago Trasimeno, Le Celle, La Verna. Ha scritto anche una «regolina» veloce, ma precisa, su come consigliava ai frati di vivere negli eremi, alternandosi nel ruolo di Marta e Maria.

Non ama certo le formalità: estasiato dal mistero dell'Eucaristia, vuole che i frati dicano un'unica Messa e comune; puntiglioso nella recita dell'Ufficio divino secondo la romana Chiesa, non vuole che sia cantato con solennità, né che i frati semplici imparino a leggerlo; amatissimo della Scrittura, cuce insieme passi dei Salmi saltando quelli di violenza e di guerra che lo urtano.

La «preghiera vivente» che lui propone nasce, quindi, dalla povertà e dalla fraternità, per cui accede al Padre contemplando il libro dell'umanità di Gesù, dalla nascita alla croce, facendo vibrare, con autenticità e libertà vera, tutti i registri e le tonalità della propria sensibilità umana.

«Padre Nostro»

Per ritornare come bambini

di fr. LINO RUSCELLI

Il «Padre Nostro» di Gesù: preghiera e regola di vita

Pregando il Padre nostro, alcuni ragazzi si sono sentiti così fratelli da iniziare, nel 1980, una Comunità a S. Tommaso, una località sulle prime colline del cesenate.

Questa Comunità di vita e di lavoro, anima centinaia di giovani ad una preghiera che attinge ricchezza inesauribile da ciò che Gesù ha insegnato anche a noi.

A fr. Lino Ruscelli, guida spirituale della «Comunità del Padre nostro», abbiamo chiesto come pregare in modo nuovo con una preghiera antica.

Così piccolo, così gigante

Il «Padre nostro» è Cristo Gesù crocifisso-risorto, trasformato in Parola. Il piede della sua croce è piantato sulla terra e ad esso sono confitti i suoi piedi. L'asta trasversale regge le braccia inchiodate, tenute aperte da un desiderio sconfinato di abbracciare gli uomini di tutti i tempi, di tutte le razze, di tutte le condizioni. Il vertice della croce svetta verso l'alto, il volto del

Crocifisso è proteso verso la luce della risurrezione.

Chi, con cuore puro e ben disposto, prega questa Parola crocifissa al destino del mondo, è gradualmente, ma inevitabilmente trasformato in un altro crocifisso, in attesa di risurrezione.

È la preghiera nuova, che completa quella antica; la preghiera del Dio fatto uomo, che non accetta di essere

stradicato dalla tragedia dell'umanità, finché non l'abbia coinvolta totalmente nella luce della sua risurrezione verso la casa del Padre.

La piccola preghiera di Gesù si apre alle dimensioni della storia e dell'eternità. Come la croce, ramifica le sue radici dentro al mistero dell'uomo, mentre sospira il vertice del mistero trinitario.

Al cristiano appare come centro di comunione tra le grandi antinomie riconciliate: tra preghiera e vita, tra lotta e contemplazione, tra crocifissione e risurrezione. Anzi, letto dal basso verso l'alto, il Padre nostro appare come una scala gigante: dall'uomo a Dio, dalla carne allo Spirito, dal peccato alla santità.

La preghiera di Gesù è parola, è meditazione, è contemplazione; ma non lascia spazio a parole vuote, a riflessioni riciclate, a contemplazione evanescente. È pura realtà eterna e creata, divina e umana nella sintesi della semplicità infinita dell'amore, che si intestardisce a salvare tutto quanto ha creato (cfr. Gv. 6, 39).

Così piccolo e così gigante! Eppure non fa paura il «Padre nostro» di Gesù. Delle sue parole s'addolciscono la bocca il bimbo e l'analfabeta, che non sanno meditare, e lo sceglie come delizia della sua contemplazione il monaco del deserto, quando ne inizia la recita al tramonto per terminarla all'alba del giorno seguente. Piccoli e grandi si riscoprono, col Padre nostro, figli di Dio, fratelli di ogni uomo, responsabili dell'umanità, eredi di una speranza che non delude.

Regola di vita

Tuttavia, come tutte le cose troppo grandi, anche questo dono di Cristo agli Apostoli è troppo spesso trattato come formula logorata dal tempo, o come gioiello d'arte da incastonare nella liturgia ufficiale.

Ma non fa meraviglia, poiché non è facile assumere in proprio la preghiera di Gesù senza bruciarsi l'anima e il corpo. Però chi, tra la confusione dei propri limiti osa farlo, non ha più bisogno di darsi una regola di vita, perché il Padre nostro è la vita di Cristo fatta preghiera, partecipata al discepolo orante, perché ritorni vita.

Per avvicinarsi con serietà alla preghiera di Gesù, è necessario conoscere la regola del Regno, dettata a Nicodemo: «Se uno non nasce da acqua e da Spirito, non può entrare nel Regno di Dio» (Gv. 3, 5). E il suo commento: «Quel che è nato dalla carne è carne e quel che è nato dallo Spirito è Spirito». Generalmente approda al Padre nostro colui che ha sperimentato la delusione frustrante delle preghiere inventate su misura della propria carne, che non trovano risposta nei cieli; colui che ha macerato lungamente il cuore dentro la povertà di spirito, che l'ha costretto a balbettare, per giorni ed anni, la domanda del discepolo del vangelo di Luca: «Signore, insegnami a pregare» (Lc. 11, 1). Gesù, prima di consegnare la sua risposta, come dono di cui è geloso, detta condizioni esigenti al discepolo: «Quando preghi, non stare ritto nella sinagoga e negli angoli delle piazze» (Mt. 6, 5): il di-

scipolo non fa commedia, e il bimbo sta tra le braccia di suo padre, non gli sta impettito davanti. «Entra nella tua camera e chiudi la porta» (Mt. 6, 6): la camera del tuo cuore, luogo dei grandi appuntamenti di Dio Padre. «Non sprecare parole, come i pagani» (Mt. 6, 7): non snervare la Parola con le tue parole.

Allora, chi ha il cuore vuoto e la bocca piena di parole, entra facilmente in crisi; ma, se non si lascerà prendere dal panico, percepirà, tra la nebbia, il senso genuino del versetto evangelico tante volte inutilmente ascoltato: «Se non vi convertirete e non diventerete come i bambini, non entrerete nel Regno dei cieli» (Mt. 18, 3).

Un vocabolo scandalizzante

Il dizionario del bimbo comincia con una parolina, che scotta terribilmente sulle labbra dell'uomo «troppo» maturo: papà. Eppure la preghiera di Gesù, l'Uomo perfetto, comincia proprio così: «Quando pregate, dite: abbà, papà!» (Lc. 11, 2). Per vincere la vergogna dell'apparente svirilizzazione, chi vuole pregare così deve rinascere: da pagano a figlio.

Sappiamo dal Vangelo che Gesù pregava per lunghe ore della notte, immerso dentro il mistero di questa parolina scandalizzante. Ma per noi è troppo complicata l'infinita semplicità della sua preghiera. Gesù l'ha capito ed è venuto incontro alla nostra debolezza, scomponendone il contenuto in più versetti, riportati da Luca e amplificati maggiormente da Matteo per la sua comunità giudaizzante. Il discepolo trova così incastonati nei versetti della prima parte del Padre nostro: il Nome, il Regno, la Volontà del Padre; nei versetti della seconda parte: il Pane, il Perdono, la Tentazione dell'uomo.

Basta poco per capire che è impossibile pregare questa preghiera di Gesù, se non si è una cosa sola con chi l'ha insegnata. Al pagano dà l'impressione di una preghiera alienante, che lo succhia fuori da se stesso e perfino fuori dalla sua terra; ma anche il discepolo può sentirsi come un muto, nell'inutile sforzo di spicciare parole troppo alte per il suo cuore. Non per niente il Vangelo ci presenta un Gesù che fa parlare i muti e fa sentire i sordi (Mc. 8, 37).

La realtà è che Gesù, uomo perfettamente libero, non poteva che offrirci una preghiera di figli, fortemente interessati alle «cose del Padre»: una pre-



ghiera liberante. Ora, la libertà del Vangelo porta il contrassegno del cuore del bimbo che sa dire papà, senza pretesa di primi posti tra i suoi fratelli, sostenuto dall'intelligenza dell'uomo maturo, che riconosce la sua totale dipendenza da chi l'ha creato.

Una cosa difficile, ma non impossibile, dal giorno «che Dio ha mandato nei nostri cuori lo Spirito del Figlio suo che grida: abbà, Padre» (Gal. 4, 6).

Di qui, credo, prende lo spunto il pensiero ardito di s. Agostino nella sua lettera a Proba: «Potrai usare parole diverse da quelle del Padre nostro, ma non una diversa sostanza... Chi dice cose che non abbiano attinenza con questa preghiera evangelica, anche se non prega illecitamente, prega in modo carnale e non so come quelle cose non si dicano in modo illecito, dal momento che ai rinati nello Spirito conviene pregare in modo spirituale».

Con il cuore di una madre

di fr. PAOLO BERTI

La preghiera più recitata ha ancora tante cose da dirci

La preghiera più semplice e più cara è l'Ave Maria. Probabilmente è la preghiera più recitata da tutti — forse vince la «concorrenza» con il «Padre nostro»: una vittoria che indispettisce solo chi non conosce né il Padre né la Madre —. Cosa può dirci ancora questa preghiera?

Fr. Paolo Berti — che da anni cura pubblicazioni sull'argomento — ci aiuta ad entrare nel mistero di una preghiera che non tramonta.

L'Ave Maria è insieme una preghiera biblica e ecclesiale. Inizia con le parole bibliche del saluto dell'arcangelo Gabriele e la lode di s. Elisabetta: «Ave, Maria, piena di grazia, il Signore è con te». Con ciò viene proclamato che è lei la donna designata per la più grande opera di Dio: «Tu sei benedetta fra le donne e benedetto il frutto del tuo seno»: è la lode di Elisabetta, venuta a conoscere, per luce divina, che Maria aveva nel suo grembo Gesù, il Verbo incarnato. Le parole dell'angelo dicono lo stupore delle schiere angeliche; le parole di Elisabetta il giubilo del genere umano.

Alle parole bibliche seguono le pa-

Se vuoi, dunque, lo Spirito ti prende per mano e ti svela il segreto del cuore orante di Cristo. Con lui, però, preghi, salendo la scala di un impegno quotidiano, che ti rinnova dalle radici: — Rompi col male del tuo egoismo, — Non esporti alla tentazione del male,

— Riconosci la tua parte di peccato e chiedine il perdono,

— Perdona sempre, perché anche tu vivi di perdono,

— Guadagnati il pane da mangiare per il corpo e per lo spirito, e ricordati di chi ha fame,

— Ricerca e vivi la volontà di Dio Padre,

— Costruisci dentro e fuori di te il tuo Regno,

— Glorifica con la tua vita il suo santo nome,

— Sei figlio di Dio e ogni uomo è tuo fratello,

— Abbandonati senza paure al Padre che è tuo Dio. Amen.

der crescere Gesù Cristo in sé: le parole dell'Ave Maria, ci ricordano che il mistero dell'Incarnazione che lega Maria allo Spirito Santo non si è esaurito in Gesù, ma continua nei credenti, operando la loro trasformazione in Gesù.

Per questo, l'Ave Maria deve aiutarci a mettere Maria nel nostro cuore di battezzati, perché, quando lo Spirito Santo vede lei in un'anima, quando vede le disposizioni interiori della Madre, il «tono» delle sue virtù, quando la vede praticamente «marianizzata», allora si comunica con pienezza, e inizia a trasformarla in Cristo.

Le parole bibliche dell'Ave ci pongono di fronte il «sì» di Maria, richiamandoci all'obbedienza; le parole ecclesiali ci ricordano con semplicità la nostra condizione di peccatori e di mortali, e fanno dell'Ave Maria una preghiera di umiltà.

«Ave, Maria, piena di grazia»: in te nulla c'è da togliere, nulla da aggiungere. Tu sei la santissima testimonianza della potenza santificatrice di Dio. Tu l'hai atteso come Messia con Israele e più di Israele. Tu, perenne «sì» a lui senza riserve. Tu l'hai accolto nel tuo grembo, lanciato nella vita pubblica, riaccolto dalla croce. Tu, per questo, «piena di grazia».

«Il Signore è con te»: è con te, più che in tutti gli angeli e i santi. Con te, perché è fatto di te: tua carne e tuo sangue, e tuo temperamento. Lui che, tuffato nella divinità della sua persona, tutto sapeva in essa, ha voluto imparare da te, perché tu fossi in lui ed egli, più che in ogni altra creatura, in te.

«Tu sei benedetta fra le donne»: e benedetta senza fine. E faremo sì che altri benedicano, amino e ringrazino te che hai reso il Verbo eterno della gloria nostro fratello.

«E benedetto il frutto del tuo seno»: e benedetto Lui da noi desiderato e voluto, Maestro, Crocifisso, Sposo e Pane; ma nessuno va a Lui se non per mezzo di te.

«Santa Maria, Madre di Dio, prega per noi peccatori»: noi potremmo rivolgerci direttamente a Gesù; ma, poiché sappiamo di essere molto peccatori, ricorriamo a te.

«Adesso e nell'ora della nostra morte»: adesso, perché siamo nel bisogno, ma non solo adesso; anche nel momento dell'Incontro, anche nel momento della tentazione, perché il momento della tentazione non diventi il momento della nostra morte. Amen.