

José Omar Larios Valencia

Preghiera porta della gioia

EFFATA'  EDITRICE

5

PRINCIPI FONDAMENTALI DELLA PREGHIERA

«L'esperienza dell'intimità con Dio si attua nel silenzio di tutto l'essere, che ci libera da ciò che non è Dio e ci pone in solitudine davanti a Lui»¹.

«...raccolgetevi spesso in Dio e fate ogni cosa alla sua presenza»².

Il silenzio nella preghiera

Spesso si sente porre questa domanda: «Perché durante la meditazione tutto deve essere così silenzioso? Dio ci ha creati dotati della parola. Non sarebbe meglio cantare, da soli o in gruppo, leggere un libro, guardare un quadro o un film, navigare in internet? Che cosa significa questo chiudere gli occhi, stare lì seduti, tranquilli? Non è qualcosa che ha a che fare con il passato o con culture e tradizioni diverse dal cristianesimo?».

I grandi mistici cristiani e i santi dell'Occidente insegnano: «Il Signore combatterà per voi, voi state solo silenziosi» (Es 14,14). Ricordiamoci dei profeti che pregavano nella solitudine

¹ Costituzioni, art. n. 65, Suore di S. Giuseppe di Pinerolo. Sacra Congregazione per i Religiosi e gli Istituti Secolari, Decreto ROMA 1988, p. 41.

² Cfr. J. P. MÉDAILLE, in *Testi Primitivi delle Suore di San Giuseppe*, cap. XIV, p. 219, n. 4.

del deserto prima di predicare. Pensiamo ai grandi patriarchi del popolo ebraico, Abramo, Giacobbe, Mosè: tacendo, dialogavano con Dio e l'ascoltavano.

Anche Gesù attraversò Israele non soltanto predicando e facendo del bene. I suoi discepoli osservavano che spesso si ritirava in solitudine, nel silenzio, per unirsi al Padre. Questo comportamento stupiva molto, perché, tranne in un breve periodo, non visse nel deserto come Giovanni il Battista o la comunità di Qumran. Gesù non era un monaco, è vissuto in mezzo agli uomini, eppure ricercava sempre il silenzio, per stare solo con Dio.

Perché il silenzio è così importante? Perché è come un terreno incolto, preparato per la semina. I semi come potrebbero svilupparsi se non trovassero nessun campo in cui vivere e crescere? La capacità di silenzio interiore, di accantonare pensieri e immagini legati alla vita quotidiana, fornisce la giusta distanza dagli uomini e dalle cose. Apprendiamo che non possiamo disporre di nessuno e di niente, che ogni cosa, ogni uomo, ha la propria individualità, il diritto di esistere, di essere trattato con rispetto. Con il silenzio interiore sperimentiamo che pregare non è quello che di solito si pensa.

Pregare non è solo recitare un testo già preparato, ma piuttosto avere il coraggio di entrare in colloquio con Gesù Cristo in modo personale. Colui che prega deve imparare a parlare, assimilando le parole della Scrittura e le preghiere dei santi. A volte anche la Parola di Dio o altre preghiere possono costituire un ostacolo per chi prega se, di tanto in tanto, non trova il coraggio di tacere, di rimanere in assoluto silenzio.

Noi siamo perfino capaci di nasconderci dietro alle parole più sante, come Adamo che non voleva essere visto da Dio. Spesso abbiamo paura di Dio anche se non lo ammettiamo. Pensiamo

che Dio potrebbe rimproverarci, rinfacciarci i nostri errori. È vero proprio il contrario.

Quanto più rimaniamo calmi e silenziosi davanti a Dio, quanto più siamo sinceri con Lui, tanto più diventiamo sereni e contenti.

Alcune persone pensano che non si possa essere felici se si è credenti. Il messaggio cristiano non riguarda solo il dolore della vita terrena, è la gioia in Dio e la risurrezione in Gesù Cristo che superano i dolori di tutta l'umanità.

Dolore, ingiustizia e miserie non devono renderci tristi, né pessimisti; anzi, noi abbiamo il compito di aiutare a trasformare il dolore fisico e spirituale di chi ci vive accanto nella speranza di una vita serena.

La consolazione non si trova solo nella speranza ultraterrena, ma nella verità su Gesù Cristo e sul suo annuncio. La pienezza della gioia ci viene donata quando, restando sovente in silenzio con tutto il nostro essere, pensiamo all'amore di Dio, e gli diciamo: «Sono contento di essere tuo, grazie per il dono della vita».

Il silenzio ha qualcosa in comune con il saper aspettare, sperare, con il desiderio e l'essere disponibili con gli altri. Il campo da semina si prepara a produrre spighe e frutti, ma non durante tutto l'anno. Essere *vuoti* è importante come produrre frutti e recuperare le forze.

Se non siamo mai silenziosi, mai *vuoti* davanti a Dio, come il terreno che attende pazientemente, allora neanche noi produrremo frutti, e se li produrremo saranno frutti insignificanti.

La meditazione è questo *vuoto* silenzioso, è saper aspettare davanti a Dio, affinché possa entrare sempre nel terreno della nostra vita.