

Orazione

La preghiera come stile di vita

Che cosa è la preghiera?

La preghiera è “*un rapporto di amicizia, un frequente trattenimento da solo a solo con Colui da cui sappiamo di essere amati.*”¹

Santa Teresa definisce così l'*orazione mentale*, il nostro modo di pregare, non che il carisma proprio dell'Ordine Carmelitano Scalzo.

La preghiera ha tante caratteristiche, ma quelle fondamentali sono:

- **presenza**
- **ascolto**
- **silenzio**

Sono elementi necessari per la relazione.

Ricordiamo che la preghiera è un dono che rende possibile la comunicazione con Dio, e opera attraverso lo Spirito Santo (che permette questa comunione).

La presenza è un fondamento perché rivela quando l'io è presente in anima e corpo, con mente e cuore.

Esempio: io con il corpo posso essere presente durante l'adorazione eucaristica, ma con la testa posso essere da tutt'altra parte.

L'esserci è qualcosa di basilare, perché trasmette l'importanza che si prova per qualcuno o per qualcosa.

Legato alla presenza è l'ascolto.

Ascoltare non è semplicemente sentire le parole, ma ha un'accezione più ampia, cioè significa accogliere e fare proprie non solo le parole, ma il contenuto che ci viene trasmesso. Non è una banale questione di attenzione, ma piuttosto è una questione di sensibilità, o meglio di empatia.

Il silenzio è lo spazio fondamentale della relazione. È necessario uno spazio in cui poter attendere, riflettere e lasciare che le parole e le azioni si radichino e acquistino chiarezza nell'animo, tanto da poterle riconoscere.

Un vero amore è fatto di gesti concreti, o se vogliamo di *parole fatte carne*.

¹ Santa Teresa di Gesù, Vita 8,5.

Dio è per eccellenza relazione; se pensiamo alla Trinità possiamo comprenderlo perfettamente: Dio Padre ama tantissimo il Figlio nello Spirito Santo; questo amore è talmente grande che non può rimanere chiuso e per questo inonda l'uomo.

Essere fatti a immagine di Dio motiva che siamo frutto di questo amore gratuito, e che come tali abbiamo in noi il dono della relazione, della preghiera.

Essere a immagine di Dio è la vocazione dell'uomo a identificarsi sempre di più in Cristo Gesù, per questo la nostra vita deve essere parola fatta carne. Se dunque è questo l'obiettivo, la preghiera ne diventa strumento di realizzazione, anzi diventa lo stile di vita per arrivare sempre più a essere come Gesù, per questo siamo chiamati cristiani.

Allora la preghiera come stile di vita non è altro che essere cristiani.

Gesù dona l'esempio da seguire. Il suo rapporto così intimo con Dio deve ispirarci e interrogarci come i *discepoli* che gli chiedono come bisogna pregare, e ai quali insegna il Padre nostro, preghiera dal quale emerge non solo il modo di rivolgersi al Padre, ma la relazione profonda tra Padre e Figlio e Spirito Santo.

La Parola è il terreno fertile su cui seminare la preghiera perché si possano raccogliere i frutti, ossia le opere.

Gesù è parola fatta carne, parola che si concretizza e noi ancora oggi abbiamo la grazia di testimoniare la *salvezza* che porta.

Tutto questo che cosa c'entra con noi?

Dato che si parla di relazione personale con Dio, tutto è lasciato nelle nostre mani: Dio ha già fatto il primo passo, e nella nostra quotidianità siamo chiamati a rispondere attraverso le nostre scelte quotidiane.

Se vogliamo diventare come Cristo allora dobbiamo offrire la nostra vita per quello che è, nelle gioie e nelle sofferenze.

La bellezza sta nel fatto che Dio ci ha fatto liberi di essere partecipi nella vita di Grazia. In che modo? Con la sua morte e risurrezione.

È tutto questo ha a che fare con noi perché siamo battezzati nel suo nome.

La vita diventa preghiera quando siamo consapevoli di essere amati da Lui, ma è importante volerlo con tutto il cuore.

Il Signore vuole che gli offriamo tutto, fino all'ultima goccia del nostro essere. Sono tanti gli ostacoli nel cammino, ma siamo sempre sorretti dalla Grazia. Mai scoraggiarsi perché anche nella più grande caduta Dio è pronto a tendere la mano. Per i suoi figli ha sacrificato l'Unigenito suo. Capiamo quindi che la preghiera è una questione d'amore.

Ogni giorno tentiamo di rendere grazie a Dio dei suoi doni a partire dalle cose semplici e scontati per poi capire che nulla è scontato. Offriamo a Gesù quelle sofferenze e quelle ferite con cui dovremmo convivere perché possano essere alimento per le buone opere. Chiediamo costantemente di poter contemplare il capolavoro divino della salvezza su di noi alla sua luce che illumina e redime la nostra storia.