

**Tutti
insieme
pregavano**

At 4, 24

**Scuola
di Preghiera**
**2016
2017**

28 ottobre 2016

Unanimi nella preghiera (At 1, 14)

Atti 1, 9-14

La preghiera fa la Chiesa

> Entrare nella preghiera

In piedi

Vescovo

Nel nome del Padre,
del Figlio e dello Spirito Santo.

T. Amen.

Vescovo

La pace sia con voi.

T. E con il tuo spirito.

INVOCAZIONE DELLO SPIRITO SANTO

CANONE

Veni Sancte Spiritus!

ORAZIONE

Vescovo

Dio della luce,
nella notte abbiamo accolto il tuo invito
ed eccoci alla tua presenza.

Venga il tuo Spirito Santo in noi,
entri nella stanza del nostro cuore
e la sua presenza ci renda unanimi
nell'ascolto e nella preghiera
un canto di gioia per l'umanità
a lode della tua misericordia
che splende per tutti i secoli dei secoli.

T. Amen.

Seduti

> Ascoltare la Parola

ATTI 1, 9-14

- 1, 9 Detto questo,
mentre lo guardavano,
fu elevato in alto
e una nube
lo sottrasse ai loro occhi.
- 10 Essi stavano fissando il cielo
mentre egli se ne andava,
quand'ecco due uomini
in bianche vesti
si presentarono a loro
- 11 e dissero:
"Uomini di Galilea,
perché state a guardare il cielo?
Questo Gesù,
che di mezzo a voi è stato assunto in cielo,
verrà allo stesso modo in cui l'avete visto
andare in cielo".
- 12 Allora ritornarono a Gerusalemme
dal monte detto degli Ulivi,
che è vicino a Gerusalemme
quanto il cammino permesso in giorno di sabato.
- 13 Entrati in città,
salirono nella stanza al piano superiore,
dove erano soliti riunirsi:
vi erano Pietro e Giovanni,
Giacomo e Andrea,
Filippo e Tommaso,
Bartolomeo e Matteo,
Giacomo figlio di Alfeo e Simone lo Zelota
e Giuda figlio di Giacomo.
- 14 Tutti questi erano perseveranti
e concordi nella preghiera,
insieme ad alcune donne
e a Maria,
la madre di Gesù,
e ai fratelli di lui.

> Leggere la Parola

Breve silenzio

CANONE

**Confitemini Domino quoniam bonus,
Confitemini Domino. Alleluia!**

*Celebrate il Signore, perché è buono,
celebrate il Signore. Alleluia!*

> Esercizio di preghiera

Gesù sta alla porta e bussa: pregare significa aprire la porta e stare con lui. Proviamo allora stasera a entrare in preghiera in maniera guidata: cerchiamo di salire anche noi alla stanza al piano superiore.

- Cominciamo facendo silenzio. Non si tratta solo di non parlare, ma di entrare in una dimensione profonda della realtà, di ascolto. Ci aiutiamo con la posizione del corpo: qui non possiamo che rimanere seduti, ma sentiamo almeno bene i nostri piedi piantati a terra, dritta la schiena. E ci mettiamo in ascolto del nostro respiro.
- Rivolgiamo quindi il nostro sguardo interiore a Dio. Possiamo farlo in tanti modi: ad esempio, recitando un Padre Nostro, o ripetendo la preghiera del cuore («Signore Gesù Cristo, Figlio di Dio, abbi pietà di me peccatore»). Stasera lo faremo invocando lo Spirito Santo: «Vieni, Spirito Santo. Vieni, Spirito d'amore», ripetuto tre volte.
- Aiutati dalla musica, rimaniamo rivolti verso Dio, nella stanza del nostro cuore.
- Ci affidiamo totalmente a Maria, recitando insieme un'Ave Maria.
- A Maria e a tutti i santi chiediamo in silenzio di intercedere per delle persone che conosciamo, per la Chiesa e per tutti gli uomini.
- Concludiamo facendoci il segno della croce, lentamente: chiediamo che questo sigillo, impresso a fuoco nella nostra carne, rimanga sul nostro corpo come impronta, come segno di appartenenza Gesù.

CANONE

**Confitemini Domino quoniam bonus,
Confitemini Domino. Alleluia!**

*Celebrate il Signore, perché è buono,
celebrate il Signore. Alleluia!*

> Approfondire la Parola

La preghiera è dialogo del profondo del cuore con Dio. Di quale stato hanno dunque bisogno le profondità del cuore per potersi tendere verso il loro Signore senza volgersi indietro e dialogare con lui senza alcun intermediario?

La preghiera è germoglio di mitezza e di dolcezza.

La preghiera è frutto di gioia e di rendimento di grazie.

La preghiera è difesa da tristezza e scoraggiamento.

Se desideri pregare come si deve, non rattristare nessuno, altrimenti corri invano. Se sei paziente, pregherai sempre con gioia. A volte, non appena ti sarai messo a pregare, pregherai bene; a volte, invece, nonostante grandi sforzi, non raggiungerai il fine. È perché tu cerchi ancor di più e, dopo aver ottenuto il risultato, tu l'abbia al sicuro da qualsiasi furto. Se vuoi pregare, hai bisogno di Dio che dona la preghiera a chi prega (cfr. 1 Sam 2, 9). Invocalo dunque dicendo: Sia santificato il tuo nome, venga il tuo regno (Mt 6, 9-10), cioè lo Spirito santo e il tuo Figlio unigenito. Così infatti ha insegnato, dicendo di adorare il Padre in spirito e verità (cfr. Gv 4, 24).

E [il Signore] diceva loro anche la parabola che è necessario pregare e non stancarsi (cfr. Lc 18, 1). Dunque non stancarti, non scoraggiarti se non hai ricevuto, perché riceverai. E concludeva la parabola dicendo: Se anche non temo Dio e non ho riguardo degli uomini, tuttavia perché questa donna continua a infastidirmi, le farò giustizia. Così anche Dio vendicherà in fretta coloro che gridano a lui giorno e notte (Lc 18, 4-5, 7). Sta di buon animo, dunque, e persevera nella fatica della santa preghiera. Non volere che ciò che ti riguarda vada come pare a te, ma come piace a Dio, e sarai libero da affanno e pieno di riconoscenza nella tua preghiera.

Beato il cuore che, attraverso una preghiera senza distrazioni, ottiene un crescente desiderio di Dio.

Nilo l'Asceta, Discorso sulla preghiera 3. 14. 16. 19-20. 59. 61. 88-89. 118,
in *La Filocalia*, amore del bello, Bose 2006, pp. 88. 90. 93. 96.

Breve silenzio

> Vivere la Parola

Durante il prossimo mese, potremo tornare sui versetti sui quali abbiamo pregato questa sera:

- **«fu elevato in alto e una nube lo sottrasse ai loro occhi»** (9): Gesù è salito al cielo: non è più in mezzo a noi. Tuttavia è rimasta una nube, che è comunque segno della presenza di Dio. Gesù non è semplicemente scomparso: è iniziata piuttosto una nuova presenza. Quali sono le forme e i modi in cui ho sperimentato la presenza viva di Gesù?
- **«Allora ritornarono a Gerusalemme»** (12): tornare a Gerusalemme, al luogo dove è stato crocifisso Gesù, significa tornare da Gesù. Non però dal Gesù come lo vorremo noi: potente, che ci risolva tutti i problemi. No, ma dal Gesù del Vangelo, così com'è. Tornare costantemente al Vangelo, per conoscere Gesù: il Vangelo è quella nube che rappresenta il suo nuovo modo, reale, di essere presente in mezzo a noi. Quanto spesso lo leggo, lo ascolto, cerco chi me lo spieghi?
- **«Entrati in città, salirono nella stanza al piano superiore»** (13): non basta però tornare al Vangelo. No, è necessario entrare nella stanza al piano superiore: quella dove Gesù ha mangiato la Pasqua. Lì egli si è tolto la cintura e si è disteso: continua a rimanere là dentro e aspetta che anche noi vi entriamo. Ma dov'è questa stanza? Dentro di noi. Tornare a Gerusalemme significa entrare nel proprio cuore e lì incontrare Gesù. So che nel mio cuore vi è un uomo nascosto, Gesù, più intimo a me di me stesso?
- **«Tutti questi erano perseveranti e concordi nella preghiera»** (14): la stanza al piano superiore, il cuore, è il luogo della preghiera. Ma che cos'è preghiera? Pregare è entrare nel proprio cuore e stare con Gesù. Per questo è possibile pregare incessantemente: qualunque cosa facciamo, possiamo essere orientati verso di lui, come gli innamorati tra di loro, o una madre con un figlio. Quante preoccupazioni, quanti affanni e distrazioni mi tengono fuori di me stesso, lontano dal mio cuore, dove Dio mi attende?

- **«Insieme ad alcune donne e a Maria, la madre di Gesù, e i fratelli di lui»** (14): la preghiera non è una forma di intimismo; anzi, paradossalmente, più siamo in contatto con il nostro cuore abitato da Dio, più entriamo in comunione con tutti gli uomini. La Chiesa è nata e continua a sussistere in questo modo, nella preghiera, in quella stanza: è la comunione di tutti gli uomini (Chiesa cattolica, universale) intorno a Gesù. Sperimento il legame profondo tra preghiera e essere Chiesa? Tra preghiera e comunione con tutti gli uomini?

Ogni giorno, nel corso del mese, proverò quindi ad accogliere l'invito di Gesù che mi dice: «Sto alla porta e busso. Se qualcuno ascolta la mia voce e mi apre la porta, io verrò da lui, cenerò con lui ed egli con me» (Ap 3, 20). Proverò a entrare nella stanza al piano superiore, dove Gesù si trova già con Maria, sua madre, le donne, gli apostoli e tutti i santi, in attesa che arrivino anche tutti gli altri uomini. So che l'ingresso per quella stanza passa per il mio cuore. Ogni giorno dunque mi ritaglierò 15-20 minuti per entrare in preghiera, in quella stanza:

- > comincerò facendo silenzio, aiutandomi a questo scopo anche con la posizione del corpo e l'ascolto del respiro
- > rivolgerò quindi il mio sguardo interiore a Dio: recitando un Padre Nostro e/o ripetendo la preghiera del cuore («Signore Gesù Cristo, Figlio di Dio, abbi pietà di me peccatore») e/o invocando lo Spirito Santo («Vieni, Spirito Santo. Vieni, Spirito d'amore»)
- > mi affiderò a Maria con un'Ave Maria
- > a tutti i santi chiederò di intercedere per le persone che conosco, per la Chiesa e per tutti gli uomini
- > concluderò con un segno della croce, fatto lentamente: chiederò che questo sigillo rimanga nel mio corpo come impronta, come segno di appartenenza a Gesù.

> Conclusione della preghiera

INTERCESSIONE

In piedi

Vescovo

Rendiamo grazie a Dio
che ci dato nella Chiesa nascente
un esempio mirabile di comunione:
la Madre di Gesù, unita agli Apostoli
in preghiera unanime.
A Maria, Madre di Dio,
orante nel silenzio della stanza superiore,
ci rivolgiamo con fiducia.

L'assemblea si volge verso l'icona della Madre di Dio, Vergine della tenerezza.

Vescovo

Tu sei silenzio: silenzio di chi veglia
silenzio di chi attende, silenzio di chi scopre una presenza.

T. Santa Maria, prega per noi!

Vescovo

Tu sei silenzio: silenzio di chi accoglie
silenzio di chi ascolta, silenzio di chi vive in comunione.

T. Santa Maria, prega per noi!

Vescovo

Tu sei silenzio: silenzio di chi ama
silenzio di chi serve, silenzio di chi sta presso la croce.

T. Santa Maria, prega per noi!

Vescovo

Tu sei silenzio: silenzio di chi piange
silenzio di chi soffre, silenzio di chi porta la sua croce.

T. Santa Maria, prega per noi!

Vescovo

Tu sei silenzio: silenzio di chi è povero
silenzio di chi è semplice, silenzio di chi è uno nel suo cuore.

T. Santa Maria, prega per noi!

Vescovo

Tu sei silenzio: silenzio di chi prega
silenzio di chi è in pace, silenzio di chi sta davanti a Dio.

T. Santa Maria, prega per noi!

Vescovo

Tu sei silenzio: silenzio della Chiesa
silenzio della Sposa e dello Sposo, silenzio della grande comunione.

T. Santa Maria, prega per noi!

CANONE

Magnificat, magnificat, magnificat anima mea, Dominum.

Magnificat, magnificat, magnificat anima mea.

BENEDIZIONE

(Cfr. 2 Tm 1, 6-7)

Vescovo

Il Signore rinvigorisca il dono che è in voi
e vi conceda uno spirito di forza, amore, sapienza.

T. Amen.

> Parole conclusive del Vescovo

Prossimo appuntamento

Perseveranti nella preghiera (At 2, 42)

Atti 2, 42-47

La preghiera cuore della Chiesa

Venerdì 25 novembre ore 21.00

COS'È LA PREGHIERA

La preghiera non è «parlare di Dio», non è «avere delle idee su Dio», non è neppure «parlare a Dio» per stancarlo e importunarlo in modo tale che ci conceda ciò che gli chiediamo perché lui è Padre, sa già ciò di cui abbiamo bisogno, non è di per sé neppure «parlare con Dio», sì, diventa anche parlare con Dio, ma prima è *ascoltare ciò che Dio ci dice, perché noi parliamo nella misura in cui ascoltiamo, riceviamo la Parola.*

E come ascoltiamo Dio?

Il salmo 19 ci dice che tutta la natura parla di Dio con un linguaggio senza parole, ma noi lo comprendiamo: tutto è dono di Dio, indica il suo amore per noi, che lavora nell'aria, nell'acqua, nella terra, in noi; tutto ciò che c'è è parola di Dio per noi, è dono. Come ogni dono che uno ti fa è parola di quella persona e ti indica il suo amore, così come noi stessi siamo dono di Dio, tutto ciò che c'è è parola di Dio. Poi c'è la Parola che ce lo spiega ed è la Scrittura, e poi c'è soprattutto la parola interiore «dolce al mio palato, gioia per il cuore, luce per gli occhi», *quella parola interiore che suscita la contemplazione delle cose o l'ascolto della Parola.*

E lì ci parla direttamente nel cuore ed è lì che ascoltiamo Dio ed è lì che entriamo in dialogo con Dio, quindi la nostra vita è un dialogo con Dio. Cosa vuol dire? Siamo suoi *partner*, ascoltiamo, rispondiamo: è un dialogo continuo. È un dialogo di amore che dura un'eternità, è il dialogo stesso che c'è tra padre e figlio, in particolare per il cristiano; la parola di Dio si è fatta carne in Gesù attraverso il «sì» di Maria, è tornata Parola nel vangelo e si fa carne in noi ancora attraverso il nostro «sì», come è stato per Maria. È *il problema della Parola che si fa carne.* Ma questo vale in ogni dialogo, perché la parola dell'altro diventa la tua vita. Anzi l'altro stesso diventa la tua vita, quello che ascolti.

Ancora qualcosa su questa parola di Dio: in Gen 1, 27 si dice che Dio ha fatto l'uomo a sua immagine e somiglianza. Cosa vuol dire? Vuol dire che è *costitutivo ontologico dell'uomo stare davanti a Dio, cioè se sto davanti a Dio, essendo sua immagine, rifletto la sua immagine e sono me stesso*; lontano da Dio perdo me stesso. In altre parole: noi siamo relazione; io sono fatto per restare in relazione con Dio che mi ama di amore eterno, e rispondendo a lui, stando davanti a lui, divento come lui. Tra l'altro, noi, normalmente, mentalmente dialoghiamo sempre; anche quando siamo distratti stiamo dialogando.

E perché non dialogare mentalmente con Dio? Perché parlare tra sé e sé è pazzia; la parola è per comunicare sé all'altro, parlare con sé è parola fallita che non comunica niente a nessuno; può servire a noi a chiarirci per comunicare, però, di per sé, la parola è scambio con l'altro, è dono di sé all'altro. C'è pertanto un dialogo interiore con Dio che è molto bello. Noi siamo sempre alla presenza di qualcuno: se sono alla presenza del mio «io», sono solo, sperimento la solitudine, la tristezza, il vuoto, il buio, perché l'uomo è relazione; se stai davanti a Dio, invece, rifletti il volto di Dio.

Per questo chiedono: «Quando bisogna pregare?». Sempre! Come bisogna respirare sempre! Ma non è necessario fare pratiche, dire rosari, ecc., no, la preghiera può essere silenziosissima: *è il cuore che gioisce dove sta di casa, dove ama, ha una presenza!* È una presenza amica, che non ti disturba! Anzi, potenzia la tua energia.

Per cui la *preghiera è sempre, senza interruzione*, come dice Luca (18, 1)! E senza incattivirsi, perché tante volte quando preghi c'è anche tutta la tua cattiveria, ci sono tutte le tue fantasie, fobie, ecc.

Su tutto bisogna fare eucaristia, perché tutto è dono di Dio. Quindi possiamo vivere nella gioia, e *tutto ciò che è vissuto nella gioia è bello, ed è vita*. Ciò che è vissuto nella tristezza, lontano da Dio, lontano dal dialogo, riferito a niente, finisce nel nulla, è morte, è tristezza, è uccidere. Per questo la preghiera non è un *optional* tra tanti, ma è stare alla sorgente della luce, del sole e dell'acqua per avere luce, sole e acqua; è stare con Dio per essere come lui, è stare con l'amore per amare, è stare con l'intelligenza di amore per essere intelligenti nell'amore e non imbecilli, disposti a credere a tutto; per cui davvero è *strutturante per l'uomo stare davanti a Dio*, e la preghiera è lo stare, non il dire, ed è quello stare che è presenza.

Circa poi il *luogo della preghiera*, affermavamo che è in questa «stanza superiore» fuori dalle normali occupazioni, dove ci si ritira: è lì, dice Gesù, che c'è *il mio luogo di riposo*.

Il luogo di riposo di Dio che è amore è il cuore di chi lo ama. E dove sta Dio? In noi. Noi da sempre siamo in lui, perché lui ci ama. Allora il nostro luogo di preghiera è stare in lui. Poi, una volta che noi lo amiamo, anche lui sta in noi come noi siamo in lui, *noi diventiamo il suo luogo di compiacimento e lui il nostro luogo di compiacimento*. È quello il luogo della preghiera, non la chiesa. È lo Spirito e la verità, cioè l'amore, e la verità è che siamo figli, e lui è Padre.

Mt 6, 6 dice: «Quando pregate non fate come i pagani i quali blaterano per stancare Dio, lui sa già tutto... non fate come i farisei ipocriti

che si mostrano a tutti sugli angoli delle piazze»... no, voi «entrate – si dice nella traduzione – nella vostra camera»; in greco invece si dice: «entra nella tua dispensa». La dispensa è il luogo dove si distribuiscono tutti i beni. Subito dopo viene il *Padre nostro*.

Qual è la dispensa dove troviamo ogni bene? Il luogo dove noi stiamo di casa? *Questa dispensa è il Padre mio*, il Padre tuo, è lui la tua dispensa. Entra in Dio. Già sei in Dio che ti ama di amore eterno:

- è lì che ricevi i doni, lui come Padre, tu come figlio, gli altri come fratelli,
- è lì che viene il regno di Dio,
- è lì che fai la sua volontà di amore,
- è lì che perdoni come sei perdonato,
- è lì che scaturiscono il pane quotidiano, la condivisione, la fraternità, l'abbondanza per tutti,
- è lì che sei liberato dal male,
- è lì che non cadi nella tentazione;
- è lì che ricevi ogni dono di Dio e Dio stesso come dono;
- ed è lì che ricevi la tua identità di figlio.

Quindi, entra nella tua dispensa che è Dio e poi chiuditi a chiave, *chiudi la tua porta a chiave*. *Questa porta sono io*, io ho la chiave. Invece di chiudermi fuori, mi chiudo dentro. E lì il luogo della verità, fuori di lì non posso vivere, perché *il luogo dove abiti è dove sei amato* e fuori dal luogo dove sei amato sei fuori posto.

La prima domanda che Dio ha fatto a Adamo: «"Adamo, dove sei?" "Mi sono nascosto"», vuol dire che non era al suo posto. Era andato via, perché il posto di Adamo è Dio e quando l'uomo non è al suo posto è come un osso slogato, è fuori posto; uno ha il suo posto dove è accolto, dove è amato. *È lì che siamo accolti! E generati alla vita!* Ed è lì la sorgente della nostra vita.

Quindi *il vero luogo della preghiera è la stanza superiore*. Il luogo dove Dio riposa è il nostro cuore, che è chiamato in Ef 3, 16 «l'uomo interiore». C'è dentro di noi un uomo interiore che è *Cristo che abita nei nostri cuori mediante la fede*. Io lo ascolto e lo amo e lui abita in me, io da sempre abito in lui, perché sono stato fatto *in lui, per lui, in vista di lui*, e lui mi ama di amore eterno. Se anch'io lo accolgo, lui abita in me.

È ciò che dice anche la Prima lettera di Pietro 3, 4: invece di tanti monili, dice Pietro, «fate attenzione all'uomo nascosto nel cuore». C'è un uomo nascosto nel nostro cuore ed è quello il centro della nostra vita.

È quindi importante questo luogo che fa sì che tutto il creato sia tempio di Dio, come già lo è il nostro corpo. Allora la nostra vita è vita da figli di Dio vissuta nello Spirito Santo, col frutto dello Spirito (Gal 5, 22): *amore, gioia, pace, pazienza; benevolenza, mitezza, bontà, fedeltà, dominio di sé, libertà*; questa è vita, il resto è morte.

Questo si intende per preghiera, non i pii sentimenti: è qualcosa di profondo e semplice che ci viene trasmesso dalla Parola.

(Silvano Fausti, *Atti degli Apostoli*
vol. 1 capp. 1-9, pagg. 42-45, EDB 2013)



UFFICIO LITURGICO