

Amici Beata Nicoli



Bollettino N. 7 maggio 2019

Abbiamo fin qui stabilito che la nostra vita viene orientata, qualificata, illuminata e sorretta da una frequentazione abituale, cioè fatta entrare, con costanza e con pazienza, nelle nostre abitudini buone, anzi vitali. Questa frequentazione ha il ritmo giornaliero, ed è importante perché si tratta di incontrarsi con Dio stesso e di parlare con Lui. In questo consiste quella che noi chiamiamo preghiera.

Ora fermiamoci su questo senso dell'incontro, perché, probabilmente, nel nostro concetto e nella nostra consuetudine di preghiera ci sono parecchie cose da correggere. La prima è quella che tutti rilevano inevitabilmente, e cioè la distrazione. Questa è data da un tipo di preghiera recitata, recitata a memoria in modo tale che le parole vengono scandite anche se la mente è altrove. Ma proviamo a pensare se parlando con una persona ci capita di distrarci. È un po' difficile. Allora bisogna imparare a pregare rivolgendoci sempre a una persona concreta: Il Padre, Gesù, lo Spirito Santo, Maria, o anche un santo.

Prima di tutto li chiamiamo per nome, come ci ha insegnato Gesù, che dice di rivolgerci a Dio non come a un essere lontano o estraneo o concettuale, ma di chiamarlo Padre, e quindi di sentirlo profondamente vicino. Si può dire la parola padre senza pensarci, ma non è pregare, perché pregare non è mai recitare una formula. Perciò la prima regola è quella di pensare le parole che si dicono. Questo comporta due cose: prima di tutto, se uso una preghiera già conosciuta, cercherò di pensare a ogni parola che dico, e non importa che ripeta più volte la stessa preghiera, è importante che la dica bene con calma e pensando a quello che sto dicendo; al limite non è neppure importante che dica tutta la preghiera, perché talvolta una o poche parole possono riempire l'anima in modo tale che passa molto tempo senza che me ne accorga. La seconda cosa, ed è importante, bisogna imparare a parlare con parole proprie, proprio come facciamo quando parliamo con il migliore amico, o amica: saremmo ridicoli se alla mamma, al fidanzato, alla sorella parlassimo con schemi imparati a memoria! Ma allora a che cosa servono le preghiere che tutti sanno e che ci hanno insegnato fin da bambini? Servono a imparare a pregare, contengono l'incipit della nostra preghiera, ci introducono nella conversazione e ci suggeriscono i motivi spirituali che ancora non possediamo, oppure ci aiutano a esprimere sentimenti e aspirazioni che non sappiamo esprimere, come nel caso dei salmi.

Cominciamo per ora con questo esercizio, perché la prossima volta troveremo qualche altra correzione da fare.

Potete chiedere informazioni e consigli o dare testimonianze scrivendo a amicib.nicoli@gmail.com