



Sentimenti, vanno e vengono

La preghiera è dialogo con Dio; e ogni creatura, in un certo senso, “dialoga” con Dio. Nell’essere umano, la preghiera diventa *parola*, invocazione, canto, poesia... **La Parola divina si è fatta carne**, e nella carne di ogni uomo la parola torna a Dio nella preghiera.

La Bibbia educa l’uomo a far sì che tutto venga alla luce della parola, che nulla di umano venga escluso, censurato. Soprattutto **il dolore è pericoloso se rimane coperto**, chiuso dentro di noi... Un dolore chiuso dentro di noi, che non può esprimersi o sfogarsi, può avvelenare l’anima; è mortale.

La prima preghiera umana è sempre una recita vocale. Per prime si muovono sempre le labbra. Anche se tutti sappiamo che pregare non significa ripetere parole, tuttavia la preghiera vocale è **la più sicura** ed è sempre possibile esercitarla. I **sentimenti** invece, per quanto nobili, sono sempre incerti: vanno e vengono, ci abbandonano e ritornano.

Non solo, anche le grazie della preghiera sono imprevedibili: in qualche momento le consolazioni abbondano, ma **nei giorni più bui sembrano evaporare del tutto**.

La preghiera del cuore è misteriosa e in certi momenti latita. La preghiera delle labbra, quella che si bisbiglia o che si recita in coro, è invece sempre disponibile, e necessaria come il lavoro manuale.

Il Catechismo afferma: «*La preghiera vocale è una componente indispensabile della vita cristiana. Ai discepoli, attratti dalla preghiera silenziosa del loro Maestro, questi insegna una preghiera vocale: il Padre Nostro*» (n. 2701). “Insegnaci a pregare”, chiedono i discepoli a Gesù, e Gesù insegna una preghiera vocale: il Padre Nostro. E in quella preghiera c’è tutto.

Tutti dovremmo avere l’umiltà di certi anziani che, in chiesa, forse perché ormai il loro udito non è più fine, recitano a mezza voce le preghiere che hanno imparato da bambini, riempiendo la navata di bisbigli. Quella preghiera non disturba il silenzio, ma testimonia la fedeltà al dovere dell’orazione, praticata per tutta una vita, senza venire mai meno. Questi oranti dalla preghiera umile sono spesso **i grandi intercessori delle parrocchie**.

Abbiamo tutti da imparare dalla costanza di quel pellegrino russo, di cui parla una celebre opera di spiritualità, il quale ha appreso l’arte della preghiera ripetendo per infinite volte la stessa invocazione: **“Gesù, Cristo, Figlio di Dio, Signore, abbi pietà di noi, peccatori!”**. Ripeteva solo questo. Alla fine, essa diventa parte del suo respiro.

Dunque, non dobbiamo disprezzare la preghiera vocale. Qualcuno dice: “Eh, è **cosa per i bambini**, per la gente ignorante; io sto cercando la preghiera mentale, la meditazione, il vuoto interiore perché venga Dio”. Non bisogna cadere nella superbia di disprezzare la preghiera vocale. **È la preghiera dei semplici, quella che ci ha insegnato Gesù: Padre nostro, che sei nei cieli ...** Le parole che pronunciamo ci prendono per mano; E soprattutto sono le sole, in maniera sicura, che indirizzano a Dio le domande che Lui vuole ascoltare. Gesù non ci ha lasciato nella nebbia. Ci ha detto: “Voi, quando pregate, dite così!”. E ha insegnato la preghiera del Padre Nostro (cfr Mt 6,9).