

CONTENUTO:

*Partendo dal presupposto che il meditare pregando è un'esigenza della Fede, tant'è che la preghiera è un fenomeno antropologico universale, viene delineata una mappa essenziale di tale tipo di preghiera meditata, mostrandone i punti cardinali. Questi **quattro punti cardinali**, individuati nei verbi **Respirare**, **Pensare**, **Lottare e Amare**, orienteranno il successivo pellegrinaggio nelle 17 tappe della riflessione sul Salterio come epifania della Fede.*

PASSAGGI E CITAZIONI:**A) INTRODUZIONE:**

“Come il passeggiare, il camminare il correre, costituiscono gli esercizi fisici, così tutti i modi di esaminare la coscienza, di meditare, di contemplare e pregare con le parole e con la mente e scartare da se tutte le affezioni disordinate, costituiscono gli esercizi spirituali “ (S. Ignazio di Loyola)

“Dentro di me c'è una sorgente molto profonda e in quella sorgente c'è Dio, a volte riesco a raggiungerla ma più sovente è coperta di pietra e di sabbia, in quel momento Dio è sepolto, bisogna dissotterrarlo di nuovo “

LEX ORANDI, LEX CREDENDI, ARS ORANDI E ARS CREDENDI (La preghiera è un arte un esercizio creativo che deve esigere passione e creatività coinvolge tutto l'essere in corpo e anima, con passione e creatività, come per gli acrobati, le danzatrici, capaci di compiere disegni e movimenti straordinari perché alle spalle c'è un lungo esercizio) La Bibbia è parola di Dio, è dialogo tra Dio e l'uomo e Dio, è l'umanità che si rivolge a Dio con la sua ricchezza e la sua miseria.

“Se la Bibbia contiene un libro di Preghiere vuol dire che la Parola di Dio non è sola quella che Egli vuole rivolgere a noi, ma contiene anche ciò che Dio vuole sentirsi rivolgere da noi” (Bonhoeffer).

Al Pentateuco della Parola di Dio c'è il Pentateuco della risposta umana.

Impostazione del percorso

- *Movimento discendente:* E' Dio che comincia a parlare e rivelarsi, sei volti di Dio, da contemplare

- *Movimento ascensionale*: il volto dell'uomo davanti a Dio, nelle sue diverse dimensioni quotidiane

B) INIZIO MEDITAZIONE:

4 verbi della Preghiera, quattro punti cardinali, inusuali rispetto a quelli comunemente usati, supplicare, lodare, invocare.

1° Verbo Pregare è RESPIRARE (orazione, ora, bocca), come dicevano gli antichi;

“Giustamente gli antichi, dicevano che pregare è respirare; qui si vede quanto sia sciocco parlare del perchè si debba pregare: perchè io respiro, perchè altrimenti morrei; così con la preghiera!” (Kierkegaard)

“Con la “Preghiera riceviamo l'ossigeno per respirare, con i Sacramenti ci nutriamo. Ma prima del nutrimento c'è la respirazione e la respirazione è la preghiera” (Cardinale Congar “Le opere del Dio vivente”)

Senza la Preghiera la nostra vita è asfittica.

Simbologia fisica si ritrova nel Salterio, in due salmi:

a) Salmo 42/43 vers.3 *“Come la cerva, anela ai corsi d'acqua, così l'anima mia anela a Te, mio Dio”*

b) Salmo 63 *“O Dio, tu sei il mio Dio, dall'aurora io ti cerco, ha sete di te l'anima mia, desidera te la mia carne, in terra arida assetata senz'acqua”*

Nell'ebraico c'è una sola parola che dice contemporaneamente anima e gola: questa fisicità è ripresa da Paolo: *“Offrite i vostri corpi come sacrificio vivente santo e gradito a Dio ; perchè questo è il vostro culto spirituale”* (Rm.8, 31-35; 37-39) L'arte della preghiera deve essere qualcosa di scompaginato con noi, quasi di istintivo, v. la donna del Cantico dei Cantici.

Canto dei Cantici: la donna nel Cap, 5 v.2, fa una dichiarazione straordinaria: *“Io dormivo ma il mio cuore vegliava”*,

La Fede come l'amore non occupa solo alcune ore dell'esistenza ma un continuum un respiro costante.

2° Verbo PENSARE

“Il pregare è nella religione ciò che è il pensiero nella filosofia; il senso religioso prega come l'organo del pensiero pensa” (Novali, poeta romantico tedesco)

La

preghiera non è solo semplice emozione o istinto, ma anche coinvolgimento della nostra ricerca di Dio.

“L’orazione è un atto della ragione che applica il desiderio della volontà su Colui che non è in nostro potere, ma è superiore a noi” (S. Tommaso d’Aquino).

Bisogna pregare in modo bello e corretto teologicamente; Pensare e ringraziare, ringraziare e pensare, proprio come Luca ci dice essere l’atteggiamento di Maria che *“custodiva le parole e gli eventi vissuti nel suo cuore...”*, ordinandoli e mettendoli insieme in una unità trascendente, come si fa appunto nella Preghiera che è conoscenza di Dio e del senso della vita.

3° Verbo LOTTARE, scena biblica Gen. 32 Lungo le rive dello Jabbok, c’è Giacobbe che nella notte lotta con un essere misterioso; anche Osea interpreta questo episodio come Preghiera: *“Da adulto (Giacobbe) lottò con Dio, lottò con l’angelo e vinse, pianse e domandò grazia»* (Os 12,4-5).

Al mattino successivo Giacobbe cambia nome, è diventato un altro ed è colpito anche nella sua persona, al femore.

La Bibbia e in particolare il Salterio attesta che una delle forme più comuni di Preghiera è la supplica il lamento, aggrappandosi a Dio nel dolore; una lotta che talvolta acquista anche aspetti drammatici, nella notte dello spirito, quando Dio sembra non esserci; come nella vicenda di Giobbe, che nella disperazione giunge ad una preghiera che rasenta la bestemmia: Dio è visto come una belva, *“che digrigna i denti sopra di me e affila gli occhi... mi afferra per il collo per stritolarmi ... coi suoi arcieri mi trafigge i reni senza pietà ... mi apre ferita su ferita, mi si avventa addosso come un guerriero”* (Gb 16,9-14).

È quel «contendere/lottare» con Dio che già spiegava il nome «Israele» secondo la Bibbia (Gen 32,29) e che Giobbe ribadisce nel suo incessante lamento: *«È con l’Onnipotente che io voglio discutere, è con Dio che desidero contendere»* (Gb 13,3)

È, ancora, quella notte dello spirito che avvolge grandi mistici come san Giovanni della Croce, il quale però con le celebri strofe del suo Cantico spirituale, partendo proprio dall’assenza oscura, ci conduce all’ultimo punto cardinale luminoso, quello della presenza amorosa e dell’abbraccio intimo: *“Dove ti sei nascosto, o Amato, lasciandomi nel gemito? Come il cervo fuggisti, dopo avermi ferito: uscii dietro a te gridando, ed eri andato via...”*. (San Giovanni della Croce).

Nel momento della disperazione, Giobbe vuole contendere con Dio, e i grandi mistici hanno lasciato pagine impressionanti di questi momenti della lotta con Dio (Giovanni

della croce), nel nascondimento di Dio, il silenzio di Dio, la notte dello spirito il deserto di Teresa d'Avila.

Il Salmo 88, non ha nessuna lama di luce all'orizzonte: *“Mie compagne sono solo le tenebre”*. (Salmo 88)

In questo caso anche il grido blasfemo è forse ascoltato da Dio con più attenzione di tante preghiere superficiali e compassate, che spesso caratterizzano le nostre liturgie

4° verbo AMARE

Alla fine, allora, si ha incontro: il quarto verbo della preghiera è *l'amare*. Esso delinea la meta suprema della preghiera e della fede che è espressa attraverso l'altro genere dominante del Salterio, accanto alla supplica, cioè la lode fiduciosa e gioiosa. Alcune spiritualità marcano maggiormente la trascendenza, l'inaccostabilità divina che deve essere solo contemplazione, ammirata e celebrata, ma che è arduo amare. Gli antichi Sumeri cantavano al dio Enil per «le sue molte perfezioni che rendono attoniti», consapevoli però che egli era «come una matassa arruffata che nessuno sa dipanare, un arruffio di fili di cui non si vede il bandolo».

Anche l'islam esalta l'inattingibile gloria divina, un sole accecante che al massimo lascia un riflesso nella pozzanghera d'acqua che è l'uomo, per usare un'immagine di quella religione. Eppure, l'autentico approdo dell'orazione è l'intimità tra il fedele e il suo Dio, tant'è vero che la stessa spiritualità musulmana tende a questo abbraccio. Infatti, Rabi'a, la mistica di Bassora dell'VIII secolo, sotto il firmamento stellato dell'Oriente, cantava:

«Mio Signore, in cielo brillano le stelle, gli occhi degli innamorati si chiudono. Ogni donna innamorata è sola col suo amato. E io sono sola qui con te».

Il Dio della preghiera cristiana è invece amoroso e gioioso, non è un Dio del quale si può parlare ma al quale si vuole parlare in un dialogo in cui gli sguardi s'incrociano;

È il momento della preghiera silenziosa: «contemplatelo e sarete raggianti» canterà il Salmista (34,6). È la stessa esperienza degli innamorati che, finito il colloquio delle parole, si guardano negli occhi. E quello è il linguaggio più intenso e dolce, più vero e intimo, come suggeriva Pascal, convinto che nella fede come nell'amore «i silenzi sono più eloquenti delle parole».

Mettiamoci, allora, nello stesso atteggiamento dell'orante biblico del Salmo 123, in un delicato e tenero scambio di sguardi tra il fedele e il suo Dio:

“A te levo i miei occhi, a te che siedi nei cieli. Ecco, come gli occhi dei servi alla mano dei loro padroni ... così i nostri occhi sono rivolti al Signore nostro Dio finché abbia pietà di noi” (Salmo 123 vv. 1-2).

È in questo incrocio silenzioso degli occhi che sboccia la contemplazione orante.