

STRADE APERTE

.....
a r g o m e n t i

trimestrale di cultura del MASCI

luglio/2017
.....

“La preghiera è il respiro dell’anima”

(Antonio Gentili)¹

1. **Antonio Gentili** è un religioso barnabita, insegnante di tecniche di meditazione cristiana e autore di libri di spiritualità tra i quali si possono citare *“La preghiera del cuore”* e *“In silenzio davanti a Dio”*, Edizioni Appunti di viaggio

Indice

4

Introduzione

7

L'esperienza della preghiera:

Un'avventura d'amore (P.S. Paola Francesca di Gesù)

La preghiera è fiducia e dialogo (e azione dello Spirito) (Alberto Albertini)

La preghiera degli sposi (Elpidio Caroni)

Non c'è preghiera senza spiritualità (Don Guido Lucchiani)

Le Schede-n. 1, Un'esperienza di preghiera...danzante (Don Guido Lucchiani)

22

Racconti sulla preghiera e sul silenzio:

La preghiera ritrovata (e da riesprimere) (Mario Maffucci)

Quanti silenzi conosci? (Gualtiero Zanolini)

Le Schede-n. 2, Letture e film sul silenzio (Padre Giovanni Arledler s.j.)

29

Le Schede-n. 3, Gesù e la preghiera

Le Schede-n. 4, Enzo Bianchi e la preghiera

Le Schede-n. 5, Dalla "Lettera sulla preghiera" di Monsignor Bruno Forte

34

Pregare con i Salmi, la Parola, il canto:

Pregare i Salmi: la regola della preghiera (Maria Paola Salvatori)

Dall'esperienza dei Campi Bibbia: pregare la Parola (Maria Teresa Spagnoletti)

"Chi canta prega due volte" (Padre Giovanni Arledler s.j.)

46

Come pregano gli altri:

La preghiera in Lutero e nel mondo protestante

(Intervista a Paolo Ricca a cura di Barbara Fabjan)

Le Schede-n. 6, Sulla preghiera degli ortodossi

Le Schede-n. 7, L'ebraismo e la preghiera degli ebrei (Vincenzo Saccà)

Le Schede-n. 8, Come pregano i musulmani (Maria Teresa Vinci)

57

Le Schede-n. 9, Tracce

60

Itinerari per le Comunità

61

Rubriche: Vita associativa/Vita del Movimento

Fare rete: la nostra partecipazione a Retinopera (Sonia Mondin)

Redazione (provvisoria)

Michele Pandolfelli

Vincenzo Saccà

Giovanni Morello

Gabriele Matteo Caporale

Maria Teresa Vinci

Grafica

Studio Marabotto

Stampa

Tipografia ADLE Edizioni SAS,

Padova

Introduzione

di MICHELE PANDOLFELLI

Questo numero nasce dalla riflessione su un concetto espresso da Papa Francesco. Il Papa ha paragonato la vita alla respirazione per l'essere umano: *“La respirazione è costituita da due fasi: inspirare, cioè mettere dentro l'aria ed espirare, lasciandola uscire. La vita si alimenta, si nutre nella preghiera e si manifesta nella missione: inspirazione, la preghiera, espirazione, la missione. Quando inspiriamo, nella preghiera, riceviamo l'aria nuova dello Spirito e nell'espirarla annunciamo Gesù Cristo suscitato dallo stesso Spirito. Nessuno può vivere senza respirare. Lo stesso è per il cristiano: senza la lode e senza la missione non vive da cristiano. E con la Lode l'adorazione”* (Papa Francesco alla Catholic Fraternity of Charismatic Covenant Communities and Fellowship, 31 ottobre 2014). Se non inspiriamo, non possiamo espirare. Se non “riceviamo”, se non c'è qualcosa o qualcuno che riempie di senso la nostra vita, facciamo fatica a “donare senso”, a fare servizio, a “dare qualcosa di noi” agli altri. Possiamo diventare preda di quell'attivismo che è a volte un difetto di molti cristiani. Santa Teresa di Calcutta ha detto che alla fine saremo giudicati... *“Non su quanto abbiamo fatto, ma su quanto amore avremo messo in quello che abbiamo fatto”* (Madre Teresa di Calcutta *“La gioia di darsi agli altri”* San Paolo edizioni, 2014).

A questo punto **non possiamo non interrogarci sul senso della preghiera personale**: a volte non troviamo il tempo, siamo poco convinti della sua utilità e soprattutto del suo legame costitutivo con la fede. Questo numero vuole offrire **strumenti di conoscenza e di riflessione sul tema** (una parte del materiale raccolto è pubblicato sul sito del Masci nella parte dedicata a Strade Aperte- di seguito allegato web). Il numero è articolato sulla seguente sequenza principale: **articoli tratti da esperienze di preghiera, uniti a racconti di esperienze relativi alla preghiera e al silenzio; schede conoscitive; ulteriori approfondimenti relativi a contenuti e alle modalità della preghiera e alla preghiera in altre religioni.**

Si inizia quindi con **articoli che sono il frutto dell'esperienza di preghiera** della **Piccola Sorella di Gesù Paola Francesca** (che ringraziamo per aver scritto sulla rivista; le Piccole Sorelle sono donne consacrate “contemplative in mezzo al mondo”); di **Alberto Albertini** (Comunità Camminare insieme Mestre 3) che con la sua Comunità da tanti anni vive esperienze di preghiera presso la Comunità di Bose; di **Elpidio Caroni** (Comunità Masci di Trieste) e della sua preghiera degli sposi; di **Don Guido Lucchiari, Assistente nazionale del Masci** (che ci suggerisce anche modalità pratiche di preghiera comunitaria). Il numero prosegue inserendo sperimentalmente (sempre nella parte esperienziale) **il genere del racconto**, con due testi di **Mario Maffucci** (Roma 19) e di **Gualtiero Zanolini** (Incaricato al Centro Studi e ricerche Agesci), rispettivamente sulla riscoperta e riespressione della preghiera personale e sul significato del silenzio. Seguono alcune **Schede conoscitive** su Gesù e la preghiera, sulla preghiera secondo Enzo Bianchi, sulla “Lettera sulla preghiera” di monsignor Bruno Forte (arcivescovo metropolita di Chieti - Vasto, biblista e teologo).

Sono poi dedicati ai **contenuti e alle modalità della preghiera** gli articoli di **Maria Paola Salvatori** (Roma 19) sui Salmi, di **Maria Teresa Spagnoletti** sui Campi bibbia e sul pregare la Parola, di **Padre Giovanni Arledler** s.j sulla preghiera e il canto.

La riflessione si allarga poi **alla preghiera degli “altri”: protestanti, ortodossi, ebrei e musulmani** (le religioni del libro). Anche in occasione dei 500 anni dalla Riforma protestante il numero ospita un'intervista a cura di **Barbara Fabjan** (Roma 19), con **Paolo Ricca, pastore e teologo valdese da sempre impegnato anche sul tema dell'ecumenismo** (che ringraziamo per aver accettato l'intervista). Seguono **Schede** sulla preghiera ortodossa, ebraica (a cura di **Vincenzo Saccà**), dei musulmani (a cura di **Maria Teresa Vinci**). Scopriremo che “gli altri” hanno qualcosa di significativo da comunicarci su questo tema. Chiude la parte monografica **una raccolta di citazioni sul tema della preghiera.**

Per la parte dedicata alle **Rubriche** e in particolare alla **Vita associativa/Vita del Movimento** pubblichiamo infine un articolo di **Sonia Mondin, Presidente del Masci** sul senso dell'attività di Retinopera e dell'impegno in essa del Masci: **la Rete diventa la modalità del cammino.**



L'esperienza della preghiera

“Per quanto possiamo parlarne, tutte le nostre parole a proposito della preghiera non potranno mai eguagliare quel che l'esperienza insegna. La preghiera ha bisogno dell'esperienza. Preghiera è essenzialmente fare esperienza della presenza divina. Al di fuori di questa esperienza non c'è preghiera”
(Matt el Meskin)

Un'avventura d'amore

PICCOLA SORELLA PAOLA FRANCESCA DI GESÙ "PRATO FIORITO"

Cos'è la preghiera se non **un'avventura d'amore**? Credo che queste parole di Charles de Foucauld esprimano bene questa relazione: *Pregare è parlare con Dio; pregare è dire a Dio che lo si ama; pregare è contemplare Dio; pregare è avere la mente e il cuore uniti a Dio; pregare è chiedere perdono a Dio; pregare è invocare l'aiuto di Dio; pregare è pensare a Dio amandolo.*

Nel mio cuore risuonano anche le parole della Sposa nel Cantico: *ho cercato l'Amore del mio cuore, ma non l'ho trovato...ho trovato l'Amato del mio*

Nota Paola Francesca è stata Guida ed è entrata nelle Piccole Sorelle di Gesù nel 1977 e da allora è vissuta in Siria fino al 2013. Attualmente vive in comunità ad Assisi e si occupa, tra l'altro, della causa di beatificazione di P.S. Magdeleine, la fondatrice delle Piccole Sorelle di Gesù. "Prato fiorito" è il suo totem da Guida. Le Piccole Sorelle di Gesù, ispirandosi alla vita e al messaggio di Fratel Carlo di Gesù (Charles de Foucauld), sono donne consacrate che vivono il Vangelo di Gesù nello spirito di Betlemme e di Nazareth e quindi della vita nascosta di Gesù per trent'anni (Dio che assume fino in fondo la natura umana), condividendo la povertà laboriosa e la condizione sociale dei lavoratori manuali poveri, svolgendo esse stesse lavori manuali poveri e coltivando poi la vita contemplativa e l'amicizia con Gesù.

Un'avventura d'amore - Piccola Sorella Paola Francesca di Gesù "Prato fiorito"

cuore... non lo lascerò' (Ct 3,1-3).

La preghiera è relazione, un'avventura di amore, con i suoi entusiasmi, le sue cadute, le sue stanchezze e il suo balzare di nuovo alla ricerca... **e il lasciarmi trovare**. Una relazione d'amore, un dono reciproco di attesa e di ricerca... come in tutte le storie d'amore. C'è però una differenza: l'amato **è Lui che è fedele**, paziente, viene incontro **e si fa vicino**. È Lui che si china su di me e sa bene ciò che posso o no portare, è Lui che sa i miei bisogni, i miei limiti e miei doni

*Pregare in comunità
e ...ovunque*

e mi fa camminare rispettando il mio passo, lasciandomi il tempo di fare le necessarie soste sulla route della vita.

Per me **questa è la preghiera: la vita**. Cercare il Suo Volto nel fratello, nella sorella, nell'incontro fortuito come in quello dello scambio di un'amicizia con i vicini o i compagni di lavoro. Per ri-conoscerLo però ho bisogno di conoscerLo, di scoprire il suo volto nel silenzio della preghiera, come nella lode comune o attraverso la sua Parola condivisa in comunità. Per poter testimoniare il suo amore ho bisogno di lasciarmi riempire da Lui... restare 'esposta' ai raggi della sua tenerezza trasformante. A poco a poco lui modella il mio cuore, mi fa avanzare su sentieri sconosciuti per farmi scoprire nuove prospettive, nuovi paesaggi.

Per me che vivo in fraternità, **la comunità è il luogo dove la relazione si affina**: l'esigenza gioiosa di una vita fraterna mi fa toccare i limiti e le capacità del mio cuore di aprirsi all'altro, facendo comunione attraverso le nostre differenze: *'amiamoci gli uni gli altri, perché Dio è Amore' (I Gv 4, 7)*. La preghiera insieme va ben aldilà dei tempi comuni 'canonici' di Lodi e Vespri, o dell'incontro settimanale per condividere ciò che la Parola di Dio dice personalmente nel concreto della vita di ciascuna. Ci sono infatti anche momenti per rileggere insieme la nostra vita: anche là Lui è presente in mezzo a noi. **Pregare** va ben aldilà delle ore passate in cappella, delle ore silenziose di adorazione eucaristica, dei tempi di meditazione. Se *'pregare è pensare a Dio amandolo'* allora **è possibile ovunque**: lavorando, cucinan-

do, facendo una passeggiata, riposandosi o facendo giardinaggio Tutta la mia vita può diventare **dialogo con Dio**: "dove sei? Perché c'è tanta sofferenza in questo amico? Ti lodo perché la gioia di questa famiglia è un'icona trinitaria! Grazie perché ti sei fatto buon samaritano in quel gesto discreto che ho colto nel mezzo della folla della metro...".

Se il cammino della preghiera è stato a volte inteso come *'mandar via il pensiero di ciò che si ama'* per mettersi solo all'ascolto di Dio, un altro cammino è quello invece di *'prendere con sé ciò che si ama perché tutto sia purificato dall'amore stesso di Dio'*. Andare a Lui **con ciò che abita il nostro cuore**, con chi abbiamo incontrato, con quelli che amiamo, per offrirgliLi e lasciarsi riempire da Lui, dal suo Amore per portarlo a chi ci incontra. Il nostro cuore, creato da Dio per amare, diventerà allora un po' come il filo elettrico: la corrente passerà per portare a Dio il mondo e per portare al mondo Dio.

"Per me la preghiera è essenzialmente vita, e poi io non riesco a separare Dio da tutto il creato, perché Dio, sì, è vivente e presente in tutto il creato. Allora vorrei andare a lui nella preghiera insieme a tutte le creature, non separarmene per portargliele, perché neanche lui sia separato da tutto quello che ha creato, da tutto quello che ama con tutto il suo amore di Creatore, di Padre. È come per l'amicizia, l'affetto. Più vado avanti, più amo tutte le creature, in numero e in intensità. Ma in tutti, c'è Gesù ed è lui che amo attraverso di loro. Allora come vuole che me ne separi per andare a Dio? Gli porto tutti quanti perché lo amiamo insieme e questo non mi impedisce di incontrarlo, di essere con lui, di parlargli, di ascoltarlo a Betania..."

(Piccola Sorella Magdeleine di Gesù)

La grande intuizione di Charles de Foucauld è stata **riscoprire la dimensione teologica di Nazareth**. Il Figlio di Dio ha scelto di vivere la nostra quotidianità durante 30 anni, vivendo in relazione con il Padre e con ogni uomo e donna, con i nostri sogni e le nostre

*Contemplative
in mezzo al mondo*

La preghiera è fiducia e dialogo (e azione dello Spirito)

ALBERTO ALBERTINI

“Fratello, sorella, per ogni cristiano la preghiera è un dovere essenziale, ma per te è radicale. Essa è la tua funzione nella Chiesa. Fratello, sorella, non dimenticare: non devi preferire nulla alla preghiera del tuo Dio. La preghiera sarà innanzitutto comunitaria: essa avviene negli uffici del mattino e della sera e di mezzogiorno. In essa tu ascolterai la Parola, loderai il tuo Signore e pregherai per gli uomini coi tuoi fratelli e le tue sorelle”

Dalla Regola di Bose

Cosa avrà la preghiera di così particolare? Partiamo dall'esplorazione: è la condizione che ci mette sempre in allerta, in quello stato di incertezza che aiuta a capire quanto sia necessario “affidarsi”, avere fiducia. Non è un caso che B.-P. nella promessa scout faccia riferimento esplicito al “meritare fiducia”.

Il primo passaggio che io ritengo fondamentale è **riconoscere l'Altissimo il più degno della tua fiducia**. E dal dubbio – “*Essi dubitavano*” – scaturisce la fiducia, la fiducia di una presenza: “*Io sono con voi*”, sempre. Gesù mantiene la promessa che il suo nome includeva fin dalla sua nascita: “*Emmanuel, Dio con noi*”. Gesù non promette sue apparizioni ulteriori, bensì promette la sua presenza in noi e con noi fino alla fine del tempo. Tutto passa, tutto diviene vecchio e rincechisce, ma Lui rimane, si manifesta tramite tutto ciò ci circon-

fatiche. Piccola sorella Magdeleine, fondando pochi anni dopo la Fraternità delle piccole sorelle di Gesù, ha maggiormente esplicitato le sue intuizioni aprendo nuove vie alla vita religiosa. **Contemplative in mezzo al mondo**: nei quartieri più periferici, nei luoghi meno accessibili a forme più classiche di apostolato ha voluto seminare delle ‘scintille d'Amore’ per testimoniare la tenerezza del nostro Dio verso ogni persona, che lei stessa aveva sperimentato e poter essere una presenza di intercessione.

Ripartire da Nazareth dà un sapore nuovo anche alla nostra quotidianità: la ‘banalità’ di tutti i giorni diventa allora il luogo dell'incontro con Dio, la vita diventa un'avventura di Amore.



Sassoferrato Vergine in preghiera

da, perché il suo spirito è dovunque. **Ecco il secondo passaggio : riconoscere l'esistenza dello Spirito Santo.** Mi permetto di riprendere delle riflessioni del fondatore della comunità di Bose, Enzo Bianchi, che a riguardo scrive:

“Lo Spirito Santo, che “soffia dove vuole” e di cui non si sa “né da dove viene né dove va” (Giovanni 3,8) è come uno sconosciuto nella confessione di fede dei cristiani.... Resta circondato da un profondo mistero. Ma il quarto Vangelo ci rivela che, pur se il mondo non conosce lo Spirito Santo, visto che non può riceverlo, i credenti invece lo conoscono, “perché egli dimora presso di loro e sarà in loro” (Giovanni 14,17).

Parlare di Spirito Santo è un'impresa quasi impossibile. È il segreto di Dio. È la sua potenza “estatica”, grazie alla quale Dio è uscito dal mondo ed ha riempito con la sua presenza tutta quanta la creazione.

La preghiera in una prospettiva spirituale

Quindi la preghiera non è l'occasione per domandare a Dio ciò che concerne la carne (cf. Rm 8.7; Gc 4.3), ciò che ottiene il benessere, che faciliti il tuo lavoro e procura il successo alle tue iniziative temporali. **La preghiera** assume in questa logica un aspetto più simile ad **un dialogo tra padre e figlio** affinché le tue preoccupazioni assumano **una prospettiva spirituale**. Vale a dire che tutte le tue necessità materiali, le attività, le responsabilità e le preoccupazioni devono da te essere presentate a Dio nella preghiera, affinché egli le spogli della loro forma mortale, effimera, e le rivesta di un carattere divino, rendendole conformi al suo disegno di benevolenza, e siano così santificate. Devi quindi domandare a Dio che purifichi le tue attività dallo spirito di egoismo e di amor proprio; che ti ispiri la rettitudine della mente e del cuore, affinché nel tuo operare non usi malizia, doppiezza, disonestà, inganno, menzogna; che ti conceda la forza spirituale di non temere le minacce, di non tirarti indietro di fronte ai pericoli, di non fare preferenza di persone e di non lamentarti quando conosci l'insuccesso o l'ingiustizia.

La preghiera diventa così per te l'occasione per trasformare i desideri della carne in desideri dello spirito (cf. Rm 8.6)



Andrea Mantegna
Orazione nell'orto

Nota. Nell'allegato web viene descritta un'esperienza di preghiera attiva e comunitaria che la comunità di Alberto Albertini ha vissuto con altre Comunità Masci e Agesci nel Monastero di Bose (sono molti anni che la Comunità si ritrova a Bose per vivere l'esperienza della preghiera dell'ascolto della Parola di Dio). **La preghiera comunitaria (cioè la preghiera di comunità), è un grande esercizio di discernimento comunitario** che è la conseguenza della preghiera, la modalità che è necessaria per fare luce sulla propria vita, per sapere cosa Dio vuole da noi. L'esperienza descritta è parte di un cammino che quest'anno la Comunità ha costruito nella ricerca di un nuovo modello di umanità, esplorando il testo “*La grammatica dell'amore*” scritto da Enzo Bianchi, partendo dalla seguente “regola d'oro” “*Tutto quanto volete che gli uomini facciano a voi, anche voi fatelo a loro*”.

L'esperienza si è svolta riflettendo a piccoli gruppi su come applicare oggi la regola d'oro a tutte le varie opere di misericordia (dar da bere agli assetati ecc..). Il punto è come applicare il discernimento alla misericordia: come far misericordia nel quotidiano? Si sono quindi messe assieme le idee. Il lavoro si è svolto rispettando i tempi proposti dal monastero, partecipando alle preghiere giornaliere che ci hanno aiutato a fare del nostro meglio. Nell'allegato web trovate i resoconti del lavoro delle Comunità e un'intervista sulla “regola d'oro” a frate Ludwig della comunità di Bose, ex scout, il quale ha ricordato il concetto di “*koinonia*” che significa “*vivere con gli altri, nel senso di non fare mai le cose senza tener conto dell'altro “ma” con Cristo, in Cristo, per Cristo*”.

La preghiera degli sposi

ELPIDIO CARONI

La coppia coniugale è la “*sola carne*” (Gen 2, 24) che è immagine di Dio stesso (Gen 1, 27) e dell'unione di Cristo alla Chiesa (Ef 5, 22-32). La preghiera degli sposi cristiani assume un valore del tutto particolare e specifico, in grazia del sacramento matrimoniale, e ne costituisce il fondamento più intimo. **Nella preghiera fatta insieme gli sposi rendono vivo il loro essere sacramento della presenza di Dio.**

La presenza di Dio è necessaria alla coppia: Dio è l'altro che, con la sua presenza, impedisce che il rapporto degli sposi si consumi nella voracità o nell'indifferenza. La Sua presenza garantisce che non proverò a sopraffarti, ad assimilarti a me, e che vivrò l'unità nella diversità accettando, nella fiducia, il dono del tuo amore. È una presenza misteriosa, impalpabile ma concreta. Per cercare di coglierne il senso, di percepirla la verità, al di là del ragionamento, può aiutarci un brano di T.S. Eliot che richiama l'esperienza di Emmaus.

Chi è il terzo che sempre ti cammina accanto?

Se conto, siamo soltanto tu ed io insieme

Ma quando guardo innanzi a me lungo la strada bianca

C'è sempre un altro che ti cammina accanto

Che scivola avvolto in un ammanto bruno, incappucciato

Io non so se sia un uomo o una donna

– Ma chi è che ti sta sull'altro fianco?

Vivere **l'esperienza della presenza di Dio nel matrimonio dà fondamento alla preghiera “di coppia”**: con questo termine, indico il fatto di sentirsi coppia, carne unica, indipendentemente dal-

le situazioni concrete, anche e tanto più se lo sposo, la sposa, è fisicamente o psicologicamente assente.

La possibilità che ciascuno dei due viva da “celibe” il proprio rapporto con Dio può essere fonte di incrinature nel rapporto di coppia. Però devo anche rifuggire la tentazione di pensare a “convertirti”, non ti trascino con me dove non vuoi, non ti penso “lontano da Dio” né, tanto peggio, assumo atteggiamenti di vittima virtuosa o di religiosa solitudine. Mi affido al dialogo con te, nella consapevolezza che il Signore è fedele per primo alla sua promessa misericordiosa: **davanti a Lui, gli sposi sono sempre uniti in un'unica realtà.**

La presenza viva di Dio per la coppia è sorgente di fiducia e di speranza anche quando nella coppia si vivano momenti più o meno lunghi e dolorosi di solitudine spirituale. Sono prove che Dio permette per purificare sia il nostro amore per Lui, sia l'amore per lo sposo, per la sposa: di fatto un unico amore.

La preghiera di coppia, cioè il fatto che gli sposi si riconoscano in rapporto fra loro e con Dio in tutti i momenti della propria vita e in ogni esperienza vissuta, si alimenta e **si sostiene con la preghiera in coppia**. La preghiera è costituita da momenti speciali dedicati esplicitamente a pregare insieme.

Così come ogni rapporto umano si caratterizza in maniera singolare per effetto delle singole personalità che si incontrano, così anche le modalità della preghiera in coppia possono essere mutevoli e originali, dipendendo da orientamenti, desideri, scelte degli sposi. Nel cercare di costruire insieme il nostro modo di pregare in coppia, vale la pena di non privilegiare queste preferenze individuali, anche se è ovvio tenerne conto. Il suggerimento può essere quello di **cercare forme anche originali che ci aiutino ad esprimerci ed ascoltarci, al meglio delle nostre possibilità.**

Di solito può essere utile accordarsi per dedicare un momento specifico della giornata, scegliendo un luogo adatto, magari con accorgimenti “ambientali” (un lume, un'icona ...) e avendo cura di limitare interruzioni o distrazioni (figli, telefono, rumori esterni ...).

Preghiera in coppia, alla presenza di Dio, per esprimerci e ascoltarci

Pregare in coppia è anche scambiarsi idee, ragionamenti, o anche raccontarsi il vissuto, i sentimenti provati, sia quelli relativi a ciò che più facilmente riconosciamo come “cose di Dio”, sia quelli che costituiscono il nostro quotidiano e ci appaiono come segni dei tempi per la comprensione della realtà che viviamo. Può capitare che questi scambi nascano a seguito di incomprensioni o contrasti. Ancora di più in queste occasioni presteremo attenzione a **renderci consapevoli della presenza viva del Signore Gesù**. Egli si fa presente, ci ascolta, ci parla, si comunica a noi proprio attraverso la sposa, lo sposo.



Raffaello Sposalizio della Vergine

L'esperienza della preghiera

Non c'è preghiera senza spiritualità

DON GUIDO LUCCHIARI, ASSISTENTE NAZIONALE DEL MASCI

Mi chiedete di raccontare una mia esperienza di spiritualità e di preghiera : ebbene sono convinto che ci sono sulla preghiera dei **punti di non ritorno**. **Pregare non vuol dire** usare delle formule, andare soltanto a Messa e per tradizione, leggere i salmi, leggere la Bibbia, dire la preghiera all'inizio e alla fine dell'incontro della Comunità e dell'attività.

Nell'esperienza fatta credo di aver capito che:

- Pregare è...anzitutto **ascoltare Dio che parla** (“Ascolta Israele”); è prendere coscienza delle parole che Dio mi rivolge e dispormi a quello che Dio mi propone; è aprirmi al richiamo di Dio, perché egli possa trasmettermi il suo slancio, la sua gioia di comunicare, il suo desiderio di amare;
- Pregare è ...**aprirmi all'amore di Dio**, accogliere in me lo Spirito Santo e sentire Dio come un compagno di strada: un compagno a cui posso confidare tutto di me stesso, e senza paura di essere giudicato. E' **lasciarmi rinnovare da Dio**;
- Pregare non è ...cambiare le intenzioni del Padre, ma piuttosto **cambiare le mie intenzioni sulla misura della sua volontà paterna**; è impegnarmi totalmente e a “pieno tempo” per il Regno che Cristo è venuto ad annunciare; è diventare strumenti vivi e veri nelle mani di Dio per la salvezza di chi mi cammina a fianco;
- Pregare è ...incamminarmi nella via della verità, anche se questa costa, è convertirmi alla speranza, è accettare di dare il mio con-

tributo (anche se piccolo e povero) per lasciare il mondo un po' migliore di come l'ho trovato.

Ho capito che pregare, dunque, significa incontrarmi con Dio in vista di quello che mi aspetta nella vita a contatto con i fratelli. Credo sia bello pensare **la preghiera come "attenzione del cuore"**. Con la preghiera il cuore (la nostra interiorità più profonda) diventa attento a Dio che parla, al fratello che ha bisogno, alla natura in cui vivo. Diventa attento al bello, al buono, al vero. Dio, dopo aver creato tutte le cose, le conserva, le ama e le sostiene, perché è amante della vita, di tutte le cose esistenti, di tutte le cose belle, buone e vere.

La spiritualità è al centro della vita, anche per i laici (e per gli scout)

Ho sperimentato che **la preghiera nasce dalla spiritualità**.

Nel significato tradizionale la spiritualità riguarda particolari pratiche religiose e suggerisce atteggiamenti da assumere. Interessa alcuni fortunati, più sensibili di altri nei confronti delle esigenze della vita cristiana. Questa è una distorsione, perché ha relegato i temi della spiritualità ad un circolo ristretto degli addetti ai lavori. Il Concilio Vaticano II ha invece invitato i cristiani a scommettere sulla universale vocazione alla santità e, di conseguenza, sulla reale possibilità di **vivere una piena spiritualità anche in situazione laicale** (Lumen Gentium 39-41). Questo modo di vedere le cose sollecita a ripensare a fondo la qualità della spiritualità cristiana.

La spiritualità non è un aspetto marginale dell'esistenza cristiana. È uno stile di vita e l'autoconsapevolezza riflessa in questo stile. **Dire "spiritualità" è perciò dire "identità personale" ridefinita e riorganizzata attorno a Gesù Cristo** e al suo messaggio. Una persona è "uomo spirituale" quando la sua identità è "ridefinita", direi anzi "risignificata" attorno a Gesù. Non basta perciò una identità stabile e ben costruita. In essa deve trovar posto il riferimento con la radice fondante l'esistenza cristiana. "Risignificazione" vuole

dire comprendere e definire una realtà (la realtà di noi stessi) da una prospettiva diversa da quella in cui di solito viene interpretata. Nel nostro caso **è la prospettiva dell'incontro con Gesù** e la decisione di affidarsi totalmente a lui.

La spiritualità sta quindi al centro dei miei problemi della vita quotidiana. Allora devo: condividere l'esistenza di tutti; sapere che le difficoltà possono essere superate solo nell'impegno e nella solidarietà; compiere gesti che mi sottraggono alla logica del mondo, perché so di vivere nella fede in Gesù Cristo come in un altro mondo; sentirmi cittadino di una città che devo rendere sempre più abitabile; amare e custodire la natura come espressione della lode a Dio.

Partiamo dallo **specifico della nostra esperienza scout. Molti valori e comportamenti e atti tipici dello scautismo esprimono un'autentica spiritualità**: gioia e ottimismo (spiritualità della festa); stupore (spiritualità dell'amore generoso); legge e promessa (spiritualità dell'impegno quotidiano); senso dell'amicizia (spiritualità dell'accoglienza); impegno per scoprire la propria chiamata (spiritualità vocazionale); senso dell'essere Chiesa (spiritualità sacramentale); apertura al futuro (spiritualità della speranza); essenzialità, sacrificio, disponibilità (spiritualità della strada); meraviglia (spiritualità del creato).

Se la spiritualità è un'esperienza e una comunicazione vitale, se la spiritualità e l'identità si richiamano, si sostengono, si definiscono vicendevolmente allora **la mia preghiera dice il modo di intendere la mia vita e quella degli altri** e viceversa **la mia vita dice la mia preghiera e come intendo la vita degli altri**.

Un' esperienza di preghiera ... danzante

Vi propongo una possibile esperienza di preghiera comunitaria, così articolata:

- 1° passo: **Cinque minuti di silenzio per predisporre all'ascolto e alla conversione** (L'ascolto è un'attività dell'adulto che è capace di dimenticarsi per aprirsi, senza secondi fini, ad un altro, per percepire e capire il mondo da un centro interiore in cui regna la quiete...);
- 2° passo: **Un' attività di coinvolgimento: una danza** (Mi metto in gioco senza paura e partecipo al gioco con altri);
- 3° passo: (Nel contesto del programma della Comunità) **Scelta e lettura di un brano delle Scritture** (Per conoscere prima e poi per realizzare il progetto che Dio ha su di me);
- 4° passo: (A cura di chi prepara l'incontro di preghiera) **Sottolineatura e meditazione di un aspetto della Parola di Dio che mi ha aiutato a puntualizzare qualcosa della mia vita** (Chi sono? Perché ci sono? Qual è il mio compito? Cosa sto a fare nel mondo?.....);
- 5° passo: **Condivisione di quello che ciascuno ha riflettuto attraverso la preghiera personale espressa da chi vuole in Comunità** (Esercizio che mi aiuta ad esternare sentimenti profondi del cuore e insieme a ricevere i sentimenti altrui come dono);
- 6° passo: **Una preghiera comunitaria** (Mi devo sentire responsabile del mondo, della natura, delle persone...);
- 7° passo: **Terminare con una danza** (Disponibilità al coinvolgimento per il servizio, la missione...).

Perché la danza

La danza si rivolge all'uomo nella sua totalità. Danzare vuol dire soprattutto comunicare, parlare con l'altro dalla profondità del suo essere. Danza è unione: *"Da persona a persona, da persona all'universo, da persona a Dio"* (Maurice Bejart). Danzare è incontrarsi con gli occhi, con lo sguardo, con il sorriso, con un abbraccio e con le lacrime. Possiamo incontrarci a tanti livelli e la danza è uno strumento meraviglioso per realizzare un incontro personale, autentico. Danzando insieme la liturgia diventa un avvenimento comune che coinvolge tutto l'uomo, diventando il linguaggio dell'anima. Dal Salmo 150 risulta che **la danza è un percorso**

interiore che ci porta verso la radice più profonda di tutto il nostro essere, dove siamo collegati con "tutto quello che è". Nella danza l'essere umano partecipa alla preghiera con la totalità del corpo, fino a diventare egli stesso una preghiera danzata. Perché avvenga questo ci vuole una condizione: deve nascere dal cuore. (*"Se non è coinvolto il lato affettivo, la parola non penetra. E' come acqua che scivola via"* da *"Nella danza sei tu"* di Joyce Dijkstra).



Nota. Questo schema di incontri di preghiera comunitaria può essere replicato mantenendo gli stessi passi ma variando ad esempio l'attività di coinvolgimento (es. vedere un filmato, preparare una breve rappresentazione teatrale, scegliere e mettersi ciascuno una maschera, ciascuno prepara un racconto). Per saperne di più vai all'allegato web dove troverai anche alcune preghiere

La preghiera ritrovata (e da riesprimere)

MARIO MAFFUCCI

Era una domenica di tardo pomeriggio. Ero dai Frati Cappuccini per assistere alla Messa in una di quelle Chiese di fine '800 con il coro scandito dagli "scranni" di rovere scuro a lato dell'altare ed il pulpito che si lancia solenne sopra i fedeli per omelie di un altro tempo, quando il celebrante dava le spalle all'Assemblea. Al momento dell'Alleluia un canto forte e melodioso si è levato dal coro: **Alleluia! Alleluia!** Il canto era solenne, misterioso nella sua perfezione, da sembrare antico. Mi ha dato un'emozione forte... e mi sono accorto che anche l'Assemblea era stata colpita e coinvolta. Una percezione che non è frequente nelle liturgie di questi anni. In momenti come questo ci possono essere riflessioni che scattano in modo automatico, senza apparentemente cercarle, evidentemente perché ci sono le condizioni di spirito che in qualche modo le aspettano. La mia è stata **"che senso ha oggi la mia vita spirituale?"** Sento il bisogno di avere un collo-

quio con Dio? E' Cristo, il figlio di Dio che per noi è stato crocifisso ed è risorto, il mio naturale riferimento esistenziale?"

Ci sono state delle fasi della mia vita nelle quali spiritualmente ho vissuto come in una "bolla", nella quale **mi sono comportato come fossi guidato da un "pilota automatico"**: la domenica la Messa, qualche Comunione, particolare attenzione alla liturgia del Natale e della Pasqua, raro il Sacramento della Confessione. Mi sono chiesto: "non posso dare una dimensione più profonda a questo desiderio di appartenenza? Oppure mi basta questo anonimo status di praticante che ha il vantaggio di non pormi degli interrogativi?" Mi sono detto che ora volevo **vivere con maggior intensità spirituale la mia quotidianità.**

Ho cominciato quindi a studiare, sulla preghiera. Leggendo Mircea Eliade, storico delle religioni, ho rivissuto una di quelle esperienze che non si dimenticano e che appartengono alla galleria colorata della memoria di uno scout: lo spettacolo di un'alba o di un tramonto oppure quello di dormire all'addiaccio sotto un cielo stellato.

La scoperta della trascendenza è stata fatta dall'uomo primordiale grazie alla contemplazione della volta celeste. Conquistata la posizione eretta, con mani e braccia libere

per lavorare, l'uomo ha potuto **elevare lo sguardo al cielo** e lì scorgerne il firmamento, simbolo della trascendenza. Dio, il Dio personale, dalla radice indoeuropea **"deivos"** (che vuol dire **"giorno luminoso"**, cielo chiaro): verso questo cielo l'uomo può elevare le mani, a questa luce può alzare gli occhi, davanti a questo Essere supremo può prostrarsi in adorazione, riconoscendo la volta celeste e il mondo come manifestazioni del sacro: ha finalmente un'entità alla quale può rivolgere la propria implorazione per essere protetto nella precarietà della vita. **Preghiera (da "precarius") è connessa all'angoscia di fronte alla morte**, all'insicurezza di chi sa di non avere in sé il proprio inizio e di non poter padroneggiare il proprio destino.

Come è possibile rimanere indifferente, ascoltando l'immenso brusio che nella storia dell'uomo da un'estremità all'altra del mondo, tutte le culture portano al nostro orecchio: preghiere di angoscia o di gioia, preghiere credenti e preghiere che si rivolgono a un destinatario senza nome. *"Ciò che le riunisce è che l'uomo con esse, si rivolge all'Altro; non è necessario che questo Altro sia riconosciuto e chiamato Dio. Vi è preghiera nel momento in cui l'Altro è ciò di cui l'uomo sente la mancanza"* (E. Bianchi – *Il Libro delle Preghiere* – Einaudi, 1997). Perché non confermare che un primo punto è proprio questo: il sentimento che ti nasce dentro l'anima, nel duro confronto con la realtà della vita, alla ricerca di un sostegno è quello **di pregare per trovare conforto.** D'altra parte la preghiera è il cuore



e il centro di ogni credenza religiosa e rappresenta il vincolo con la quale ci si lega ad una fede (religione da “re-ligare” annodare, legare) nel rapporto con l’Altro. Con la preghiera si parla direttamente con Dio e questo lo trovo un privilegio straordinario. In questo rapporto si gioca l’autenticità umana presente nella preghiera: l’uomo mette a nudo i suoi sentimenti, l’esperienza di vita, le sue aspirazioni spirituali. La preghiera tende ad essere autenticamente umana, altrimenti non è preghiera.

Di certo la preghiera è l’occasione **in cui Dio diventa un Tu, cessa di essere un Lui o addirittura un Ciò**; diventa un partner di un dialogo nel quale diventa destinatario delle quattro aree tematiche sulle quali si articola la preghiera: **domanda, ringraziamento, adorazione, imprecazione.**

In questo percorso di ricerca ho quindi accettato l’incarico di condurre nella Comunità una riflessione sulla preghiera: mi era sembrata un’operazione semplice; si è invece rivelata un’esperienza complessa, ad oggi non ancora terminata.

All’inizio la mia era stata una proposta minima: portare alla attenzione dei compagni qualche brano della profonda e affascinante introduzione di Enzo Bianchi, che

ricostruisce uno scenario accurato (storico e antropologico) della preghiera nelle tre religioni monoteiste ... E poi tante preghiere che avrebbero toccato il silenzio, l’ascolto, la morte, l’amore e Dio. Così ho cominciato ... ma poi guardando negli occhi i miei compagni ho avuto la percezione che, per fare un’esperienza tutti insieme, sarebbe stato indispensabile **che anch’io dovessi mettermi in gioco, in un gioco che invitavo a giocare.** Insomma un’esperienza diretta: **non solo parlare della preghiera ma pregare insieme, non solo recitare preghiere ma scrivere ciascuno preghiere** che esprimano qualcosa di sé stessi. Perché il mio obiettivo non era quello di proporre dei testi evocativi, delle “belle preghiere”, ma quello di riscoprire assieme che pregare significa trovare o ritrovare un linguaggio personale per parlare con Dio. *“Se credere in Dio significa poter parlare in lui in terza persona, non credo in Dio. Se credere in Lui significa potergli parlare, allora credo in Dio”.* Così il filosofo ebreo Martin Buber. Allora ho inserito nella ricerca la scrittura di preghiere che a fronte di quelle raccolte nei testi di Enzo Bianchi o del Cardinal Martini sono davvero una “piccola cosa”, ma con un pregio: autenticamente mie. Ho scritto *“Signore perché non ho più tempo per te?”* *“La preghiera dei 10 euro”* e *“La preghiera della gioia che non*

ho” ispirata da riflessioni personali e da piccoli episodi del quotidiano. Con la prima ho chiesto al Signore di aiutarmi a trovare quella serenità senza la quale è difficile “riprendere il dialogo”. Nella seconda ho chiesto di conoscere da vicino il Signore e che la conoscenza di Lui mi porti ad amare di più il prossimo. Nella terza ho chiesto di avere la gioia per cantare le sue lodi, avere la gioia di essere figlio di Dio. (Ndr *Le trovate nell’allegato web*).

Mi è stato rimproverato, credo giustamente, che non ho competenza teologica, biblica, filosofica, e storica per comprendere appieno testi di poeti, Santi e filosofi, eremiti, donne e uomini che hanno lasciato una traccia nella storia delle tre religioni. Tutto vero: la mia filosofia è purtroppo semplice, forse troppo; spesso ho pensato che una buona preghiera fosse come una canzone che senti per la prima volta... o ti arriva subito diretta al cuore oppure non c’è spiegazione che tenga ... Non è che una spiegazione recuperi un’emozione che avrebbe dovuto darti la canzone.

Ora ho chiesto a ciascun componente della Comunità di provare a scrivere testi di preghiere da leggere in Comunità perché **la Comunità possa godere della sensibilità interiore di tutti.**

Aspetto, con fiducia, la risposta

Nota: Mircea Eliade (1907-1986) è stato uno storico delle religioni, un filosofo e un antropologo romeno. Tra le sue opere: *“Il mito dell’eterno ritorno”* Ed. Borla, 1966 (1949) e *“Trattato di storia delle religioni”* Bollati Boringhieri, 1999 (1949-1964). Martin Buber, (1879-1965) è stato professore universitario, teologo ebraico e scrittore. Tra i suoi molti libri (soprattutto sui maestri chassidici) ricordiamo tradotto in italiano *“Il cammino dell’uomo”* Edizioni Qiqajon, Comunità di Bose, 1991.

Racconti sulla preghiera e sul silenzio Quanti silenzi conosci?

GUALTIERO ZANOLINI

“Quanti silenzi conosci?” Mi chiese il vecchio monaco seduto sui gradini dell’ingresso dell’abbazia. Era un inverno terribile e come lui facesse a resistere con i piedi nudi nei sandali credo appartenesse ad uno dei miracoli di quel luogo dove si sentiva e percepiva la presenza di qualcosa che trasaliva la realtà visibile. Era febbraio, un vero febbraio, ero giunto davanti all’abbazia a piedi, due giorni prima, dopo parecchie ore di racchette e ramponi. Fui accolto, all’immensa porta dove buscai, dal piccolo frate portinaio con un sorriso che sembrava dicesse... *“ti aspettavo, eri te che aspettavo”* *“Incredibile”*, mi dissi, *“nel gelo e nella bufera*

un uomo che ha la forza di riscaldarti con un sorriso” Lo avrei abbracciato. Era una figura, piccola, umile, apparentemente insignificante, ma con una **carica immensa di umanità: era Uomo, Creatura.** Lo si percepiva in un attimo, appariva trasparente, autentico, dolce, amante, casto, simpatico ed austero. Tutto insieme, e per me forse qualcosa di più.

Mi accolse e lì restai cinque giorni. Restai con la comunità e vissi la loro vita, i loro ritmi. Erano venti frati che alloggiavano in altrettante casette distribuite nel bosco silenzioso ed innevato. Da ciascuna di esse, liberato dalla neve, partiva un piccolo sentiero che conduceva in basso al corpo centrale dell'abbazia; accanto all'abbazia la splendida chiesa romanica. Era quello indubio un luogo sacro, ci dicevamo con altri ospiti.

Alle quattro del mattino, alle immaginabili temperature, ci si trovava al buio in quel luogo. Non una luce, non un'ombra, solo qualche fruscio. I monaci lì si sentiva arrivare ad uno ad uno **nell'impossibile silenzio di quel tempio.** Rumore di passi sul vecchio pavimento di legno e scricchiolio della pelle di qualche sandalo, erano gli unici indizi del riunirsi della comunità al buio. Tra essi scoprii ex meccanici, professori di filosofia, fisici della materia, ombrellai, rivoluzionari,

borghesi, notai, giovani imprenditori, ex atei...ed un simpatico chef di cucina. Erano di tutte le età dai 25 ai 75 anni, di almeno quattro nazionalità diverse.

Alle quattro in punto suonò la pendola della sagrestia. Uno di loro, con voce d'angelo intonò il “Matutino” in Gregoriano: gli altri entrarono con canto e contro canto in un crescendo da brivido nelle ossa di chi ascoltava. Improvvisamente si accese una candela, due, tre... ventitré. Era **l'inno alla creazione della luce.** Durò tutto tre quarti d'ora poi tornai nel letto, ormai gelido, in un'esplosione di pensieri, ma con una serenità infinita.

Ogni ora importante del giorno, delle sue ore, aveva la sua celebrazione. Il resto era quasi tutto lavoro e silenzio. Decisi di aiutare in cucina Roberto, l'ex chef ed ora cuoco della comunità. Tagliavo le verdure dell'orto quando chiesi: “*Roberto cos'è il silenzio?*” E lui, ancora, “...*quanti silenzi conosci?*” Restai, per l'appunto, in silenzio e **pensai a quanti silenzi avevo conosciuto,** ai miei silenzi. Erano tutti silenzi che parlavano o che significavano.

Il silenzio, riflettei, i silenzi dei luoghi e delle persone che avevo conosciuto – ed anche i miei silenzi – erano vuoti di voci e rumori, ma non di significato e messaggio. Provai allora a rivisitare alcuni dei silenzi importanti della mia vita, quelli

diventati memoria. Non ho silenzi dell'infanzia, c'era sempre una fretta e puntualità nel dirmi, nel darmi, vere o false spiegazioni e risposte. Se silenzio c'era nell'infanzia, era quello che io mi davo per comprendere, ordinare e giustificare i detti ed accaduti intorno a me. Non ho memoria di silenzi da me interpretati come incomprensioni. Ho però ben presenti i silenzi delle assenze e delle omissioni, quelli che mi portavano al chiedermi il “*perché a me no?*”. Erano silenzi di vuoto ed il vuoto non è incomprensibile, è apparente assenza della realtà.

La percezione del silenzio e l'esercizio al suo utilizzo ed alla sua comprensione non è infantile. I bambini, in modo naturale e spontaneo sentono, pensano e dicono. Il silenzio non è mai infantile e quando lo è, è purtroppo patologia. **Il silenzio è adulto:** è gioia, dolore, arma, difesa, amore, odio, espressione, oppressione, eloquenza, difficoltà, esibizione, pudore, segno, significato, negazione, affermazione, vita, morte, ascolto, sordità...Una domanda che può portare fino alla follia, quella di Roberto.

Il mio “silenzio” alla sua domanda era già risposta. Lui, artigiano e gran praticante del silenzio sapeva e.....**faceva silenzio al mio silenzio. Il mio di riflessione, il suo di rispetto e di attesa. Era un silenzio pieno, gravido di**

sensò. Solo il battere ritmico del mio coltello sul tagliere, il bollore dell'acqua nella pentola ed il gocciolare di qualche forma ghiacciata sulla finestra, accompagnavano il nostro essere-insieme-in-silenzio. Percorsi i molti silenzi del mio essere adulto. Alcuni espressi, altri donati. Mi passò nella mente qualcuno incapace di far silenzio e di attendere la comprensione dell'altro e di ciò che accadeva.

Pensai al silenzio di adolescenti violati nella loro crescita dalla mancanza di fiducia nelle loro capacità perché inespressivi e silenziosi. Era il silenzio che produce o riproduce un silenzio eterno dei sentimenti. Pensai al silenzio di gioia dell'amante accanto all'amato, eloquenza infinita del sentire che trova il limite dell'espressione anche nell'atto sessuale. Pensai al silenzio del sofferente che comprende l'incomprensione del suo dolore. Pensai al silenzio ipocrita e falsamente pietoso di fronte al grido di comprensione del depresso, che necessita invece delle parole dell'altro per esprimere ciò che vorrebbe. Pensai al silenzio doloroso della donna violata, repressa nel luogo d'espressione massimo del suo amore. Pensai al silenzio dello sfiduciato, tomba di ogni speranza di riscatto della propria vita. Pensai al silenzio del genitore che attende il figlio nella sua libera crescita, nonostante i goffi tentativi ed insuccessi.

Pensavo e pensavo.....e pensavo che la domanda di Roberto rappresentava l'inizio di un immenso esercizio personale **alla scoperta della capacità di far silenzio per trovare l'altro ed il senso degli accadimenti.** Mi disse: "Vuoi ora la risposta alla tua domanda?" Dissi: "Allora cos'è per te il silenzio e perché lo hai cercato nella tua vita?" Mi disse: "Il silenzio è tutto quel che tu hai pensato e quel che tutti possono pensare. **Io, la mia comunità, pensiamo continuamente a quei silenzi, cerchiamo di dargli voce, di riempirli, di**

comprenderli. Crediamo, infatti, che la donna e l'uomo vengano dal silenzio e nel silenzio tornano, è quindi molto importante conoscere l'idioma del silenzio, interpretarlo per rendere eterne le cose belle e significative ed i dolori ed i tormenti che in esso si svolgono. Celebrare il silenzio è questo ricongiungerci con noi stessi, con chi riteniamo sia la nostra fine ed il nostro principio, in qualunque cosa o persona si abbia fede".

Continuai a pensare, completamente sedotto dalle sue parole, dalle parole di un cuoco che cercava, cucinando umilmente, il senso della sua e forse della nostra esistenza.

Le Schede-n.2

Lecture e film sul silenzio

(A CURA DI PADRE GIOVANNI ARLEDLER S.J.)

Il segreto del chiostro (Piemme, 1996) di madre Anna Maria Cànopi, badessa del monastero benedettino di San Giulio al lago d'Orta, in colloquio con Mariella Carpinello che le propone domande sulla vita religiosa, ottenendo risposte di grande spessore che servono, per la mia sensibilità ed esperienza, ad ogni tipo di credente. Il motto del monastero di San Giulio è «*Tibi silentium laus*» ed è ben illustrato dalle diverse tappe di un percorso che procede facendo l'intero giro della piccola isola posta in mezzo al lago.

Il grande silenzio è il titolo di un film di Philip Gröning (distribuito dalla San Paolo Multimedia) che è stato girato nella certosa di Grenoble. La musica del film è il silenzio interrotto, dal soffiare del vento, dallo sgocciolare dell'acqua, dalla campanella del monastero: a me fa venire in mente un famoso verso di Clemente Rebora: «*la Parola zitti chiacchiere mie*». **Se non riusciamo a coltivare seriamente questa dimensione del silenzio non possiamo fare nulla di serio per la nostra vita e per la nostra preghiera.**

Le Schede - n. 3

Gesù e la preghiera

Come e dove prega Gesù ? "Sali sul monte in disparte a pregare" (Mt 14,23) "Si ritirò in un luogo deserto e là pregava" (Mc 1,35) "Andò sul monte a pregare" (Mc 6,46) "Ma egli si ritirava in luoghi deserti a pregare" (Lc 5,16) "Si trovava in un luogo solitario a pregare" (Lc 9, 18)"

Cosa insegna Gesù della preghiera ai discepoli ? " Quando tu preghi, entra nella tua camera, chiudi la porta e prega il Padre tuo, che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà" (Mt. 6,6). Così **riassume gli insegnamenti di Gesù sulla preghiera la Bibbia di Gerusalemme** (nota al versetto 6,5 del Vangelo di Matteo) " *Con l'esempio (Mt 6, 14 e 23), come con le istruzioni, Gesù ha insegnato ai suoi discepoli il dovere e la maniera di pregare. La preghiera deve essere umile davanti a Dio (Lc 18,10-14) e davanti agli uomini (Mt 6, 5-6; Mc 12,40p), fatta con il cuore più che con le labbra (Mt 6,7), fiduciosa nella bontà del Padre (Mt 6,8; 7,7-11p) e insistente fino all'importunità (Lc 11,5-8; 18,1-8). E' esaudita se fatta con fede (Mt 21,22p), in nome di Gesù (Mt18, 19-20; Gv 14, 13-14; Mt 15,7 e 16, Mt 16, 23.27) e chiede cose buone (Mt 7,11) come lo Spirito santo (Lc 11, 13), il perdono (Mc 11,25), il bene dei persecutori (Mt5,44p;cf:Lc 23,34), soprattutto l'avvento del regno di Dio e la perseveranza al momento della prova escatologica (Mt 24, 20p; Mt 26,41p; Lc 21, 36; cfr: Lc 22, 31-32): vi è tutta la sostanza della preghiera modello, insegnata da Gesù (Mt 6,9-15p)*"

La preghiera modello insegnata da Gesù è il Padre nostro : nei Vangeli ce ne sono **due versioni**, una più breve, con cinque invocazioni, di Luca (11,2-4) e una più ampia, con sette invocazioni, di Matteo (6,9-13). Su Famiglia Cristiana del 24 maggio 2013, nell'articolo " *Il Padre nostro di Luca*" così commentava il cardinale arcivescovo e biblista Gianfranco Ravasi " ..., Matteo incastona il Padre nostro nel Discorso della Montagna, che raccoglie vari interventi pronunciati da Gesù in momenti diversi e delinea una sorta di **minicatchismo sulla preghiera** (si legga il passo Matteo 6,5-9 che precede il Padre nostro). Luca, invece, fa fiorire il "Padre" (egli ha solo l'invocazione nuda Pater che sembra riflettere l'aramaico abba, "babbo", caro a Gesù) da una domanda di uno dei discepoli, il quale chiede a Gesù **una preghiera distintiva per la sua comunità**, così come i discepoli del Battista o altri gruppi religiosi del tempo si distinguevano proprio per una loro preghiera-simbolo, simile a un vessillo di riconoscimento. (...) Le cinque invocazioni di Luca sono forse la forma originaria del Padre nostro insegnata da Gesù, prima delle aggiunte introdotte dall'uso comunitario e riferite da Matteo."

Seguendo Enzo Bianchi, **va rilevato come Luca colleghi la preghiera di Gesù alla sua missione:** Gesù prega al momento del battesimo di Giovanni (Lc 3, 21.22) ; prega prima di scegliere i dodici (Lc 6,12-13); prega alla trasfigu-

razione (Lc 9 28-29); dalla sua preghiera nasce l'insegnamento sulla preghiera rivolto ai discepoli (Lc 11, 1-4); prima della passione, egli dichiara di aver pregato per Pietro, perché la sua fede non venga meno (Lc 22,32); al Getsemani la sua preghiera è di una speciale intensità (Lc 22, 39-46); Gesù prega dalla Croce, invocando dal padre il perdono per i suoi carnefici (Lc 23, 34) e poi consegnando con fiducia il proprio respiro nelle sue mani (Lc 23, 46).

“Quando Cristo ci unisce alla sua preghiera, quando possiamo fare nostra la sua preghiera, allora siamo liberati dal tormento degli uomini che non possono pregare. Ma è proprio questo che Gesù Cristo vuole per noi : egli vuole pregare con noi, vuole che facciamo nostra la sua preghiera... **Solo in Gesù Cristo noi possiamo pregare : ed è anche con Lui che noi saremo esauditi**” (Dietrich Bonhoeffer).

Le Schede- n.4

Enzo Bianchi e la preghiera

Enzo Bianchi (di seguito EB) ha trattato il tema della preghiera e soprattutto quello della **preghiera personale** in numerosi libri. In questa Scheda ne scegliamo solo due che più direttamente affrontano l'argomento .

Nel “*Libro delle preghiere*”, Einaudi, 1997 (un'antologia ragionata di oltre 200 preghiere tratte dalle tre religioni del libro) EB, dopo aver ricordato che la preghiera è un fenomeno umano universale e di tutti i tempi (quanto meno nei termini generali di una relazione tra l'uomo e un Altro da sé che lo salva o a cui si affida), sottolinea in particolare **la centralità della preghiera nelle tre religioni del libro** (ebraismo, islam e cristianesimo) che condividono alcuni concetti religiosi fondamentali (Dio unico, ecc). Quindi introduce alcune definizioni o descrizioni della preghiera cristiana. Così parla della **preghiera di domanda**, che non è inferiore alle altre forme in quanto l'uomo (che è al fondo appello e domanda lui stesso) presenta la sua realtà a Dio assumendosi con coraggio la sua povertà. Con la preghiera di domanda l'uomo impara a trasformare i suoi bisogni (volti ad una soddisfazione immediata) in desideri che via via si rielaborano, aprendoci **all'attesa e alla relazione con Dio**. Poi introduce la **preghiera come rendimento di grazie**, che parte dal riconoscimento da parte dell'uomo dei doni di Dio e via via apre alla riconoscenza , alla gratitudine, alla gratuità .Infine descrive la preghiera come cammino spirituale in rapporto ad una chiamata.

Nel 2009 EB espone in modo più sistematico il suo pensiero sulla preghiera (e

sulla preghiera personale in particolare) nel libro “*Perché pregare, come pregare* “ Biblioteca universale cristiana, Edizioni Sanpaolo, 2009.

EB sottolinea **l'importanza della preghiera personale come capacità espressiva della fede**, come sua modalità eloquente e quindi la definisce come risposta dell'uomo alla decisione prioritaria di Dio di entrare in relazione con noi, come “ *movimento- dell'uomo- di apertura alla comunione con Dio, nello spazio dell'alleanza con Lui*”.

Se la preghiera è movimento di risposta a Dio occorre partire dalla **capacità di ascolto** per accogliere la presenza di Dio; l'orante è colui che ascolta, colui **che chiede a Dio un cuore capace di ascolto**. Dall'ascolto alla fede, dalla fede alla conoscenza di Dio, dalla conoscenza all'amore: ecco l'itinerario della preghiera . Se la preghiera è apertura al dialogo e alla comunione con Dio, occorre **stare davanti a Dio** riconoscendo la propria debolezza ma anche portando con franchezza tutta la nostra realtà ; occorre imparare a riconoscere l'amore di Dio – l'agape- con il quale ama tutti gli uomini e le cose e in questo stato si acquisisce un nuovo sguardo su tutte le cose e cresce il frutto della preghiera che è la carità nella vita .

Passando al “come pregare” (sempre riferito alla preghiera personale) EB non solo indica come riferimenti imprescindibili della preghiera cristiana **il libro dei Salmi e il Padre Nostro**, ma invita anche a prendere esempio dal modo con cui Gesù pregava : la scelta di luoghi deserti, la solitudine, sul monte, in disparte, nel segreto indicano la necessità di trovare un luogo e una condizione **di silenzio**, di isolamento da interferenze esterne, di raccoglimento.

Si sofferma poi su due forme canoniche di preghiera: **preghiera di domanda e preghiera di ringraziamento e di lode**. La preghiera di domanda da un lato è una domanda radicale di senso, dall'altro (riprendendo il tema del libro precedente) è una progressiva educazione del desiderio (“ *l'officina del nostro desiderio*”) decentrandolo da noi e ricentrandolo in Dio fino a domandare non più un particolare beneficio ma la presenza di Dio, **non più il compimento dei nostri desideri ma delle Sue promesse** (Bonhoeffer).

La preghiera di ringraziamento o di rendimento di grazie è propria di chi vive il cristianesimo come esperienza di salvezza, di chi è “ eucaristico” cioè **vive in costante rendimento di grazie** in quanto si capisce che tutto è grazia, tutto è dono di Dio, dono gratuito al quale si risponde facendo della propria vita un dono gratuito per tutti e per il mondo.

Infine definisce il senso della preghiera **nell'essere vinto dall'amore di Dio**. Conclude EB:“*Il credente non è uno che si accontenta di compiere ogni giorno la sua preghiera come si trattasse di un dovere, ma è una persona vinta dall'amore di Dio: l'amore gratuito inviato su di lui dal padre attraverso il figlio nella potenza dello spirito santo. La sua preghiera non sarà, dunque, nient'altro che una risposta a questo amore, capace di tradursi nella responsabilità di una*

vita spesa totalmente per Dio e per gli uomini: radicata nell'amore ricevuto la preghiera riconduce all'amore, genera all'amore che è l'unico criterio di verifica" dell'autenticità e dell'efficacia della preghiera stessa". EB cita Sant'Agostino: "Il desiderio prega sempre, anche se la lingua tace. se tu desideri sempre, tu preghi sempre. Quand'è che la preghiera sonnecchia? Quando si raffredda il desiderio" e aggiunge EB "La preghiera è il nostro desiderio d'amore".

Le Schede-n.5

Dalla "Lettera sulla preghiera" di Mons. Bruno Forte (Arcivescovo metropolitano di Chieti-Vasto, biblista e teologo)

del 26 febbraio 2007 (testo integrale su www.chieti.chiesacattolica.it)

"Sì: **per vivere veramente, bisogna pregare. Perché? Perché vivere è amare:** una vita senza amore non è vita.(...) Ora, l'amore nasce dall'incontro e vive dell'incontro con l'amore di Dio, il più grande e vero di tutti gli amori possibili, anzi l'amore al di là di ogni nostra definizione e di ogni nostra possibilità. Pregando, ci si lascia amare da Dio e si nasce all'amore, sempre di nuovo.(...)

Mi dici: ma io non so pregare! Mi chiedi: come pregare? Ti rispondo: **comincia a dare un po' del tuo tempo a Dio.** All'inizio, l'importante non sarà che questo tempo sia tanto, ma che Tu glielo dia fedelmente. (...) Cerca un luogo tranquillo, dove se possibile ci sia qualche segno che richiami la presenza di Dio (una croce, un'icona, la Bibbia, il Tabernacolo con la Presenza eucaristica...). Raccolgiti in silenzio: invoca lo Spirito Santo, perché sia Lui a gridare in te "Abbà, Padre!". Porta a Dio il tuo cuore, anche se è in tumulto. (...)

Ascolta la voce del Suo Silenzio. Ascolta la Sua Parola di vita: **apri la Bibbia,** meditala con amore, lascia che la parola di Gesù parli al cuore del tuo cuore; **leggi i Salmi,** dove troverai espresso tutto ciò che vorresti dire a Dio. (...) E quando avrai ascoltato la Parola di Dio, **cammina ancora a lungo nei sentieri del silenzio,** lasciando che sia lo Spirito a unirti a Cristo, Parola eterna del Padre. Lascia che sia Dio Padre a plasmarti con tutte e due le Sue mani, il Verbo e lo Spirito Santo.

(..)quando verrai a pregare col cuore in tumulto, se persevererai, ti accorgerai che dopo aver a lungo pregato non avrai trovato risposte alle tue domande, ma le stesse domande si saranno sciolte come neve al sole e **nel tuo cuore entrerà una grande pace:** la pace di essere nelle mani di Dio e di lasciarti condurre docilmente da Lui, dove Lui ha preparato per te.(...)

Verrà l'ora della "**notte oscura**", in cui tutto ti sembrerà arido e perfino assurdo nelle cose di Dio: non temere. È quella l'ora in cui a lottare con te è Dio stesso:

rimuovi da te ogni peccato, con la confessione umile e sincera delle tue colpe e il perdono sacramentale; dona a Dio ancor più del tuo tempo; e lascia che la notte dei sensi e dello spirito diventi per te **l'ora della partecipazione alla passione del Signore.** A quel punto, sarà Gesù stesso a portare la tua croce e a condurti con sé verso la gioia di Pasqua(...) Non avere paura, dunque, delle prove e delle difficoltà nella preghiera: ricorda solo che Dio è fedele e non ti darà mai una prova senza darti la via d'uscita e non ti esporrà mai a una tentazione senza darti la forza per sopportarla e vincerla. **Lasciati amare da Dio.** (...) Pregando sentirai crescere in te la passione per l'unità del corpo di Cristo e di tutta la famiglia umana. **La preghiera è la scuola dell'amore,** perché è in essa che puoi riconoscerti infinitamente amato e nascere sempre di nuovo alla generosità che prende l'iniziativa del perdono e del dono senza calcolo, al di là di ogni misura di stanchezza. Pregando, s'impura a pregare, e si gustano i frutti dello Spirito che fanno vera e bella la vita: "amore, gioia, pace, pazienza, benevolenza, bontà, fedeltà, mitezza, dominio di sé" (Gal 5,22). Pregando, si diventa amore, e la vita acquista il senso e la bellezza per cui è stata voluta da Dio. Pregando, si avverte sempre più l'urgenza di portare il Vangelo a tutti, fino agli estremi confini della terra."



Pregare i Salmi: la regola della preghiera

MARIA PAOLA SALVATORI

Nella preghiera cristiana dobbiamo partire da una considerazione: Dio precede ogni nostro sforzo. Prima che lo cerchiamo Lui ci ha cercato. Come facciamo a rispondere a questa chiamata di Dio, come facciamo ad attingere all'offerta di "acqua viva" di Gesù: "Se tu conoscessi il dono di Dio e chi è colui che ti dice: "Dammi da bere!", tu stessa gliene avresti chiesto ed egli ti avrebbe dato acqua viva" (Gv 4,5-4,2). Così Gesù alla samaritana a Sicar, Pozzo di Giacobbe, dopo averle chiesto "Dammi da bere": nella sete corporale di Gesù c'è il richiamo nascosto a far scoprire alla samaritana la sete spirituale, la sete di Dio.

Ma allora, mi chiedo, come facciamo noi ad attingere a quest'acqua viva che è la fonte della vita eterna? Certamente la preghiera ne è un sicuro mezzo. **E il libro dei Salmi ci aiuta in questo cammino verso il dialogo con Dio**, alla comunione con Dio. La preghiera con i Salmi è innanzitutto **preghiera delle Sacre Scritture**: il Concilio Vaticano II, approvando la costituzione dogmatica sulla rivelazione "Dei Verbum", definisce la preghiera delle Sacre Scritture come fonte di acqua viva, nutrimento dell'anima, sorgente pura e perenne di vita spirituale. (Dei Verbum 21).

La parola "Salmo" deriva dal greco "Psalmos", che traduce l'ebraico "Tehillim", che significa canto, lode (in senso generale con la parola Psalmos si indicava una recita cantilenante accompagnata da uno strumento a corda: il salterio). **I Salmi erano la preghiera**

ufficiale della pratica religiosa del popolo ebraico; sono centocinquanta liriche composte, secondo la tradizione, all'epoca di Davide e per lo più da Davide stesso (XI secolo a.), che vanno letti oggi calandosi in una realtà molto diversa dalla nostra cultura occidentale: come scrisse san Girolamo il traduttore della Bibbia nella lingua moderna di allora - il latino - "non basta tradurre i Salmi in linguam latinam ma latine".

I Salmi sono costituiti da cinque libri i cui temi principali sono rispettivamente il giusto e l'empio; il Regno, il peccato il deserto, l'infedeltà; la meditazione sul passato e sui tempi ultimi; la potenza del Signore Re della terra e dell'universo; la gioia, la libertà che Dio concede, la presenza provvidenziale di Dio in mezzo al popolo. **Vi sono alcuni temi trasversali** (l'amore, la fedeltà la grazia e la verità di Dio; l'alleanza tra l'uomo e Dio; la legge donata da Dio agli uomini - intesa come Parola viva e creatrice di Dio) **e diversi generi letterari** (inni di ringraziamento, suppliche, celebrazioni di Dio e di Gerusalemme, salmi didattici e sapienziali). Secondo Enzo Bianchi la preghiera dei Salmi, pur essendoci consegnata dalla storia della religione ebraica, è comunque da considerare **anche per i cristiani come una "preghiera norma" come "la regola della preghiera"**. E ciò con riferimento alla figura del Cristo: non solo perché anche Gesù pregava i Salmi ma perché Gesù è il Messia ed è il compimento dei Salmi stessi.

Il libro dei Salmi, particolarmente nella forma della liturgia delle Ore, è diventato uno strumento di preghiera per molti credenti. Thomas Merton in "Praying the Psalms", scritto nel 1956, ("La preghiera dei Salmi" Edizioni Queriniana, 2015) trova in esso pensieri e parole che conducono al santuario di Dio: **la pace nella volontà di Dio**. In essi assaporiamo la lode divina, torniamo alla sincerità e alla forza con cui il popolo d'Israele adorava il suo Dio. Sant'Agostino afferma che la nostra vita eterna di lode deve cominciare qui sulla terra, nel tempo "...poiché l'eterno giubilo della nostra vita futura sarà la lode di Dio, e nessuno può

I salmi "regola della preghiera"

essere in grado di vivere la vita futura se al presente non vi sarà allenato". "Lodate il Signore dai cieli, lodatelo nell'alto dei cieli, (...) ha accresciuto la potenza del suo popolo. Egli è la lode per tutti i suoi fedeli, per i figli d'Israele, popolo a lui vicino. Alleluia" (Salmo 148).

Mille sono i volti del **Salterio** (nel linguaggio biblico-liturgico è l'organizzazione dei 150 Salmi da parte della Chiesa cattolica o di una Chiesa ortodossa in uno **schema settimanale o quadrisettimanale**, in maniera tale che nel corso della settimana o del mese si possano recitare tutti o quasi), come i colori diversi che irradia una pietra preziosa colpita da un raggio di sole: vi troviamo lodi a Dio, la meraviglia, l'esultanza, l'angoscia, la gioia. Riassumono un po' tutti i sentimenti dell'uomo al cospetto di Dio, con sincerità e verità.

Thomas Merton fa una distinzione riguardo alle persone che pregano, a seconda dei loro atteggiamenti nei confronti dei Salmi. I primi sono coloro che ammettono che sono una forma di preghiera perfetta, ma sono incapaci di farne uso. I secondi, convinti fermamente del valore dei Salmi, non riescono ad "entrarci dentro" e si limitano a leggerli con cura meticolosa ma il loro zelo rimane esteriore e superficiale. **Infine c'è chi conosce "per esperienza" i Salmi**, considerandoli una forma di preghiera perfetta, in cui Cristo entra nell'anima del cristiano unendo questa al Padre in Lui. Costoro si sono avvicinati a questa lettura, con fede, vivendo nella loro esistenza personale il significato dei Salmi e quindi facendosi guidare da essi nel cammino verso e in Dio.

Fare "esperienza" dei salmi affidandosi a Dio

Come arrivare ad apprezzare in questo modo i Salmi? Innanzitutto occorre recitarli lentamente e bene; quindi non dobbiamo limitare la lettura ad alcuni o ad uno soltanto. Molti comunemente pensano che i Salmi siano una lettura "difficile", che non può comprendere chi non li ha studiati attentamente con l'aiuto di un commentario. Normalmente una buona traduzione del Salterio, invece, è più che sufficiente. Ma poi ci si chiede: "*possiamo giungere*

ad apprezzare e sperimentare il senso intimo dei Salmi senza distaccarci dal modo di pregare ordinario?" Certamente sì. Occorre solo comprendere il loro senso letterale e fare l'operazione compiuta da Paul Claudel nel libro "*Paul Claudel répond les Psaumes*" (Ides et Calendes, 1948), nel quale il poeta **fa propri i temi dei Salmi, penetrandoli e trasfondendoli nella sua vita** e in tutto il suo essere fino a farne delle poesie profonde e meravigliose.

Sarebbe interessante un'analisi dei Salmi più significativi, ma veramente riesce difficile farne una scelta: la gioia, il dolore, l'attesa, il timore, l'angoscia, la disperazione, il trionfo, la pace sono sentimenti che troviamo nei Salmi ma anche nella nostra vita. C'è comunque **un filo conduttore in tutti i Salmi**, espresso nel Salmo 1: "*Beato l'uomo che non entra nel consiglio dei malvagi (...) ma nella legge del Signore trova la sua gioia*". Questo troviamo in tutto il Salterio: **la gioia e la pace che sente l'uomo nel fidarsi, affidarsi e confidare nella volontà di Dio**. Riflettiamo sulle nostre esperienze quotidiane alla luce dei Salmi e usiamo le loro parole "*Questo povero grida e il Signore lo ascolta, lo salva da tutte le sue angosce, beato l'uomo che in lui si rifugia*" (...) *gustate e vedete com'è buono il Signore, beato l'uomo che in lui si rifugia*" Sal.34 (33),7-11.

Non c'è aspetto della vita interiore, nessun bisogno spirituale che non sia rispecchiato nei Salmi, ma attenzione: se proviamo a "trarre qualcosa da essi" ci muoveremo nella direzione sbagliata, ovvero cammineremo verso noi stessi e non verso Dio. Infatti **non è ciò che ricaviamo a ricompensare le nostre aspettative, ma è quanto di noi riusciamo a mettere in essi**. Ascoltiamo Dio che prega in noi con le parole dei Salmi e se desideriamo offrirgli la nostra fede semplice essi diventeranno la nostra preghiera preferita.

Dall'esperienza dei campi Bibbia: pregare la Parola

MARIA TERESA SPAGNOLETTI

Note: Thomas Merton (1915-1968) è stato scrittore e monaco statunitense dell'ordine dei Trappisti. Saggista e poeta, ha scritto molto sui temi dell'ecumenismo, del dialogo interreligioso e sul tema della pace. Papa Francesco lo ha citato il 24 settembre 2015 dinanzi al Congresso degli USA come promotore di pace tra popoli e religioni. Tra i suoi libri più famosi, oltre a quello citato sui Salmi, "La montagna delle sette balze" del 1948, sulla sua conversione, e "Nessun uomo è un'isola" del 1955 (Garzanti, 1995). Paul Claudel (1868-1955) è stato un poeta, drammaturgo e diplomatico francese, che raccontò tra l'altro la sua conversione al cattolicesimo a Notre Dames de Paris, ascoltando il Magnificat. Della sua particolarissima traduzione dei Salmi si segnala "Psaumes 1918-1953", Edizioni Gallimard, 2008. Sulla Liturgia delle Ore segnaliamo la "Preghiera della comunità cristiana" - Edizioni Messaggero, Padova 2006 e successivi, e la "Preghiera dei giorni" - Ufficio ecumenico per l'anno liturgico a cura della Comunità di Bose- Edizioni Gribaudi 1973 e successivi.



Tra i tanti regali che ho ricevuto dalla esperienza dei Campi Bibbia sicuramente il più importante è stato quello di aver **cambiato il mio approccio con la Parola di Dio**. Spesso, se non sempre, il rapporto che abbiamo con il testo biblico è quello di andare a cercare il brano che ci interessa per una certa attività oppure il testo che può rispondere alle nostre domande.

Lo sforzo è quello di capovolgere questo tipo di approccio: non sono io che cerco risposte ma **è la Parola di Dio che mi cerca e mi interroga**. Attraverso il testo biblico Dio parla a ciascuno di noi e noi siamo chiamati a rispondere. Dio non parla più come parlava un tempo, come si racconta facesse con i grandi personaggi dell'Antico Testamento, né possiamo udire direttamente la voce di Gesù, Sua parola vivente. Oggi **Dio ci parla attraverso il testo scritto**. La Bibbia è fonte di emozioni, è scuola di valori che coinvolgono i grandi temi della vita, è un'amica fedele che accompagna i nostri passi e, come dice Papa Francesco, dovremmo prendere l'abitudine di portarla sempre con noi.

Nei Campi Bibbia la Parola è al centro di tutto: viene ascoltata, meditata, cantata, drammatizzata, attualizzata **e soprattutto pregata**. Sono tutti modi con cui siamo chiamati a rispondere alle domande che ci pone Dio. Don Rinaldo Fabris, citando 2 Tm 3.14-17, scrive: "I Campi Bibbia hanno lo scopo di promuovere l'ascolto della Parola di Dio attraverso la lettura e la conoscenza della Bibbia, valorizzando le modalità tipiche

del metodo scout: strada, giochi, veglie, attività espressive. Ai partecipanti si offrono gli strumenti per leggere il testo biblico e per coglierne il messaggio nei suoi risvolti attuali". Don Francesco Masetto afferma: "I Campi Bibbia non sono né una scuola della Parola né un semplice corso di lezioni sulla Bibbia. Si possono descrivere come un tratto di strada, un pezzo di vita scout con tutte le componenti e gli ingredienti che ne sono inconfondibile caratteristica: stare insieme, giocare, fare insieme, cercare e pregare, mettendo la Parola di Dio al centro di tutto."

Personalmente ritengo che i Campi Bibbia, il cui nome fa venire in mente qualcosa di estremamente "pesante", sono per contro delle esperienze vitali ricche di momenti gioiosi, di condivisione fraterna, di scoperta o riscoperta della ricchezza, della bellezza e della attualità della Parola di Dio. D'altra parte, la conoscenza del testo biblico non può restare fine a se stessa, ma deve diventare **esperienza vitale** con le diverse modalità che abbiamo precedentemente citato, tra cui un posto privilegiato ha sicuramente la preghiera.

Ci sono molti modi per pregare la Parola, ma quello che ritengo più profondo e proficuo è la **lectio divina** ed è la modalità che voglio proporvi. Tutti sappiamo che la *lectio* è una lettura personale della Parola, durante la quale ci si sforza di assimilare la sostanza, "una lettura

nella fede, in spirito di preghiera, credendo nella reale presenza attuale di Dio che ci parla nel testo sacro ..."

(L. Bayer, "Parola, Chiesa e Sacramento nel protestantesimo e nel cattolicesimo"). Soprattutto negli

ordini monastici viene assunta come stile peculiare di preghiera, ma personalmente ritengo che per tutti sia uno strumento utilissimo.

Dobbiamo ad un certosino del XII secolo, Guigo II, la suddivisione delle diverse fasi della *lectio* (collegate a Mt 7,7: "Chiedete e vi sarà dato, cercate e troverete. Bussate e vi sarà aperto"): "**Cercate nella lettura, troverete nella meditazione; bussate nella preghiera, entrerete nella contemplazione**". E, prima di tutto "Chiedere lo Spirito" per avere la capacità di leggere; Dio a questa richiesta risponderà sempre positivamente (vedi Lc 11,13). Nella Nota trovate un'esposizione più analitica di questi quattro passi e nell'allegato web trovate un esem-

pio di applicazione della *lectio divina* applicata alla settimana santa

"Cercate nella lettura, troverete nella meditazione" per comprendere il testo in profondità, "ruminandolo con il cuore".

"Bussate nella preghiera, entrerete nella contemplazione" perché, come dicevamo, la preghiera è essenzialmente risposta a Dio che ci parla, è dialogo con Lui. E' necessario rispondere agli inviti e ai messaggi che Dio ci ha rivolto nella Sua Parola. L'ultimo gradino della *lectio* è poi la contemplazione, che ci permette di entrare in un rapporto di fede e di amore con Dio, che si è rivelato nel Figlio.

E allora fermiamoci ed in silenzio, lasciamoci rapire dalla bellezza della Parola letta, meditata e pregata e immergiamoci nell'abbraccio di Dio. "Tutto tace, tutto è calmo, il cuore arde d'amore, l'anima è traboccante di gioia, la memoria di forza, l'intelligenza di luce. E lo spirito intero, infiammato dal desiderio di vedere la tua bellezza, si vede rapito nell'amore delle realtà invisibili" (Mariano Magrassi "Bibbia e preghiera" Edizioni Ancora, 2016).





Nota 1 Seguendo diversi autori così possiamo descrivere i 4 momenti della *lectio*. Innanzitutto la **lettura** di testi della scrittura scelti secondo un percorso prestabilito; una lettura attenta con tempi congrui, ripetuta con fedeltà e assiduità. “*La lettura (della Parola) produce l’assiduità, l’assiduità produce la familiarità e la familiarità produce e accresce la Fede*” (San Girolamo). Nella lettura occorre usare tutti i mezzi interpretativi (analisi del testo, contesto storico, generi letterari e soprattutto concordanze della Bibbia con la Bibbia), cercando tuttavia non solo la comprensione intellettuale ma il messaggio, la Parola che viene a me oggi. Alla lettura segue la **meditazione** che inizia con la *ruminatio* ossia con il dedicare tempo a far tornare e ritornare in mente la Parola, a soppesarla, a mantenerla in bocca quasi per gustarne il sapore. Diceva Guglielmo di Saint Thierry “*Per tutta la Scrittura l’applicarsi ad essa (ruminatio) è tanto distante dalla semplice lettura quanto l’amicizia lo è dall’ospitalità, l’affetto fraterno da un saluto occasionale*”. Con la meditazione si cerca il senso della Scrittura che deve passare nella mia vita, per questo la Parola deve arrivare nel cuore, inteso come il luogo più profondo della mia interiorità; ciò avviene anche attraverso una dilatazione del significato della scrittura letta fino a coprire la mia vita e il destino del mondo.

Poi si passa alla **preghiera della Parola**: la Parola torna a Dio sotto forma di preghiera che nasce da un cuore (nel senso di prima) toccato dalla parola stessa. Nel ringraziamento e nello stupore inizia un colloquio con Dio o anche più semplicemente uno stare accanto a Dio con tutta la mia realtà umana. Il frutto della Parola pregata diventa **la contemplazione**: si riesce ad assumere lo sguardo di Dio su tutte le cose, si vede la sua presenza, il suo disegno che investe tutto il creato. Così avrebbe definito la contemplazione Benedetto da Norcia: “*Il mondo intero fu posto davanti ai miei occhi come raccolto in un unico raggio di sole*” (Gregorio Magno)

Nota 2 Maria Teresa Spagnoletti è stata Capoguida dell’Agesci, nell’ambito della quale ha ricoperto molti incarichi. E’ stata fra l’altro per molti anni responsabile dell’Equipe Campi Bibbia. Sull’esperienza dei Campi Bibbia (attivi dal 1971; nel 2013 si stimava che ne fossero stati effettuati fino ad allora ca.200, con la presenza di ca. 3750 Capi o adulti) si segnala “*Come la pioggia e la neve*” a cura di F.Chiulli e M.T.Spagnoletti, Edizioni scout Fiordaliso 2005.

“Chi canta prega due volte”

PADRE GIOVANNI ARLEDLER S.J.

Questa riflessione si dipana nella speranza di aiutare ognuno di noi a fare cose che di solito non farebbe, come cantare brani liturgici notissimi, ma che si ritengono ormai superati nell’attuale liturgia o suonano per la nostra cultura come se cantassimo un vecchio motivo di Sanremo o una canzone degli anni trenta, come la notissima «Parlami d’amore Mariù».

Benché sembri sconveniente, anche per la liturgia – se non si tratta di momenti particolarmente solenni – conta nella scelta dei canti quello che prevale in una veglia quando, se non si riesce a impostare una scaletta di brani che vadano bene per la maggior parte dei partecipanti, si cantano a memoria quelle melodie e quelle parole che vengono subito alla mente o delle quali il chitarrista ricorda gli accordi. Pur rispettando il più possibile le indicazioni che vengono date sulla musica liturgica, credo che occorra lasciarsi guidare da una dose sufficiente di finezza e di buon senso. Mi pare che **il valore che tutti cantino debba prevalere su quello di un’interpretazione eccellente di composizioni bellissime**. A volte invece sembra che occorre per forza ricercare un canto o una musica “speciale” e che se non siamo tutti bene intonati è meglio lasciar perdere.

Lo spirito e gli intenti di questo intervento partono probabilmente dall’esperienza che il canto si accompagna spontaneamente alla preghiera sia quando si sta in solitudine sia quando si sta in comunità. E ciò sembra vero storicamente: in effetti il nostro testo fondante, **la Bibbia, rivela già nei manoscritti del**

Il canto si accompagna spontaneamente alla preghiera

sesto secolo dopo Cristo una serie di segni che accompagnano il testo e che da alcuni studiosi sono stati interpretati come indicazioni di **note musicali** che appartengono a scale tonali non troppo dissimili da quelle del gregoriano e dell'altra musica antica.

Da un lato riflettiamo sul fatto che la Parola di Dio si annunciava per eccellenza in sede liturgica; dall'altro lato, dobbiamo constatare che i momenti solenni non erano e non dovrebbero essere avulsi dalla quotidianità non solo del popolo ebraico, ma di molti popoli antichi. Nel Salterio, il libro biblico della preghiera per eccellenza, alcune indicazioni sugli strumenti e sulle melodie da utilizzare, che si trovano dopo i titoli dei Salmi – «*sui torchi*», «*sulla morte del figlio*» «*su cerva dell'aurora*», «*sui gigli*», «*su colomba dei terebinti lontani*» ecc. – ci fanno capire che si faceva riferimento a **canti popolari** che purtroppo possiamo soltanto immaginare, anche se le indicazioni musicali risalenti al sesto secolo dopo Cristo ci appaiono abbastanza fedeli.

Inoltre bisogna sottolineare che c'è in noi il desiderio di qualcosa di perfetto, di irraggiungibile, che emerge e si evidenzia in occasioni particolari – come un matrimonio, un'ordinazione sacerdotale, un anniversario – dove **desideriamo fortemente che si esegua quel canto o quella determinata melodia**; dall'altro lato, meno evidente, il fatto spontaneo, del tutto privato, dell'accorgersi che recitando un salmo, una preghiera, un testo particolare, viene come **dal di dentro l'esigenza di trasformare quelle parole in un canto**. Non per nulla quell'applicare il canto alla proclamazione della Parola di Dio in sede liturgica viene definito «*cantillazione*», che non dovrebbe essere un vero e proprio cantare quanto un «*appoggiarsi*», con arte, sulle note musicali, così che quel pronunciare solenne, quel declamare, che già di suo possiede una qualche intonazione, venga amplificato e abbellito. Non dovrebbe essere, sia la teoria che l'esperienza a farci coraggio per cantare, o almeno tentare qualche nota, in omaggio a quella famosa osservazione di Sant'Agostino: «*chi canta prega due volte*»?

Infine racconto un'esperienza: essendo romano sono colpito dalla

varietà dei canti dei pellegrini che vengono da Roma da ogni parte del mondo, ma sono rimasto più impressionato dai repertori dei pellegrini a Gerusalemme, forse pensando che potessero sentirsi più liberi nelle loro scelte. In tempi diversi, dal 1992 al 2006, per la durata di alcuni mesi, ho partecipato alla Santa Messa che si celebrava nel pomeriggio nella casa per pellegrini denominata Notre Dame, proprio al di là della cinta muraria della città di Davide. Mi colpiva, soprattutto nei pellegrini che venivano da più lontano, come da Taiwan o dalle Filippine, che con una frequenza sorprendente cantavano – tradotti nelle loro lingue – **i canti più noti che tutti abbiamo cantato dopo il Concilio Vaticano II** e anche nelle loro scelte era, incredibilmente, in testa «*Resta con noi, Signore, la sera*». Cosa ancor più sorprendente – e in questa scelta entravano anche i pellegrini africani o dell'America Latina – la preferenza per il canto finale era spesso accordata alla «*Salve Regina*» in latino e sulla melodia gregoriana più semplice, che veniva un po' alterata (rispetto ad un'esecuzione da puristi) secondo la cultura e la pratica di ciascun paese. Spontaneamente, in ogni parte del mondo, **ogni comunità sceglie i propri canti**. È più importante che siano corretti secondo determinate regole o che tutti cantino e la partecipazione sia la più ampia possibile? Vogliamo provare **sempre più spesso a pregare e cantare insieme** partendo da ciò che tutti conosciamo?



La preghiera in Lutero e nel mondo protestante

INTERVISTA A CURA DI BARBARA FABJAN

In questo 2017 si ricordano i 500 anni della Riforma: come si prega nel mondo protestante? Lo chiediamo a Paolo Ricca, pastore e teologo della chiesa valdese, da sempre impegnato nel movimento ecumenico

Qual'è stata l'importanza della preghiera nella vita di Lutero?

Lutero pregava moltissimo ed ha anche composto un gran numero di preghiere. Abbiamo una diretta testimonianza del suo zelo, ma anche della sua concretezza, in un breve scritto del 1535 dedicato ad un buon amico, il barbiere Mastro Pietro: *“Quando avverto di essere diventato freddo e svogliato nei riguardi della preghiera a motivo di pensieri e preoccupazioni ad essa estranei, allora prendo il libro dei Salmi, corro in camera oppure in chiesa tra la gente e comincio a recitare oralmente a me stesso...alcuni detti di Cristo o di Paolo e versetti dei Salmi...E' bene pertanto che la prima attività al mattino e l'ultima alla sera sia la preghiera, guardandosi diligentemente dal pensiero falso e illusorio che insinua ‘aspetta un po’ pregherò fra un'ora, devo prima portare a termine questa o quella cosa’. In tal modo si passa dalla preghiera alle cose da fare le quali impegnano e assorbono talmente che per tutto il giorno non si troverà più tempo per pregare”*.

Per Lutero **la preghiera era il respiro stesso della fede** e l'alimento del pensiero. Si intrecciava infatti alla riflessione teologica

e alla lettura della Bibbia sul modello delle *“Confessioni”* di Agostino (bisogna ricordare che Lutero era un agostiniano), dove si passa continuamente dalla riflessione personale, alla meditazione su Dio, alla preghiera, senza soluzione di continuità.

Egli usava dire *“come è naturale per il calzolaio fare le scarpe, così è naturale per il cristiano pregare”*. L'espressione classica adatta a definire la vita di Lutero è *“coram Deo”*, davanti a Dio, detto di un'esistenza che proprio perché si svolge davanti a un Tu è un'esistenza orante.

Come pregare, secondo Lutero?

Secondo Lutero era necessario *“incitare ed esortare il popolo a pregare così come hanno fatto Cristo e gli Apostoli”*. Un aspetto fondamentale della Riforma a questo proposito sono i Catechismi, una vera e propria opera di alfabetizzazione della cristianità, che nel XVI secolo mira a far sì che il popolo prenda coscienza della propria fede. I Catechismi consistevano di tre parti: il commento al Credo (la fede), al Padre nostro (il culto a Dio) e ai dieci Comandamenti (la vita). Lutero commenterà a più riprese e ampiamente il **Padre nostro**, da lui ritenuto **la preghiera “più alta” e più esaustiva**. Egli confessava: *“Oggi ancora, come un lattante, succhio al Padre nostro, e anche in età avanzata ne bevo e me ne nutro, e non posso saziarmene. Secondo me è di gran lunga la preghiera migliore, superiore anche ai Salmi, che pure mi sono molto cari”*.

E oggi quali sono le forme della preghiera nel mondo protestante?

A lungo si è conservata la tradizione **del culto di famiglia** che consisteva nella lettura di un passo biblico, nel canto di un inno e in una preghiera. Oggi la diversificazione degli orari e il declino della centralità della famiglia ne hanno causato la sparizione. La secolarizzazione pesa sulla vita di fede.

La preghiera diventa personale e si accompagna spesso alla lettura di un passo biblico, da cui trae vita e sostanza. A questo serve la pubblicazione di Lezionari come *“Un giorno, una parola”*, preparato

ogni anno dalla Comunità dei Fratelli Moravi ininterrottamente dal 1731, edito in molte lingue e ampiamente diffuso anche in ambito ecumenico.

Vi è poi il **culto pubblico domenicale**, non obbligatorio, che comprende in sé **una varietà di preghiere**: l'adorazione, la confessione di peccato; il ringraziamento e la contemplazione dopo l'ascolto della Parola; alla Santa Cena l'epiclesi, cioè l'invocazione dello Spirito santo, e infine la preghiera di intercessione. Ogni momento è accompagnato da **inni** di diversa intonazione cantati da tutta l'assemblea; il luteranesimo ha dato **una grandissima importanza al canto** (si ricordi che gran parte dei corali luterani sono stati composti da J.S. Bach), non solo perché crea un'unione emotiva tra i presenti, ma anche proprio come espressione del "sacerdozio comune dei fedeli". In ambito luterano i testi biblici letti durante il culto sono generalmente obbligati, mentre nelle chiese riformate c'è una maggiore varietà.

Nel mondo protestante esiste qualcosa di simile agli ordini di vita contemplativa presenti nella chiesa cattolica, che fondano la loro "missione" sulla preghiera?

Nel protestantesimo non esiste la vita religiosa. **C'è una sola condizione cristiana, non c'è laico, prete, monaco, c'è il cristiano. Ogni cristiano poi è un "monaco"**, ma non in un convento, cioè in un luogo a parte. La condizione monastica viene vissuta nel secolo, in un'ascesi intramondana. La vita è consacrata a Dio, ma nel mondo, nelle mille forme in cui la vita umana si realizza. Esistono comunque delle fraternità che si formano spontaneamente. Rimane **il mistero della preghiera**, dove da un lato si esprime il bisogno, che nasce dalle circostanze positive o negative della vita, con la varietà di sentimenti che suscitano in noi, dall'altro la risposta di chi si sente interpellato, interpellato da una Parola, una Parola esterna, la Parola biblica. Dio parla all'essere umano, l'essere umano risponde a Dio. Lo Spirito stesso suscita in noi parole ineffabili, come

dice Paolo (Rom 8,26), un Altro prega in noi e attraverso di noi.

Nota: Paolo Ricca è nato a Torre Pellice (Torino) nel 1936. Dopo la Licenza in teologia presso la Facoltà Valdese di Roma consegue il Dottorato di ricerca a Basilea con O. Cullmann, con una tesi sull' "Escatologia del Quarto Evangelo". Dottorato honoris causa dell'Università di Heidelberg. Ordinato pastore della Chiesa Valdese nel 1962, svolge il ministero a Forano Sabino e a Torino. Dal 1976 al 2002 è Professore di Storia della Chiesa ed Ecumenismo presso la Facoltà Valdese di Roma. Dirige per l'Editrice Claudiana di Torino la Collana "Opere Scelte" di Lutero. Collabora attivamente al Segretariato Attività Ecumeniche. Ultime pubblicazioni: "Lutero, mendicante di Dio", 2010; "La fede cristiana evangelica", 2011; "L'Ultima Cena, anzi la Prima", 2013; "Dal battesimo allo 'sbattezzo'", 2015. È stato presidente della Società Biblica in Italia, membro della Commissione "Fede e Costituzione" del Consiglio Ecumenico delle Chiese, Professore ospite del Pontificio Ateneo sant'Anselmo di Roma.

Per approfondire:

Preghiere di Martin Lutero a cura di B. Ravasi, F. Ferrario, Torino 2015

M. Arnold, *Meditiamo con Lutero. Quando pregate dite così...*, Milano 2001

Un giorno, una parola. Letture bibliche quotidiane per il 2017, Torino 2016 (con introduzione di P. Ricca)

Le Schede- n.6

Sulla preghiera degli ortodossi

"La preghiera classica dell'Oriente cristiano gravita sull'incessante ripetizione del nome di Gesù. Pronunciando sull'inspiro "Signore Gesù Cristo Figlio di Dio" accolgo lo Spirito che incarna Cristo in me e mi conduce a riconoscere la signoria, frutto della vittoria sulla morte. Aggiungendo, nell'espiro, "Abbi pietà di me peccatore" assecondo l'opera dello Spirito finalizzata alla purificazione del cuore e alla remissione dei peccati."

(Antonio Gentili)

La corda da preghiera nella Chiesa Ortodossa: "pregare senza interruzione"

(www.ortodossiatorino.net)

La corda da preghiera usata nella Chiesa ortodossa assomiglia al rosario cattolico, ma è fatta di nodi di lana, oppure di cuoio (elementi che favoriscono una preghiera silenziosa). Ve ne sono di diverse lunghezze: le più antiche corde da preghiera, sviluppate dai primi monaci cristiani nell'Egitto del IV secolo, avevano 100 o 300 nodi. Oggi si trovano comunemente corde da preghiera a 33 nodi

(che si tengono al polso), oppure a 50 o a 100 nodi. Il modello russo con 103 nodi (basato sull'antica "scala da preghiera" in cuoio, tuttora in uso tra gli ortodossi russi del Rito Antico) ha dei grani di separazione che suddividono i nodi in quattro gruppi di 17, 33, 40 e 12: tutti questi numeri ricordano figure bibliche (Evangelisti, Apostoli e Profeti) e momenti della vita di Cristo.

La corda da preghiera è usata dai monaci ortodossi, ed è di uso comune tra tutti i fedeli cristiani che desiderano vivere un'intensa vita di preghiera.

A ogni nuovo monaco o monaca, nella cerimonia della tonsura, viene consegnata una corda da preghiera: questa ricorda il compito principale della vita monastica, quello di *"pregare senza interruzione"* (1 Ts 5,17: l'invito che l'Apostolo Paolo fa non solo ai monaci, ma a tutti i cristiani in generale).

Secondo le regole risalenti a San Pacomio il Grande (IV Secolo), ogni monaco è tenuto a compiere un certo numero di prosternazioni accompagnate dalla Preghiera di Gesù (*"Signore Gesù Cristo, Figlio di Dio, abbi misericordia di me peccatore"*) e **la corda da preghiera, per la sua stessa natura, è il modo più semplice per tenere il conto del numero di preghiere.** La Preghiera di Gesù può sostituire la lettura del Salterio (100 preghiere al posto di ogni Stasi del Salterio, e 300 per ogni Catisma): perciò, l'intero libro dei Salmi corrisponde a 6000 preghiere. Una pratica spesso seguita dai monaci (e descritta nei famosi *"Racconti di un pellegrino russo"*) è la recita della Preghiera di Gesù fino a 12.000 volte al giorno, fino al momento in cui la preghiera diviene attiva per conto proprio, e **il monaco vive giorno e notte in uno stato di preghiera continuo.** La corda da preghiera, accompagnata dalla regola di un numero fisso di preghiere da recitare, è particolarmente importante per quanti desiderano pregare da soli, **per evitare un serio pericolo di auto-inganno:** spesso, dopo un breve periodo di preghiera, una sensazione illusoria di benessere fa fermare la pratica della preghiera di molti principianti, convinti di avere raggiunto i frutti della pace spirituale, mentre in realtà il loro cammino è appena iniziato.

Che cosa si dovrebbe fare per far ritornare la preghiera, dell'archimandrita Touma (Bitar), Pravmir, 9 giugno 2015 (www.ortodossiatorino.net)

Una persona è venuta a chiedermi: "Ultimamente non ho pregato molto. Ho paura di essere sul punto di cadere nella negligenza. Che cosa dovrei fare per far ritornare la mia preghiera?"

Se veramente volete far ritornare la vostra preghiera, allora potete farlo in un istante. **Si acquista la preghiera attraverso la preghiera.** La preghiera è un atto di volontà. Pregate regolarmente. Poco o molto? Non importa. Con sentimento o senza sentimento? Neanche questo importa. Iniziate con il corpo, con le parole e i movimenti. Quello che è importante è che **facciate attenzione.**

Non siate frettolosi e non siate lenti. Non alzate la voce e non sussurate. Siate moderati. Mettete la vostra mente in quello che state dicendo, in ogni parola. Capite quello che state dicendo. Ogni volta che la vostra mente vaga, anche un po', riportatela indietro. La preghiera con il corpo, con la lingua, la mano, le dita, piegando il corpo in inchini e prosternazioni, mantenendo l'attenzione e la comprensione dei significati, tutto questo e cose simili, è l'introduzione alla preghiera del cuore. Nella preghiera, il moto è dall'esterno verso l'interno e verso l'alto. La preghiera attraverso il controllo del corpo ci fa entrare nella tranquillità. La tranquillità ci fa entrare nell'umiltà e l'umiltà suscita in noi il profumo della pace. Tutto il resto segue dopo questo.(...)

Di solito **il Signore Dio consola chi prega,** all'inizio del percorso. Tuttavia, la consolazione non viene quando ce l'aspettiamo. Non sappiamo quando verrà a noi. Fate attenzione a non divagare nell'immaginazione. Non fare spazio a immagini e sensazioni che vi possono mentire. Queste vi porteranno fuori strada! Proprio il contrario, una volta acquisita familiarità con la preghiera, fate attenzione a fantasie, immagini e sentimenti perché in queste c'è una dipartita dalla preghiera. Allo stesso modo siate attenti a sentimentalismo e lassismo mentale.

La preghiera è qualcosa di calmo e fermo! Stare davanti a Dio in preghiera è qualcosa di molto serio.(...) **Non c'è bisogno di tecniche nella preghiera.** La preghiera viene a voi da sola quando insistete a stare alla presenza di Dio e quando il Signore vi dà quello che chiedete. (...)

...la preghiera è il dono più grande per l'uomo, non solo perché collega l'uomo a Dio, ma anche perché è la necessità e la soluzione per tutte le cose che l'uomo deve affrontare. La gente immagina che i propri problemi e preoccupazioni possano essere risolti a livello orizzontale, attraverso le capacità umane. Non c'è dubbio che qualcosa di questo sia necessario, ma tutto, senza eccezione, tutte le preoccupazioni e le difficoltà, tutto dovrebbe essere affrontato in primo luogo con la preghiera, cioè a livello verticale, **gettando ogni cosa ai piedi di Gesù...il Signore Dio sa esattamente di che cosa abbiamo bisogno.** È per questo che con la preghiera, mettendo tutto nelle mani di Dio, attraverso il dono di sé e l'abbandono delle preoccupazioni di un corso, si trova la soluzione adeguata a tutti i propri problemi.(...). **La preghiera è l'obiettivo del cammino dell'uomo sulla terra.** Di una persona che non prega e che non solleva il suo cuore e la sua mente verso l'alto rimane solo il contorno, non importa ciò che ha compiuto *"Cosa giova all'uomo, se ha guadagnato tutto il mondo, ma ha perso la sua anima?"*

L'ebraismo e la preghiera degli ebrei

(testo completo su allegato web)

“Siano gradite davanti a Te le parole della mia bocca e la meditazione del mio cuore, o Signore, mia Rocca e mio Redentore” (salmo 19:14, Siddur, Tefilà sett.). Tutti preghiamo. Tutti abbiamo l'esigenza di condividere la Parola con il nostro Dio.

Per introdurre il tema della preghiera nella religione ebraica dobbiamo anzitutto ricordare che **i principi fondamentali dell'Ebraismo** sono i concetti di **esistenza** e di **unicità** di Dio e ricordare anche i significati della **Torah** (i cinque libri della Torah, la Legge Biblica, sono stati scritti su ispirazione divina), del **Talmud** e dei **mitzvot**.

La parola **“Torah”** in ebraico significa **“insegnamento”**. La Torah comprende il Pentateuco, cioè i primi cinque libri della Bibbia. Nella Torah ci sono 5.888 versi e 79.976 parole. Secondo la Tradizione, la Torah è stata data al Popolo d'Israele sul Monte Sinai. La Torah contiene le Leggi e i Comandamenti insieme con la Storia d'Israele dalla creazione del mondo fino alla morte di Mosè, prima dell'ingresso del Popolo d'Israele nella Terra Promessa. La Torah è letta nella Sinagoga il lunedì, il giovedì, lo Shabbat (ovvero **“il giorno del riposo”** che ha inizio il venerdì al tramonto e ha termine il sabato pomeriggio al comparire della prima stella), i giorni di festa, il primo giorno del mese e i giorni di digiuno. L'insieme dei Libri della Torah viene letto in un anno. Ogni volta che la lettura della Torah ha luogo nella Sinagoga, i fedeli assistono in piedi mentre i Rotoli vengono presi dall'Arca e portati in processione alla Teba (scrivania) per la lettura. Altro libro fondamentale dell'Ebraismo è il Talmud. **Il Talmud è una vasta interpretazione e spiegazione della Torah**, cioè della Legge Biblica. Infatti, se quest'ultima viene chiamata **“Torah scritta”**, il Talmud è definito anche **“Torah orale”** (pur essendo un grande libro), in quanto trascrizione dell'interpretazione orale dei Maestri.

L'Ebraismo si basa sull'**agire** in aderenza ai precetti contenuti nella Torah. Nell'Ebraismo è essenziale, quindi, **l'azione, il comportamento, l'osservanza delle mitzvot, date da Dio al Popolo d'Israele** (i precetti, le regole, i comportamenti e lo stile di vita da seguire). Le mitzvot, contenute nella Torah, sono 613 (di cui 248 positivi e 365 negativi) e costituiscono il fulcro dell'Ebraismo. **Il numero di questi precetti è carico di significati simbolici**. La Tradizione Rabbinica tramanda che 248 era considerato il numero delle ossa del corpo

umano e 365 i giorni dell'anno. Attraverso questi numeri, la Torah insegna che con le 248 singole ossa del corpo debbono essere compiuti i 248 precetti positivi e che ogni giorno dell'anno ci deve essere l'impegno a non violare i 365 precetti negativi.

L'Ebraismo guarda in primo luogo alla vita presente e richiede un forte e concreto impegno per migliorarla ed elevarla attraverso il fedele rispetto dei precetti **“positivi”** del fare e **“negativi”** del non fare. **L'Ebraismo non contempla alcuna forma di vita monastica**, o ascetica, o in solitudine, ma una vita nella e per la Società degli Uomini ed al servizio di essa.

Il testo fondamentale della fede ebraica è **lo Shemà Israel (Ascolta Israele)**. **E' la parte centrale della preghiera quotidiana**, recitata alla mattina e alla sera. Sono parole tratte sempre dalla Torah, e precisamente dal libro del Deuteronomio, considerate sacre perché ispirate da Dio: *“Ascolta, Israele: il Signore è il nostro Dio, il Signore è uno solo. Tu amerai il Signore tuo Dio con tutto il cuore, con tutta l'anima e con tutte le forze. [Questi precetti che oggi ti dò, ti stiano fissi nel cuore; li ripeterai ai tuoi figli, ne parlerai quando sarai seduto in casa tua, quando camminerai per via, quando ti coricherai e quando ti alzerai. Te li legherai alla mano come un segno, ti saranno come un pendaglio tra gli occhi e li scriverai sugli stipiti della tua casa e sulle tue porte.”* (Deuteronomio 6, 4-9).

Il testo del Deuteronomio inizia con **l'Ascolto, perché la fede nasce dall'Ascolto di Dio** e della sua Parola e consiste nel riconoscere l'unico Dio come Signore della propria vita. La fede è anche rapporto di amicizia e d'amore e colui che crede è chiamato ad amare Dio con tutto il cuore, l'anima e le forze. Amare Dio significa condurre una vita secondo la sua volontà.

L'anima della preghiera ebraica è la benedizione (berakah). L'uomo, di fronte a Dio, può solo avere ammirazione per le sue opere e per i suoi doni e quindi provare nei suoi confronti sentimenti di ringraziamento e di lode. Così, prima di nutrirsi, il Popolo Ebraico prega: *“Benedetto sei Tu, Signore nostro Dio, Re dell'Universo, che produci il pane della terra”*. Oppure, utilizzando un profumo: *“Benedetto sei Tu, Signore, che crei erbe profumate”* o leggendo e meditando la Bibbia: *“Benedetto sei Tu, Signore nostro Re dell'Universo, che ci hai dato la Torah della Verità e hai piantato in mezzo a noi la vita eterna”*. E così via, per tutto ciò che s'incontra nella vita.

Il popolo Ebraico prega nelle Sinagoghe. La **Sinagoga** ha rappresentato un' **innovazione rivoluzionaria** nella vita religiosa dell'antico Oriente. E' il primo edificio di culto in cui i fedeli possono assistere al **rito**. Principio che verrà ripreso dalle Chiese Cristiane e dalle Moschee Musulmane. La comparsa delle Sinagoghe segna una profonda revisione interna della religione ebraica, non più incentrata sul culto sacrificale ma sullo studio, l'insegnamento e la **meditazio-**

ne della Legge. Era proibito agli Ebrei vivere in una città senza Sinagoghe. La pianta della maggior parte delle Sinagoghe è quella di una basilica a tre navate, orientata in modo che i fedeli possano **recitare le loro preghiere rivolti verso Gerusalemme.** Nelle Sinagoghe ortodosse uomini e donne siedono separatamente. Per pregare nelle Sinagoghe gli Ebrei coprono il capo con la *kippah*.

Luogo sacro per il Popolo Ebraico è il **Muro Occidentale**, chiamato comunemente dagli Europei “*Muro del Pianto*”. Il Muro Occidentale è **l'unico resto del Tempio di Gerusalemme** costruito nel 10° sec. a.C., ricostruito da Erode nel 19 a.C. e distrutto nel 70 d.C. dai Romani. Gli Ebrei pregano al Muro Occidentale da oltre duemila anni, ritenendo che **in quel punto, il più sacro della Terra, Dio ascolti le loro preghiere.** Ci sono spazi separati al Muro Occidentale per la preghiera degli uomini e delle donne anche se, dopo anni di dialettica intensa tra Ortodossi e Progressisti, recentemente si è deciso di realizzare **uno spazio per la preghiera in comune.** Secondo la Tradizione, in segno di rispetto, gli uomini e le donne sposate coprono il capo o meglio le donne sposate coprono i capelli : gli uomini con un cappello o con la *kippah*, le donne con un velo chiamato *tichel*.

C'è la tradizione, da centinaia di anni, **di infilare piccoli fogli di carta recanti preghiere nelle fessure del Muro da parte degli Ebrei** . E' una tradizione aperta a tutti. Anche San Giovanni Paolo II e Papa Francesco hanno lasciato una loro preghiera tra le pietre del Muro Occidentale, o Muro del Pianto, nei viaggi in Terra Santa. La ritualità ebraica vuole anche che, due volte l'anno, il Muro Occidentale venga ripulito dai bigliettini accumulati, per darne spazio a nuovi. I bigliettini lasciati tra le fessure del Muro Occidentale rivestono un profondo significato religioso. Per questo, secondo la Tradizione, una volta tolti dal Muro vengono raccolti e sepolti in un vicino cimitero.

Pregare è un **dono**. Il **dono** di parlare con Dio.



Come pregano i musulmani

(testo completo su allegato web)

Prendendo come riferimento l'autore Sidi Umar A. Frigo, **la preghiera (as-salât) per i musulmani è il cammino della rettitudine (istiqâma) che porta alla prossimità di Allâh**, poiché la preghiera è un atto di adorazione ed un'azione di grazia; è Allâh che ci chiama e ci onora, con il suo servizio la preghiera ci avvicina a Lui. **La preghiera è un rito**, vale a dire un atto trasmesso per Rivelazione e che per questo è in se stesso un modo di rivelazione.

Le preghiere in numero di «cinque» seguono **il ritmo del sole**: alba, mezzodì, pomeriggio, tramonto, e notte, all'unisono con l'universo.

Si riportano di seguito estratti di alcuni articoli sulle 'virtù spirituali della preghiera' presi da alcuni grandi Sapiienti della Tradizione islamica.

Da Shaykh 'Abu r-Rahmân al-Akhdarî

Alla preghiera (salât) è legata una luce immensa per la quale s'illuminano i cuori degli oranti. In altri termini, **è per la preghiera che è messa nel cuore una luce che ti dirige verso il Signore**, e questo è, per il fedele, un benessere insondabile.

Questa luce la ottengono solamente coloro che si umiliano nel loro cuore, nel loro corpo e in tutte le loro membra, impegnando questi agli atti leciti e compiendoli come si deve.

Quando ti predisponi alla preghiera, **svuota il tuo cuore di ogni preoccupazione di questo mondo (dunyâ)** e di ciò che in esso si trova. Occupati di pensare solamente al tuo Signore per l'amore del Quale tu stai pregando. Sii convinto nel tuo cuore che la preghiera sia un atto di umiltà e un tentativo di estinzione di tutto il tuo essere in Allah (Gloria a lui) attraverso le posizioni della preghiera (stazioni), retto in piedi (qiyâm), inclinate (rukù') e prosternate (sujûd).

Sii costante nella tua preghiera, perché è l'atto di adorazione (ibâdat) più importante di tutti. Durante la tua preghiera non lasciare che Satana si prenda gioco del tuo cuore, non lasciare che ti distraiga fino ad installarti l'agitazione e privarti così del godimento della luce della preghiera.

Sii costante nella tua umiltà nell'atto della preghiera affinché il piacere che procura questa dolce luce persista nel tuo cuore. Così facendo,

anche dopo il saluto finale della preghiera (as-Salàmu ‘alaykum), questa luce continuerà a illuminare il tuo cuore.

La preghiera impedisce ogni turpitudine e ogni atto biasimevole a causa dell’umiltà manifestata mentre ad essa ci si dona; umiltà del cuore (che si scioglie davanti alla Maestà divina) e delle membra del corpo (che esprimono questa attitudine del cuore). E’ così che **la preghiera diventa continua, eterna.**

Da Al-Ghazzâlî

La preghiera è stata ordinata per educare il cuore, rinnovare l’invocazione del nome di Dio e consolidare l’atto della fede.

La virtù della prosternazione (al-sujûd)

Si racconta che un uomo ha detto al Profeta (su di lui le benedizioni e la pace divine): *«Imploro Allah che io possa essere tra coloro per i quali tu intercederai [presso Allâh] e che Egli mi gratifichi di accompagnarti in Paradiso».*

Si dice anche che il momento in cui l’uomo è più vicino ad Allâh, è quando si è prosternato con la testa a terra. È il senso della parola del Signore: *«Prosternati ed avvicinati».*

La virtù della sottomissione umile (al-khushû’)

È scritto nei Libri antichi che Allah ha detto: *«Non accetto la preghiera di chiunque prega, ma accetto la preghiera di colui che è umile davanti alla Mia grandezza e che non è orgoglioso davanti ai miei servitori. Io nutro il povero che ha fame del mio Volto».*

Il Profeta (su di lui le benedizioni e la pace divine) ha detto: *«La preghiera (salât) è stata resa obbligatoria, il pellegrinaggio è stato ordinato e le pratiche di devozione (‘ibadât) sono state notificate per invocare Allah. Se non provi nel tuo cuore timore per la grandezza di Colui che invochi, che cosa vale dunque la tua invocazione?».*

A qualcuno che gli aveva posto una domanda a proposito della preghiera, il Profeta (su di lui le benedizioni e la pace divine) ha risposto: *«Quando preghi, prega come se facessi i tuoi addii».* Vale a dire, come qualcuno che fa i suoi addii a se stesso, ai suoi desideri e alla vita terrena e che se ne va verso Allah.

Orario della preghiera

Esegui l’orazione alle estremità del giorno e durante le prime ore della notte. Le opere meritorie scacciano quelle malvage. Questo è un ricordo per coloro che ricordano. Sii paziente, ché Allah non manda perduta la mercede di coloro che fanno il bene. (Cor. Surah 11, 114-115)

Tracce

(da *“In silenzio davanti a Dio”* di Antonio Gentili, dalle opere citate di Enzo Bianchi, da *“Bevete della bella aria di Dio”* - Edizioni Fiordaliso - e da suggerimenti orali; in questi testi trovate notizie degli autori citati).

La preghiera in B.-P.

“Un ragazzo dovrebbe imparare a *pregare*, non a *recitare le preghiere*. A lui darei i tre orientamenti seguenti (...): a) gratitudine per le grazie ricevute; b) impegno a contraccambiare con “buone azioni” fatte agli altri; c) richiesta di aiuto per rimanere fedele ai propri buoni propositi”

“Ho visto libri di preghiera per ragazzi pieni di lunghe suppliche erudite. Io preferirei una preghiera più familiare, come *“Signore fa che ci sia ancora del dolce per me quando avranno finito il giro!”*, piuttosto che sentire un ragazzo recitare a memoria invocazioni che non significano nulla per lui. Le sue preghiere vengono dal cuore, non dalla memoria”

“Se unite la preghiera agli esercizi, potete dire a Dio, mentre guardate così il cielo: *“Io sono vostro dalla testa ai piedi”* e bevete la bell’aria di Dio (attraverso il naso e non attraverso la bocca)”

Definizioni della preghiera

“La preghiera è il respiro dell’anima” (Antonio Gentili)

“Giustamente gli antichi dicevano che pregare è respirare” (Soeren Kierkegaard)

“Pregare significa sentire che il senso del mondo è fuori del mondo” (Ludwig Wittgenstein)

“Non so se credo o non credo: so che prego” (Salvador de Madariaga)

“Il frutto del silenzio è la preghiera, il frutto della preghiera è la fede, il frutto della fede è l’amore, il frutto dell’amore è il servizio, il frutto del servizio è la pace” (Santa Teresa di Calcutta)

“La preghiera non richiede di interrompere il lavoro, ma di proseguire il lavoro come se fosse una preghiera” (Santa Teresa di Calcutta)

“La fede svanisce quando non viene più praticata... E tale prassi è la preghiera, in tutta la pienezza del significato che questo comporta nella Scrittura e nella tradizione” (Gabriel Bunge)

“Quando lo Spirito stabilisce la Sua dimora nell’uomo, questi non può smettere di pregare, perché lo Spirito non cessa di pregare in lui: dorma o

vegli, la preghiera non cessa in lui” (Isacco di Ninive)

“Nessuna esperienza umana può eguagliare l’amore perfetto e la beatitudine che circondano la coscienza quando ci arrendiamo veramente a Dio” (Paramahansa Yogananda)

“Bambino mio, in questo momento tu sei oggetto di un amore senza limiti nell’universo. Io tuo Padre, il tuo Dio, sono piegato su di te. Sono concentrato su di te, come lo sono su ciascuna altra creatura, come se tu fossi, tra tutti, solo davanti ai miei occhi. Di questo pensiero, di questo atto c’è di che entusiasinarsi e turbarsi. Tu sei amato. Ripetiti questa parola, nutriti di essa in ogni momento della tua vita. Ricevi la mia dichiarazione di amore con umiltà, fiducia e gioia e la tua anima canterà” *Amour sans limites*, un monaco della chiesa d’Oriente

Preghiera e attenzione

“Nella tradizione ebraica la preghiera implica anzitutto Kavannah ossia intenzione, concentrazione” (A.Kaplan)

“I Padri Greci... giocavano sull’assonanza di due termini: proschè/attenzione e proseuchè/ preghiera. Il primo termine implica “volgere la mente” “fare attenzione” “essere consapevole”... Il secondo significa “rivolgere verso”(pros) Dio le proprie invocazioni (euchè)” (Antonio Gentili)
“L’attenzione è l’essenza della preghiera”(Simone Weil) “Per Simone Weil l’esperienza spirituale è il passaggio dall’attenzione all’attesa” (Antonio Gentili)

Preghiera è cercare Dio dentro noi stessi fin nel profondo (il cuore)

“La misura con la quale possiamo conoscere Dio è in noi stessi” (Gregorio Niseno)

“Dio è la parte più profonda e ricca di me in cui riposo... Dentro di me c’è una sorgente molto profonda e in quella sorgente c’è Dio” (Etty Hillesum)

“Tu eri dentro di me e io fuori. Lì ti cercavo... Dio è più intimo del mio intimo” (Sant’Agostino)

“Il significato della preghiera è per me la volontà di evocare la Divinità in me nascosta”(Gandhi)

“Il credere che è implicato nel pregare può essere definito come conoscere il divino nell’umano. Lo scandagliamento dell’umano resta il punto di partenza. Il “luogo” dove avviene questo scandagliamento è il “cuore” simbolo della profondità interiore” (Antonio Gentili)

“La fede si basa sul cuore. Nel cuore la fede è il suo fondamento” (detti Brahmini)

“E’ il cuore che prega ... Sempre si può entrare in orazione e il cuore ne è il luogo” (Catechismo universale della Chiesa cattolica)

La preghiera e il silenzio

“Non c’è da stupirsi se nelle diverse tradizioni religiose la solitudine e il silenzio sono spazi privilegiati per aiutare le persone a ritrovare sé stessi e quella verità che dà senso alle cose... Se Dio parla all’uomo anche nel silenzio, pure l’uomo scopre nel silenzio la possibilità di parlare con Dio e di Dio” (Benedetto XVI)

“La preghiera ha per padre il silenzio e per madre la solitudine” (Gerolamo Savonarola)

“L’apprendimento spirituale richiede la disciplina della vita comune, ma la conoscenza saporosa di Dio richiede silenzio e segretezza” (Guglielmo di Saint Thierry)

“Quando riusciamo a frenare il lavoro incessante della mente ogni conflitto soggettivo svanisce e alla dispersione psichica subentra l’unità; anziché sperperare energia in innumerevoli direzioni, la concentriamo; veniamo in relazione con l’essere in tutta la sua semplicità e il suo nitore” (Piero Ferrucci)

“Il solo linguaggio che Dio ascolta è il silenzioso amore” (Giovanni della Croce)

“Così la mente mia, tutta sospesa, mirava fissa, immobile e attenta e sempre di mirar faciesi accesa”(Dante Alighieri)

“La parola è come il colore di un fiore, il silenzio la sua fragranza” “Chi fugge dal silenzio fugge da sé stesso” “Le anime si pesano nel silenzio” “Lo spazio dello spirito, dove può aprire le ali, è il silenzio” “Quando il silenzio parla la vita si trasforma” “ Il silenzio è il coltello che uccide le passioni” “ Più riceviamo nel silenzio, più diamo nell’azione” “Dove spira il silenzio, parla la preghiera” (Romano Guardini)

“Facciamo silenzio prima di ascoltare la parola perché i nostri pensieri siano rivolti alla Parola. Facciamo silenzio dopo l’ascolto della Parola, perché questa ci parli ancora, viva e dimori in noi. Facciamo silenzio prima di coricarci perché l’ultima parola appartiene a Dio. Facciamo silenzio per amore della Parola” (Dietrich Bonhoeffer)

Da questo numero potrebbero prendere le mosse **diversi tipi di itinerari** per gli adulti scout e per le Comunità:

- Un **itinerario personale** di scoperta/riscoperta/interrogazione/rafforzamento della preghiera personale come consolidamento della fede personale. Può avvenire in tanti modi (utilizzando la Liturgia delle Ore, una scelta di brani biblici da pregare e meditare, con esperienze in Comunità di preghiera e silenzio ecc.): può essere importante che ciascuno cerchi una propria personale esperienza di dialogo con Dio;
- Un **itinerario di Comunità** di scoperta/ riscoperta/rafforzamento della dimensione della preghiera personale tramite ad esempio esperienze di incontro con comunità monastiche, di silenzio e meditazione in luoghi adatti, di preghiera e confronto in Comunità;
- Un **itinerario di preghiera di Comunità** raccogliendo alcuni suggerimenti presenti in questo numero, ad esempio programmando momenti in cui si ascolta la Parola, si medita, si prega e si canta insieme;
- Un **itinerario di incontri di preghiera con credenti di altre religioni**, scegliendo temi che possano essere condivisi (es. la pace, il creato ecc.), da preparare con molto rispetto e molta cura per tener conto di ciò che ci divide e per valorizzare quello che ci unisce (facendo un'esperienza che – per mezzo della preghiera- ci porta alla comprensione delle ragioni dell'altro).

“Camminando si apre cammino”

Rubriche. Vita associativa / Vita del Movimento

Fare rete: la nostra partecipazione a Retinopera

SONIA MONDIN

E' competenza esclusiva del livello nazionale del nostro Movimento il rapporto “con gli enti istituzionali, con la Conferenza Episcopale Italiana e con le rappresentanze sociali, associative e politiche” di pari livello. Ciò in base al vigente Statuto.

Riuscire a comunicare a tali organismi gli obiettivi fissati dall'indirizzo di programma, le attività e la vita del Movimento, per farne comprendere le finalità educative e di conseguenza

Finalità e obiettivi di Retinopera

Retinopera è un organismo che promuove la collaborazione tra le associazioni che vi aderiscono, per dare concretezza ai principi ed ai contenuti della dottrina sociale della Chiesa, offrendo altresì una concreta e libera risposta alle sollecitazioni che emergono dagli Orientamenti pastorali della Cei e dal Magistero di Papa Francesco. In stretto collegamento con le Settimane Sociali, Retinopera agisce come un laboratorio di discernimento e formazione nonché di convergenza verso specifici progetti ed obiettivi, anche per catalizzare le posizioni comuni relative a questioni significativamente rilevanti. Per realizzare tali finalità Retinopera propone alle proprie organizzazioni itinerari di formazione socio-culturale, con attività consistenti nel promuovere incontri con persone significative, e organizza convegni, promuove attività di ricerca, di formazione, di comunicazione e d'informazione.

pure politiche, diviene di fondamentale importanza. Per riuscire in questo scopo bisogna tessere delle relazioni.

A partire dalle Comunità, per finire al livello al Nazionale - al quale vogliamo qui riferirci – **il nostro Movimento è da sempre attento a queste relazioni**, sia con collaborazioni dirette, sia all'interno di reti del mondo cattolico rilevanti a livello nazionale, come ad esempio la C.N.A.L. (Conferenza Nazionale delle Aggregazioni Laicali), il COPERCOM (Coordinamento delle Associazioni per la Comunicazione) e Retinopera (Rete delle maggiori realtà aggregative del laicato ecclesiale italiano). A tali organismi il Masci partecipa con ruolo di **co-protagonista**, unitamente alle altre realtà associative che vi aderiscono.

Nel triennio precedente abbiamo operato per farci conoscere dalle altre re-

altà aggregate, per potenziare il nostro impegno di collaborazione a servizio del bene comune e, grazie alle modalità con cui abbiamo pensato e costruito i percorsi degli eventi che abbiamo organizzato (il sessantesimo a Sacrofano, l'udienza del Santo Padre, l'Agorà dell'educazione), abbiamo coinvolto tali organismi intensificando e rafforzando le relazioni. Nuovi orizzonti si sono aperti innanzi a noi che hanno portato aria nuova nel Movimento e nelle nostre esperienze personali.

La Rete è diventata lo strumento per stringere relazioni proficue e costruttive, con obiettivi chiari comuni, e la saldezza di tale "opera di relazione" è determinata dalla bontà dei legami venutisi a creare tra le persone, dal loro accurato e costante mantenimento, dalle comuni radici via via individuate. **Essere capaci di fare rete diviene la modalità del cammino** che ci aiuta a maturare la consapevolezza che la rete stessa può essere ampliata, a raccordarci con il mondo che ci circonda, pronti al dialogo interreligioso, pronti all'accoglienza dell'altro.

È stata questa consapevolezza che ci ha resi disponibili alla richiesta di candidatura per il direttivo di Retinopera, conclusasi con l'elezione. È necessario avviare percorsi culturali ed esperienziali in grado di incidere sul cambiamento di mentalità e sulla capacità di vivere le relazioni.

Il programma di Retinopera e i suoi percorsi

Il consiglio direttivo di Retinopera, che si è svolto verso la fine del 2016, ha indicato come progettualità per l'anno 2017 la prosecuzione degli itinerari *Per una cultura dell'incontro*, ripensati alla luce del cammino di preparazione verso la prossima Settimana sociale di Cagliari (26-29 ottobre 2017) dal tema: *Il lavoro che vogliamo. Libero, creativo, partecipativo e solidale*, orizzonte fondamentale del nostro cammino in questo periodo. *Per una cultura dell'incontro* nell'anno 2015-2016 ha significato scegliere in modo particolare, ma non esclusivo, alcuni percorsi (con relative iniziative) e precisamente:

Responsabilità sociale d'impresa per il bene comune - tema economico. Il cambiamento del modello economico dipende dalla responsabilità che ciascuna persona saprà esprimere anche attraverso percorsi di cittadinanza attiva, formazione sociale e animazione culturale. L'obiettivo dell'osservatorio, correlato a questo ambito, è stato quello di costruire una valutazione dal basso che utilizzasse una logica premiale, attraverso la costruzione di una graduatoria (rating) di soggetti economico-imprenditoriali che ispirassero la propria azione imprenditoriale e organizzazione ai principi della responsabilità sociale, al rispetto dei diritti umani e della giustizia sociale, alla sostenibilità ambientale e alla valorizzazione dei territori e delle culture locali.

Strade Aperte- Argomenti - Luglio/2017

Per una nuova ecologia integrale – tema ambientale. La nuova enciclica di Francesco costituisce una vera e propria rivoluzione copernicana sulla concezione di ambiente come sistema di sistemi che deve essere contemplato e osservato alla luce di uno sguardo globale. L'obiettivo dell'Osservatorio è quello di evidenziare le "buone pratiche" nel campo della gestione sostenibile dei territori, delle imprese sociali che lavorano per un'economia circolare e della cultura dell'impegno "locale" per l'ambiente che passa attraverso la responsabilità.

I migranti, fenomeno globale, integrazione possibile – tema sociale. La vastità dell'esodo che investe oggi l'Europa chiede di essere adeguatamente compresa e pone la necessità di risposte consapevoli che sappiano anche limitare la conflittualità a livello politico e sociale. Appare necessaria una diversa e alternativa informazione sull'accoglienza e sull'integrazione, sui germi di una nuova convivenza sociale che si fanno strada puntando su campagne informative a livello nazionale e sostenendo le realtà che vivono situazioni di tensione (es: località con centri di accoglienza, con situazioni problematiche...).

Rubriche

Capitale sociale e bene comune. Il ruolo dei corpi intermedi oggi in Italia per ripensare il modello di sviluppo – tema politico. Lo sviluppo autentico è profondamente spirituale: in che modo oggi i cattolici possono costituire una risorsa per un recupero in senso etico della democrazia e delle istituzioni? Potrebbe essere lo scopo di un lavoro comune delle componenti di Retinopera per recuperare un'Agenda per il Paese.

Per una cultura dell'incontro ha assunto anche il significato di sempre maggiore **comunicazione, interscambio, corresponsabilità a tutti i livelli:**

- **tra le nostre organizzazioni** (per far crescere la comunicazione e il sostegno alle iniziative di ciascuna delle nostre associazioni, pubblicizzando in modo speciale tutte le proposte di formazione al sociale, e sentendo sempre più le proposte comuni di Retinopera come proprie);
- **con altri enti e istituzioni** (far crescere interscambi fecondi come quelli già avvenuti);
- **con la CNAL**, per il seminario di approfondimento sulle implicazioni delle riforme costituzionali;
- **con FOCSIV** per la pubblicazione delle riflessioni sulla *Laudato si*, aprendosi ad ulteriori nuove collaborazioni in maniera più diffusa, ampliando in modo nuovo e più efficace i profili della nostra comunicazione.

Per una cultura dell'incontro, in questo anno 2016-2017, vuol dire inoltre contribuire fattivamente al cammino di preparazione verso la prossima Settimana sociale di Cagliari affinché sia un momento ricco, bello, vivo, popolare e non un appuntamento rituale.

Come è stato indicato a conclusione del Consiglio Permanente della Conferenza Episcopale italiana, la prossima Settimana sociale non può non puntare ad *“essere un’esperienza ecclesiale che apre alla progettualità: dalla denuncia di ciò che non va nel mercato della domanda e dell’offerta – e che dice la necessità di un’etica dell’impresa – al racconto dell’esperienza e del senso del lavoro; dal rilancio di pratiche rivelatesi feconde all’individuazione di proposte per la creazione di lavoro nel Paese. In questa luce - continua il comunicato - si colgono anche le ragioni che hanno portato a individuare il tema di fondo dell’appuntamento di Cagliari: “Il lavoro che vogliamo. Libero, creativo, partecipativo e solidale”*. Il cammino di preparazione – curato dal Comitato Organizzatore – ha visto in particolare: il Festival della Dottrina Sociale a Verona (24-27 novembre 2016); il Convegno promosso dai Presidenti delle cinque Regioni ecclesiastiche del Sud a Napoli (8 febbraio 2017); un Seminario nazionale della Pastorale Sociale del Lavoro a Firenze (23 – 25 febbraio 2017); e l’iniziativa messa in campo appunto da Retinopera a Roma (13 maggio 2017)”.

“Volersi integrare e imparare a farlo”

C’è un bellissimo riferimento nell’E-vangelii Gaudium – Papa Francesco: *In ogni nazione, gli abitanti sviluppano la dimensione sociale della loro vita configurandosi come cittadini responsabili in seno ad un popolo, non come massa trascinata dalle forze dominanti. Ricordiamo che «l’essere fedele cittadino è una virtù e la partecipazione alla vita politica è un’obbligazione morale». Ma diventare un popolo è qualcosa di più, e richiede un costante processo nel quale ogni nuova generazione si vede coinvolta. È un lavoro lento e arduo che esige di volersi integrare e di imparare a farlo fino a sviluppare una cultura dell’incontro in una pluriforme armonia.* (220) A partire da questa prospettiva Retinopera e ciascuna delle sue organizzazioni sono impegnate a far crescere attenzione e sensibilità al proprio interno sui contenuti, per promuovere percorsi educativi ed iniziative concrete affinché possa maturare questa coscienza e perché ogni esperienza sia sentita ad ogni livello e seriamente preparata.