

Pregare la *Parola di Dio* nella vita

6. Con chi ti identifichi?

Poi guardo i personaggi della scena: chi sono, cosa fanno, cosa dicono, è molto semplice. Tutti i vari personaggi siamo noi, tranne uno che è Gesù e dobbiamo diventare come lui!

E io con chi mi identifico? Cosa faccio, cosa dico? Poi uso la memoria per ricordare ciò che mi suscitano quelle parole, l'intelligenza per capirle e applicarle alla mia vita, la volontà. La volontà è la facoltà dell'amore, del desiderio. Per desiderare, chiedere, ringraziare, amare e adorare.

7. Gusta la Parola per fare la Parola

L'importante non è sapere molte cose, ma sentire e gustare interiormente, perché noi non ci comportiamo in base a quello che sappiamo, altrimenti non faremmo mai nulla di sbagliato, ci comportiamo in base a ciò che ci piace.

Fino a quando non ci piace e non gustiamo la Parola di Dio, non facciamo la Parola di Dio. L'importante è questo gusto interiore, tenendo presente che occorre avere un rispetto più grande quando, invece di riflettere, parlo con il Signore.

8. Parla con Cristo della Parola pregata

Concludo con un colloquio con il Signore da amico ad amico, come Mosè, su quello che ho meditato. Finisco con un Padre Nostro ed esco lentamente dalla preghiera.

9. Dopo la preghiera verifica la preghiera

Dopo la preghiera mi chiedo come è andata, se ho avuto qualche difficoltà e perché, quale frutto o emozione spirituale ho avuto. È importante dopo aver pregato riflettere per migliorare costantemente, perché è nella preghiera che si gioca il nostro rapporto con la Parola, cioè con Dio. È da lì che nascono le nostre opere secondo la sua volontà e non secondo la nostra 'santissima' volontà.

La preghiera è l'arte della nostra vita per dare corpo alla Parola, così che, come Maria, possiamo essere testimoni della Parola e dar vita alla Parola nella storia.

(testo di Silvano Fausti, SJ)

Dal Vangelo secondo Giovanni (1,1-5)

In principio era il Verbo,
e il Verbo era presso Dio
e il Verbo era Dio.

Egli era, in principio, presso Dio:
tutto è stato fatto per mezzo di lui
e senza di lui nulla è stato fatto di ciò che esiste.

In lui era la vita
e la vita era la luce degli uomini;
la luce splende nelle tenebre
e le tenebre non l'hanno vinta.

Dalla Lettera agli Ebrei (4,12-13)

Infatti la parola di Dio è viva, efficace e più tagliente di ogni spada a doppio taglio; essa penetra fino al punto di divisione dell'anima e dello spirito, fino alle giunture e alle midolla, e discerne i sentimenti e i pensieri del cuore. Non vi è creatura che possa nascondersi davanti a Dio, ma tutto è nudo e scoperto agli occhi di colui al quale noi dobbiamo rendere conto.

Dalla Seconda Lettera di Paolo apostolo a Timoteo (3,14-17)

Tu però rimani saldo in quello che hai imparato e che credi fermamente. Conosci coloro da cui lo hai appreso e conosci le sacre Scritture fin dall'infanzia: queste possono istruirti per la salvezza, che si ottiene mediante la fede in Cristo Gesù. Tutta la Scrittura, ispirata da Dio, è anche utile per insegnare, convincere, correggere ed educare nella giustizia, perché l'uomo di Dio sia completo e ben preparato per ogni opera buona.

1. Entra nella preghiera

In preghiera innanzitutto "si entra", perché normalmente siamo fuori di noi stessi, dei nostri pensieri, si entra sapendo che qui e ora il Signore vuole incontrarmi e parlarmi con la Parola che leggo e ascolto.

Questa parola mi interpella, è il Signore stesso che mi parla ed è questa Parola che sto leggendo ora che deve farsi carne nella mia vita. Ogni pezzo del vangelo è come un pezzo di corpo di Cristo che comincia a rivivere in me. Facciamo un momento di silenzio, la preghiera è un rito, va preparata. Respiriamo lentamente pacificandoci, pensiamo che incontriamo il Signore, chiediamo perdono delle offese fatte e perdoniamo quelle ricevute, altrimenti non incontriamo il Padre.

2. Alla presenza di Dio nel segno della croce

Dopo questa pacificazione mi metto alla presenza di Dio con un segno di croce che è il segno dell'amore di Dio per me e poi recito un Padre Nostro prendendo un tempo, guardando come Dio mi guarda. La preghiera non è "considerare le mie considerazioni", ma è uscire da me per vedere lo sguardo di Dio su di me e sul mondo.

3. Come mi guarda Dio?

Ciascuno di noi è visto come il figlio unico del Padre e il Figlio ci ama con lo stesso amore del Padre. Dovremmo stare sotto questo amore magari anche un po' a lungo, perché se uno riuscisse a fermarsi per un tempo prolungato sotto questo sguardo avrebbe pregato di più che leggendo tutti i testi.

Faccio un gesto di riverenza come quando si sta davanti ad una persona, perché siamo davanti ad una persona e poi inizio la preghiera in una posizione comoda, quella che più mi aiuta, chiedendo al Padre nel nome di Gesù il dono dello Spirito, perché il mio desiderio, la mia volontà, la mia intelligenza e la mia memoria siano ordinati alla lode e al suo servizio. La preghiera è il momento in cui viviamo ciò per cui siamo creati, viviamo a lode e a servizio del Signore, che vuol dire poi a lode e a servizio dei fratelli.

4. Chiedi una grazia particolare

Prima di pregare bisogna già sapere su quale brano del vangelo si medita, che frutto chiedere e il tessuto della preghiera sarà chiedere il frutto che quel brano di vangelo vuole darmi.

Nell'Annunciazione Dio vuole darmi se stesso e aspetta il mio sì, e chiederò di rispondere come Maria. Se leggo della guarigione del paralitico chiedo che il Signore guarisca le mie paralisi, i miei blocchi. Se leggo della guarigione della mano chiusa per possedere chiedo che me la apra per ricevere e per donare.

Quando guarisce il cieco ... che mi tolga le mie cecità. Il brano di vangelo è un dono per me, che mi restaura pezzo a pezzo!

5. Entra nella scena con l'immaginazione

Fatto questo all'inizio, mi raccolgo immaginando il luogo in cui si svolge la scena. Siccome l'immaginazione ci distrae sempre, occorre utilizzarla, indirizzarla nella preghiera.

Per esempio nel brano dell'Annunciazione, immaginiamo di essere nella stanza di Maria. Siccome la nostra mente cerca immagini qua e là, teniamola sulle immagini del vangelo, nel luogo che dice il vangelo.

Comincio così a meditare e a contemplare la scena, prima leggendo il testo punto per punto, quasi ruminandolo, non c'è nessuna parola superflua.

Troviamo parole superflue sui giornali, in TV, nei nostri discorsi, ma nel vangelo le parole sono tutte calcolate, anche quelle che non si capiscono immediatamente. Come Maria che non capiva quello che dicevano e facevano i pastori e tantomeno quello che le aveva detto Gesù quando si è fermato nel Tempio, ci si dice che tutti questi eventi li "custodiva nel cuore", meditava queste parole che non capiva. Dobbiamo sapere che dietro a ogni parola c'è il Signore che ci parla.