

Don Giacomo Alberione



MEDITAZIONI SULLA PREGHIERA
MEDITAZIONI SULLA PREGHIERA

Esercizi Spirituali 2010

Istituto Maria Santissima Annunziata

Don Giacomo Alberione

**MEDITAZIONI
SULLA PREGHIERA**

Esercizi Spirituali 2010

Istituto Maria Santissima Annunziata

Esercizi Spirituali – Virtù – Preghiera

Che cosa sono, allora, gli Esercizi Spirituali? E perché sono necessari? E come ricavare frutto dagli Esercizi Spirituali?

Primo. Gli Esercizi Spirituali sono un raccoglimento più intenso con Dio, un fare astrazione e un isolarsi da quelle che sono le occupazioni ordinarie, la vita ordinaria, e l'apostolato stesso che, in questi giorni, non si ha da esercitare. Lasciare anche da parte i pensieri dell'ufficio e delle persone che si trattavano e con cui si conviveva.

Gli Esercizi sono in riassunto, un corso, ma gli *Esercizi vanno divisi in tre parti* e cioè: sono esercizi di *fede*, esercizi di *virtù*, esercizi di *pietà*.

Esercizi vuole dire atti, che poi divengono abitudine.

Esercizi di *fede*. Noi abbiamo da considerare abitualmente il *Credo*. Il *Credo* ci dà in riassunto le verità principali della nostra santa fede e cioè: creati da Dio, educati, istruiti sopra quello che dobbiamo fare su questa terra e poi ritornare a Dio. Come il Maestro Divino: «Sono uscito da Dio Padre e sono venuto nel mondo e poi torno a lasciare il mondo e ritornare al Padre». Così è il riassunto della vita.

Creati da Dio. Tutto ciò che abbiamo, possediamo, è di Dio. Tutto ci ha dato: l'esistenza, ha creato l'anima; la grazia del battesimo, quindi la vita spirituale, la vita di grazia; e poi l'educazione perché il Signore ha messo gli educatori; e poi la vocazione e poi i vari passi della vita religiosa. Tutto è di Dio. «Che cosa hai che non abbia ricevuto?». C'è forse un filo che sia nostro? Niente. Se Iddio mi richiamasse tutto quel che mi ha dato, che cosa rimarrebbe? Se ci richiamasse l'intelligenza diventeremmo tutti folli. Se ci richiamasse la salute e le forze fisiche, moriremmo. Che cosa rimarrebbe di noi? Oh, tutto è di Dio. E allora, il Signore ci ha fatti a caso? Il Signore ci ha fatti per la felicità, per il paradiso.

«Io credo in Dio Padre onnipotente creatore del cielo e della terra». Seguono gli altri articoli. L'ultimo: «credo la vita eterna», ecco, «la risurrezione della carne, la vita eterna».

Oh, tra la creazione e la vita eterna, ci sta la nostra vita terrena. Ecco: usciti dalle mani del Padre, venuti in questo mondo a fare qualche cosa, qualche missione che ci ha affidata, e poi di nuovo si lascia la vita presente, si ritorna a Dio. Entrati senza meriti, ma ornati poi nel battesimo dalla virtù del sangue di Gesù Cristo, per cui siamo stati fatti figli di Dio «e come figli eredi, eredi di Dio e coeredi di Gesù Cristo». E lasceremo questo mondo. Come ci troveremo al di là? Nel giudizio l'esito può essere: paradiso, subito; purgatorio, quindi con un ritardo al paradiso; o l'inferno, il posto dei dannati.

Come ci troveremo al di là? Ecco, sta a noi, la scelta. Se vogliamo il paradiso, scegliere il paradiso e tutto quello che ci assicura l'entrata al paradiso. Se vogliamo poi, appena spirati, entrare in paradiso, ecco facciamo la penitenza dei nostri peccati, togliamo le venialità, i difetti volontari, viviamo una vita fervorosa, una vita secondo le Costituzioni, secondo la vita religiosa. Quindi ecco la scelta. Noi, noi ci prepariamo quello che desideriamo, quello che vogliamo seriamente. Ma tutti desiderano così superficialmente di godere in eterno. Però vi sono le volontà buone, quelle han la pace, cioè la grazia, la santità: *pax hominibus bonae voluntatis* (pace agli uomini di buona volontà). E ci son le volontà che son piuttosto velleità, desideri, così, un po' vuoti, quelle volontà di cui santa Teresa diceva che è lastricato l'inferno [...].

Ecco, in questi giorni, pensieri predominanti di fede, questi: son creato, son nulla, ho solo da ringraziare il Signore. Devo uscire di nuovo da questo mondo, la sorte eterna dipende da me. La via giusta per arrivare al cielo è Gesù Cristo. E, credo in Gesù Cristo, tuo Figliuolo unico, Signor nostro, e [in] come ha vissuto e come ha patito e come sta con me nell'Eucarestia, e [credo] la Chiesa.

Mi lascio guidare dalla Chiesa? Credo la Chiesa cattolica, la

comunione dei santi? Sì. Come voglio passare questa vita? E allora tante volte protestare: “Voglio il paradiso, fatemi santa”. Quindi quella coroncina ripetuta molte volte, e quindi quei desideri di cielo. Sì. «Vi amo con tutto il cuore, sopra ogni cosa... Voi bene infinito, eterna felicità». Atti di fede in Dio creatore; atti di fede in Gesù, salvatore; atti di fede nel Maestro Divino; atti di fede nella Santissima Eucarestia; atti di fede nelle verità eterne: il giudizio, il paradiso, il purgatorio, l’inferno, la risurrezione della carne, il giudizio finale, l’eternità. Pensare, fissarsi nella mente questo, perché noi ci facciamo realmente buoni a misura che ricordiamo le verità eterne e i principi, in generale, i principi di fede.

Poi gli Esercizi devono essere esercizi di *virtù*. Virtù vuol dire propositi? Sì. Vuol dire confessarsi bene per detestare il male? Sì. Vuol dire osservanza del silenzio? Sì. Vuol dire osservanza degli orari? Sì. Vuol dire mortificazione di lingua, di fantasia? Sì. Vuol dire unirci, entrare nell’intimità con Dio, fare astrazione da quello che ci preoccupava e, quello che ci preoccupava, solo considerarlo in quanto noi dobbiamo migliorarlo.

Esercizi di *pietà*. Molta preghiera in questi giorni. Sì, la volontà si richiede, ma dev’essere unita a molta preghiera. La fede la dà solo il Signore, lo spirito di fede, è un dono di Dio. La grazia di farci santi è un dono di Dio. I lumi che riceviamo nella mente, gli affetti e le opere e i sentimenti di pietà, sono doni dello Spirito Santo. Allora, ecco, molta pietà. Esercitarci. Far le Visite bene perché si facciano meglio nel corso dell’anno; far la buona confessione perché nel corso dell’anno si facciano buone confessioni; far l’esame di coscienza per[ché] nel corso dell’anno si facciano sempre meglio gli esami di coscienza; assistere bene alla Messa perché nel corso dell’anno noi impariamo e vogliamo fare sempre meglio questo: assistenza alla Messa; così la comunione, così i rosari, così le giaculatorie, ecc. Esercizi di pietà. Tanti rosari. E dal rosario speriamo tanto, particolarmente in questo mese. Entrare nell’intimità con Gesù. Alle volte, nel corso dell’anno, un po’ certe

preoccupazioni, sembra che ritardino quella intimità, quella familiarità di colloquio con il Signore. Negli Esercizi è facilitata.

Secondo. Sono necessari o utili gli Esercizi Spirituali? Sì, perché anche se fossimo santi, *qui sanctus est santificetur adhuc*: chi è già santo, si santifichi di più. E non c'è da crescere? E il fondamentale dovere della vita religiosa non è questo, di migliorare? «Se vuoi esser perfetto». E non esigiamo, alle volte, più perfezione dagli altri di quanta ne abbiamo noi e di quanto noi ne diamo il buon esempio? Sì, ecco, sono utili gli Esercizi anche ai santi. E la misura del desiderio, della volontà, dell'impegno con cui si hanno a fare gli Esercizi, indica già quanto si è santi e quanto, forse, si è meno santi, perché i santi attendevano col desiderio vivo quel tempo per entrare in intimità con Dio.

Gli Esercizi Spirituali sono poi necessari per le anime tiepide. Non è tempo di scuotersi? Non è tempo di rompere certi fili che tengono legato lo spirito, legata l'anima che non vola, non può volare? E' come un uccello il quale non ha grandi impedimenti, ha le sue ali, la sua salute, le sue forze, ma c'è un filo piccolo che tiene legata la zampetta per cui, anche se tenta di volare, ecco, deve cadere. Ci sono, forse, degli impedimenti che dobbiamo finalmente togliere? Delle piccole cose e dei piccoli fili che dobbiam finalmente rompere? Quando non sei né calda né fredda, cosa dice il Signore? Forse sarebbe meglio che fossi fredda perché allora, forse, a un certo momento il rimorso ti prenderebbe e scuotere[sti] quella freddezza e tiepidezza che ti accompagna. Gli Esercizi poi sono assolutamente necessari per un'anima che camminasse un po' – il Signore ci liberi da questo – camminasse un po' tra confessioni e peccati e peccati e poi confessioni e viceversa. Una vita così. Oh, finalmente risorgere e adoperare i mezzi e anche se i mezzi costano sacrificio: se il tuo occhio ti scandalizza, strappalo; se è il tuo piede che ti scandalizza, taglialo via e se è la tua mano che ti scandalizza, buttala via perché è meglio che entri in paradiso con un occhio solo, con un piede solo, con una mano sola che cadere nell'inferno.

Noi siamo religiosi. Se mettiamo da una parte le innumerevoli

grazie che riceviamo e dall'altra parte la corrispondenza nostra, non sentiamo il bisogno di incominciare una vita più fervorosa? Di migliorare la nostra vita quotidiana? Di essere più osservanti? Quelle Costituzioni che cosa ci stanno a fare?

Terzo. Come fare gli Esercizi. Già detto, la prima condizione, di aver *buona volontà*, perché se non si ha buona volontà questi giorni passeranno come gli altri e quindi con scarso frutto. [...]

Altri mezzi, anzi il mezzo che è utile adesso ricordare è subito questo: *entrare nel cuore degli Esercizi*, non aspettare all'indomani, non pensare che forse un giorno ci sarà una predica, ci sarà una lettura, ci sarà qualche ispirazione, ecc.: *Nunc coepi*, comincio adesso. Allora per metterci subito nel cuore degli Esercizi cominciare *stasera l'esame di coscienza* il quale ci serve per metterci davanti l'andamento della nostra coscienza. E l'esame fatto sopra i punti generali, in primo luogo: sono tiepido o caldo? Amo la vita religiosa o la sopporto soltanto? Ho qualche attaccamento all'ufficio, al posto, alla casa, oppure mi sento libera, pronta al volere santo di Dio? Gesù diceva: Io ho un cibo di cui mi nutro. E gli Apostoli non capivano. Allora si spiegò perché essi pensavano che qualche altra persona gli avesse portato nascostamente il pane. Gesù si spiegò: «Il mio pane è far la volontà di Dio». Il pane quotidiano nostro è la volontà di Dio? Che cosa è che ci dirige, che guida lo spirito? Quali sono i pensieri che dominano nella giornata? La mia pietà dev'essere più ispirata alla penitenza, ispirata all'umiltà o ispirata all'amore o ispirata alla fede, ispirata all'osservanza religiosa? Come è la mia pietà? Attualmente, se dovessi morire, che cosa vorrei aver fatto? E spero, forse, io che [ri]mandando certe cose, supponiamo una buona confessione, spero forse di avere più tempo, più comodità, più disposizioni in morte? Il tempo delle migliori disposizioni, se si accoglie bene, è il tempo degli Esercizi.

Prima l'esame generale sullo *stato* dell'anima: ma mi santifico o son sempre uguale? L'annata è passata, in generale, meglio? Ho

progredito un poco? Ecco. E se, sì, ringraziamento al Signore e amare sempre di più il Signore che ci ha amato. E se non fosse così?

Poi l'esame, sulle *cause*. Perché vado bene? Quali sono i mezzi che adopero? Se vado bene li confermo. E se non vado bene, quali sono i motivi? Ecco, allora metto rimedio, sì.

Quando veramente un'anima è fervorosa viene già agli Esercizi con un punto su cui vorrà fermarsi per i propositi, quello che intende di ricavare dagli Esercizi. Non viene ciecamente, ma si è preparata, ha già avuto lumi di Dio, ha già fatto qualche esame di coscienza, ecco. Non sperare tanto nel predicatore quanto sperare dalla nostra considerazione, dalle riflessi[oni], perché in generale se la predica dura mezz'ora, ci vuole mezz'ora di riflessione, poiché gli Esercizi si possono fare anche senza il predicatore, ma non senza le riflessioni e senza la preghiera. Si possono fare anche senza libro, ma non senza riflessi[oni] e senza la preghiera. La preghiera e le riflessioni sono assolutamente necessarie. Quindi andare alle cause per studiare quali sono i rimedi. E non dire: "Quando tornerò farò meglio"; così. Far meglio quest'oggi, in questo momento. Non [ri]mandare : "Farò". "Faccio". Sempre. Quindi arrivare alle cause.

Poi non fermarci solo sopra i doveri religiosi: povertà, castità e obbedienza. Necessari. Ma esaminarsi anche sui doveri della legge naturale: l'osservanza dei voti; l'obbedienza alle legittime autorità; il rispetto alle persone; il parlare in bene di tutti o scusare; l'usare bontà, l'esser fedeli alle promesse, il mantenere i contratti fatti, rispetto alla roba e a ciò che non ci appartiene, l'amore alla verità, ecc. E poi l'interno, dei pensieri e dei desideri e, in sostanza, non soltanto quello che riguarda la vita religiosa, ma ancora quello che riguarda, e in primo luogo, i comandamenti.

Si aggiunge però, ancora, essendo qui, in generale, le Madri, oltre a quello che si ha da compiere e da osservare come persone, come individui, considerare e riflettere come si adempie l'ufficio affidato. La Madre dev'essere una madre che illumina e che con-

forta e che prega e che dà buon esempio e che è osservante, ecc. Esaminare, quindi, anche *l'ufficio*. In questa maniera c'è tutto da sperare che alla fine vi troviate contente, soddisfatte.

Allora ci saran *tre cose* da fare per la chiusa degli Esercizi: rinnovare i voti battesimali, *primo* atto; rinnovare la professione religiosa, *secondo* atto; e *terzo*, esporre a Gesù i propositi nuovi domandandone la benedizione.

Quindi il *Te Deum* di ringraziamento. E poi riprendere la vita ordinaria.

Gli Esercizi sono una tappa per la vita spirituale. E dopo incomincia un altro cammino. E, se vorrà il Signore, un'altra tappa dopo un anno circa. Allora esaminare: che cammino ho fatto? In che cosa ho progredito?

Sia lodato Gesù Cristo.

Alle Pie Discepole del Divin Maestro 1961, pp. 245-253

La preghiera per l'anima apostolica

[...] I gradi di perfezione e i gradi di preghiera si accompagnano sempre, perché quanto è buona la preghiera altrettanto è buona la vita; questi gradi sono nove. L'ultimo è [il] «vive in me Cristo» (Gal 1,20); Egli abita nel mio cuore che è come un tabernacolo e di lì dirige i miei pensieri, i miei sentimenti, la mia volontà, la mia azione.

Quando si sente Gesù, ecco l'effetto. Immaginarvi come sopra una macchina. Allorché Gesù abita nel cuore e vive in noi, Egli diviene il nostro autista, cioè è Lui che guida. Uno può starsene tranquillo sulla macchina e intanto l'autista prende la direzione, parte, rallenta il cammino, accelera, volta a destra, volta a sinistra. Gesù quando coabita nella nostra anima, nel nostro cuore, diviene l'autista; cioè vive ancora ognuno di noi, ma in realtà vive Gesù Cristo. L'uomo vive per l'anima; ma quando vi è la grazia di Dio, vi è Gesù Cristo in noi, allora Gesù guida corpo ed anima, guida tutto l'essere.

Ricevere sempre bene Gesù, portarlo con amore nel cuore, ascoltarlo nelle ispirazioni, nei suggerimenti, dirgli qualche buona parola, ristabilire ogni tanto l'amicizia con Lui quando ci sono state delle imperfezioni; ogni tanto domandare a noi stessi: «Anima mia, come stai? Come ti senti adesso? Quel che hai fatto va bene? Cosa desidera Gesù da te?». Sono semplici domande che permettono un esame di coscienza, che comprende un po' tutto senza discendere tanto nei particolari. Conservare questa intimità con Gesù, rinsaldarla e tornare a sentirla nel corso della giornata.

Ora, che cosa dovrei dirvi in questa piccola esortazione? Pregate, e vi salverete. Chi prega si salva, chi prega bene, chi prega abbondantemente, si fa santo. Ecco tutto: chi prega bene e abbondantemente si fa santo, e chi almeno prega sufficientemente si salva. La preghiera è una grande forza; noi siamo deboli in tutto.

Facendo l'esame di coscienza in questi giorni, avete anche ricordato delle buone cose fatte nel corso dell'anno; ma certamente avete anche trovato delle deficienze, delle mancanze, nel corso dell'anno. Le debolezze: è mancata la forza in quei tempi, quando ci sono state delle mancanze. Occorre la preghiera.

Se tu lasci un po' la preghiera, il tuo spirito si rallenta, gli scoraggiamenti possono sopravvenire, l'ambiente esterno può fare una certa impressione; così pure i cattivi esempi che si vedono, le passioni che non tacciono mai, per quanto si abbia buona volontà; e poi c'è il nemico comune, il demonio. Allora come si vince il mondo? E voi volete separarvi dal mondo per essere totalmente di Gesù. Che grande grazia consacrarsi a Gesù, consacrare tutta la vita! Si entra un po' nell'anticamera del Paradiso, perché quando si dà via tutto e si consegna il nostro essere a Gesù, allora si ricevono più grazie sulla terra e poi il Paradiso eterno, nell'altra vita. Che grande grazia la consacrazione! Ora per vincere il mondo, occorre separarsi da esso. Non separarvi perché non volete vedere nessuno; ma separarvi dallo spirito del mondo, lasciare il mondo quando il mondo prende una strada storta e voi volete stare sulla strada diritta. Quindi la separazione dal mondo avviene quando il mondo va verso il male; altrimenti voi, pur non essendo del mondo, dello spirito del mondo, siete però nel mondo. Gesù diceva dei suoi Apostoli al Padre celeste: «Questi non sono del mondo, ma anch'io non sono del mondo; però non ti prego, o Padre, che tu li tolga dal mondo» (Gv 17, 14-15). Perché? Perché devono fare del bene nel mondo. Così voi siete separate dal mondo quando fa il male, ed entrate in mezzo al mondo per portare del bene. Ecco tutto! Non portare lo spirito mondano, ma lo spirito di Dio; portare l'istruzione cristiana, il catechismo, dare buon esempio, portare la stampa buona, portare quell'insegnamento e quello spirito di preghiera che aiuta il mondo. Per vincere il mondo e separarsi dal mondo ci vuole la preghiera. Se vi guardate attorno, nella vostra parrocchia, nel vostro paese, quelle compagne con cui

avete frequentato la scuola, sono ancor tutte di Dio? Camminano sulla strada buona, sulla strada diritta per il Paradiso? Qualche volta si constata che una ha deviato a destra e l'altra ha deviato a sinistra. Voi non le avete seguite, avete vinto il mondo, lo spirito del mondo. Con che cosa? Per che cosa?

Perché avete pregato di più; se continuate a pregare, lo spirito del mondo non entrerà in voi, anzi il cuore vi si riempirà sempre più di zelo, di voglia di aiutare le anime. Già avete lo spirito di apostolato, ma ad una certa età si può anche allargare lo spirito di apostolato. Quando non si può fare altro, l'apostolato della preghiera si può fare sempre; così pure l'apostolato del buon esempio, l'apostolato delle buone parole, delle sante parole. L'apostolato della sofferenza tutti possono farlo, perché tutti hanno da soffrire, e offerto in unione con Gesù Cristo che si immola sugli altari, ha grande valore.

Poi c'è un apostolato che ordinariamente non si nomina neppure ed è l'apostolato della vita interiore. Credo che questa realtà vi abbia fatto buona impressione in questi giorni. C'è un apostolato interiore! Chi è santo diffonde il buono spirito; non lo si vede, però l'effetto c'è, perché noi siamo un corpo, il corpo mistico di Gesù Cristo, che è la Chiesa. Quando un membro è sano, per esempio, uno ha buoni polmoni, ha un cuore robusto, il cuore e i polmoni influiscono sul resto. Così nella Chiesa di Dio: quando c'è un'anima che è tutta di Dio, che vive per Dio, che lo ama veramente, ha influenza su tutti. Senza avvedersene, è come il profumo dei fiori che si espande in un ambiente. Entrate in una Chiesa dove ci sono dei gigli, ecco questa chiesa è profumata di gigli. Quando c'è la castità, quando c'è lo spirito di povertà, quando c'è l'amore a Gesù, quando c'è la buona volontà di seguire Gesù, le virtù si diffondono senza che ve ne accorgiate e questo spirito interiore ottiene grazie al mondo. Voi non saprete dove va a finire quella mortificazione che avete fatto; ma può andare in Cina a portare un po' di incoraggiamento a quella gente,

ai cristiani perseguitati. Può andare in India quella buona opera che avete fatto in famiglia, lo sforzo di essere cioè sempre servizievoli secondo le necessità. Quel servizio fatto in casa, in umiltà, per amore di Dio, può portare grazia in India, in Australia.

Noi non lo sappiamo adesso, ma il giorno del giudizio vedrete dove è andato a finire tutto il bene fatto e tutto sarà premiato. Vincerete il mondo con la preghiera e vincerete la carne, poiché voi volete essere ormai totalmente di Gesù. Non bisogna pensare che chi si consacra al Signore non abbia più tentazioni. A volte vengono ancora più violente, a volte meno. Può essere la tentazione della pigrizia, della lussuria o della golosità. Vincere la carne, vincere la pigrizia, vincere la sensualità, vincere la golosità. Ma chi vi dà la forza? La preghiera vi aiuta a vincere queste tentazioni. Inoltre [a] vincere satana. Satana è astuto, è furbo, ne sa più di noi, perché Lucifero era un angelo, quantunque ribelle. Ha ingannato Eva e vuole ingannare ognuno di noi; ingannare come ha ingannato la prima donna; così inganna adesso noi, cerca di ingannare tutti, uomini e donne. La preghiera vi salva, vi salva dal male, vi santifica e specialmente vi dona un aumento di fede.

Tener presente bene che cos'è la vita: partiti da Dio creatore, venuti sulla terra, tra poco ne usciremo. «*Relinquo mundum*», lascio il mondo e ritorno al Padre, diceva Gesù, ormai alla fine della sua missione (Gv 16,28). Santificazione! Perché il Signore ci dà i giorni, ci dà gli anni? Molte di voi, le più, sono già state agli esercizi per entrare negli Istituti Secolari: questo significa volontà di farsi sante. Il mezzo è la preghiera. «Il gran mezzo della preghiera» è un libro d'oro scritto da sant'Alfonso de' Liguori. Sant'Alfonso ha scritto dei libri così belli, che bastano per mettere le anime sulla via diritta: «*L'apparecchio alla morte*», «*La pratica d'amare Gesù Cristo*», «*Il gran mezzo della preghiera*», «*La vera sposa di Gesù Cristo*», eccetera, sono i santi libri messi accanto ai libri di san Francesco di Sales per spronare alla santità. Vedete, quando eravamo piccoli, adesso son vecchio,

domandavamo al nostro direttore spirituale, che era uno molto esperto di educazione e formazione della gioventù, quali libri di meditazione e di lettura spirituale dovevamo leggere.

Ci veniva risposto di stare attenti, di guardare sempre che fossero in primo luogo i libri che avessero per autore sant'Alfonso, san Francesco di Sales. Ora c'è una caterva di libri. Questo non vuol sempre dire che diano il genuino cristianesimo e le verità di Gesù Cristo, e cioè: «Chi vuole venire dietro di me rinneghi se stesso, prenda la sua croce e mi segua» (Mt 16,24).

La preghiera poi è necessaria perché il vostro apostolato abbia buon risultato. Che cosa otterrà la preghiera? Voi siete come le mamme spirituali di tante anime. Le mamme devono mangiare per due quando hanno il bambino da allattare: mangiare per sé e mangiare per avere il latte sufficiente per la vita del bambino. Se volete fare l'apostolato, oltre che pregare nel modo comune e con la quantità comune di preghiera, aggiungerne un po' di più per dare il latte della fede, il latte dello spirito, alle anime. Quando si prega, l'apostolato ha più effetto. Alle volte si lavora molto e si ottiene uno scarso frutto. Cosa c'è? C'è tanta azione, magari a detrimento dell'orazione. Attenti a questo punto! L'anima di ogni apostolato è la preghiera. C'è quel bel libro: «*L'anima dell'apostolato*», che spiega come l'anima dell'apostolato sia la vita interiore, la vita di orazione. Alle volte ci si affatica molto e poi che cosa si raccoglie? Ben poco. Qualche volta dipende esclusivamente da quelli che non accettano e non fanno frutto del nostro apostolato; ma qualche volta può essere che noi stessi siamo un po' responsabili, perché non abbiamo pregato abbastanza e abbastanza bene. Per l'apostolato, la preghiera in primo luogo; sempre la preghiera!

Non confinare la preghiera all'ultimo posto, quando si è stanchi; ma farla come la cosa più importante, quindi in principio della giornata, e poi, quando è possibile, anche in principio del pomeriggio, cioè dopo che si è fatto il pranzo e si è alquanto

riposato. Cominciare la seconda parte della giornata con l'orazione. Alcune possono fare la visita, altre non potranno farla a quell'ora; ma avendo in animo di farla appena si ha il tempo libero, si riceve ugualmente la grazia dal Signore che premia la buona volontà.

La preghiera per l'apostolato illumina l'apostolo per sapere cosa dire e come dire. Inoltre muove l'apostolo e gli infonde zelo, industrie sante per l'apostolato. In terzo luogo l'apostolo si mostrerà generoso anche quando raccoglie soltanto derisioni e ingratitudine, e ricomincerà continuamente, nonostante ci siano state delusioni. Avete visto qualche volta qualche formica che vuole salire su un mobile che è liscio? Sale un po' e poi casca, ma non ci rinuncia e tenta di nuovo; così quando c'è la preghiera si è costanti nonostante le delusioni. Certe volte al vedere che l'apostolato non ha frutto, ci piange il cuore, ci sentiamo il cuore stretto, viene la voglia di pensare che, tanto, non si ottiene nulla, che non c'è niente da fare. C'è tutto da fare invece, perché non si è fatto niente. Non c'è niente da fare? Ma c'è sempre da fare, perché ci sono cinque apostolati che sono i più fruttuosi e si possono sempre fare: vita interiore, apostolato della preghiera, apostolato della sofferenza, apostolato della buona parola, apostolato dell'esempio. La sofferenza e la preghiera ci sono sempre. Mai smettere, sempre ricominciare; e se anche dovessimo ricominciare fino alla fine della vita, la costanza è tenuta dal Signore in conto e il premio l'avremo. Come chi volesse pregare e, tormentato dalle distrazioni, cercasse sempre di rimettersi a posto combattendo fino alla fine della Messa, o fino alla fine dell'Adorazione, questi ha pregato e il Signore lo esaudirà ugualmente. Certo è che da parte nostra ci vuole la buona volontà. Quindi preghiera per l'apostolato.

Ora avete sentito le pratiche che sono scritte nello Statuto; leggere bene quanto è scritto, e poi ricevere bene quegli avvisi che potranno essere dati allorché si manda al centro la relazione

mensile. Soprattutto tre pratiche di pietà: meditazione, esame di coscienza e visita. Direte che non c'è la Messa, che è più importante. Sì, la Messa è più importante; ma quando uno fa bene l'esame di coscienza, la meditazione, la visita, le altre pratiche di pietà si faranno altrettanto bene, verranno da sé.

Bisogna ancora dire come pregare. Pregare sempre, tutta la vita! Non settimane fervorose, perché ci sono stati gli esercizi e poi settimane un po' tiepide, perché si è lontano dagli esercizi. Non fervore soltanto alla Comunione, ma un fervore che duri nella giornata; non fervore che duri solamente quando una va a confessarsi e per due o tre giorni solo ha buona volontà; ma quella buona volontà tirarla avanti fino alla confessione seguente. Costanza, questa è la grande condizione della preghiera; pregare per poter pregare, pregare per essere perseveranti nel pregare.

Poi, umiltà nella preghiera; e poi ancora lo spirito di fede. Negli esercizi si possono scegliere tanti propositi, tanti pensieri; ma il gran mezzo della preghiera non lo si può trascurare, deve essere sempre a capo degli altri mezzi, degli altri propositi. Pregare costantemente per la santificazione e per l'apostolato. Il Signore vi benedica tanto! Questo buon desiderio, questo proposito della preghiera, l'avete fatto tutte certamente. Andiamo avanti; Gesù è con noi! Anche se certe volte non lo sentiamo tanto vicino, Lui c'è, ci accompagna. Se in qualche momento ci sembra che le cose siano troppo dure e che il Signore si sia dimenticato di noi, allora il Signore è lì con noi, vede, e se si nasconde un momento, noi siamo ugualmente costanti: se per un momento non si fa sentire, la sua grazia c'è sempre. Allora si raccolgono i maggiori frutti. Chi prega si salva, chi non prega si dannava, chi prega molto si fa santo.

Valore della preghiera

[...] Vi sono tre specie di preghiera. La preghiera mentale, «*Elevatio mentis in Deum*», (l'elevazione della mente a Dio) che si può fare ovunque. Vedendo un bell'orizzonte, davanti all'altezza dei monti imponenti, davanti al mare sconfinato, la mente va alla grandezza e immensità di Dio. Preghiera mentale quindi, particolarmente la meditazione. C'è poi la preghiera vocale, quella che avete fatto adesso recitando le orazioni, cantando gli inni di lode al Signore, alla Vergine Santissima. C'è inoltre la preghiera vitale quando noi operiamo bene, e cioè quando facciamo cose buone, in stato di grazia, con retta intenzione e con un'intenzione di ottenere qualche grazia particolare sia per noi, sia per il prossimo. Quindi preghiera mentale, preghiera orale, preghiera vitale.

La preghiera ha poi tre valori. Abbiamo considerato il valore meritorio che è sempre di chi prega e serve appunto per il premio eterno; il valore impetratorio per impetrare, domandare le grazie; e il valore soddisfattorio per soddisfare e riparare i peccati sia nostri che altrui, sia di persone viventi che di persone defunte. Adesso dobbiamo considerare [...] Vale pregare? Perché? Perché il Signore ce lo comanda, quindi eseguiamo un comando di Dio. Chi non prega mai, trasgredisce tale comando, pecca e porta con sé le conseguenze, poiché chi prega si salva, chi prega molto si fa santo e chi non prega si perde. Abbiamo soprattutto da pensare all'eternità, alla nostra anima.

Il Signore poi quando sa nella sua sapienza che una cosa è proprio necessaria a noi, ce la comanda ripetutamente. Quando a un papà o a una mamma sta a cuore che la propria figlia faccia questo o quello, essi lo dicono, lo ripetono, lo richiamano tante volte. Ora nella Scrittura si parla oltre cinquecento volte della preghiera. Ma quando il Padre Celeste ci ripete per circa cinquecento volte di pregare e di pregare bene, di non tralasciare mai

la preghiera perché chi prega viene ascoltato, quando il Signore ce lo dice cinquecento volte, dobbiamo essere così duri di orecchie, così insensibili? Si tratterà di una cosa di consiglio o di una cosa di precetto? La Scrittura non dice la quantità delle preghiere da farsi, ma dice in sostanza di pregare quanto ci è necessario. Se [abbiamo] ancora quel difetto, se cadiamo ancora in quel peccato, se ci troviamo così in difficoltà a praticare questa virtù o quell'altra, se non arriviamo cioè a fare quello che il Signore vuole da noi, è segno che ci manca ancora un po' di preghiera. Diciamo spesso di aver pregato, ma vi sono cose che bisogna non solo chiedere sempre, ma bisogna in certi tempi aumentare la preghiera; e per certe grazie, per vincerci su certi punti, quando abbiamo da prendere decisioni importanti, è necessaria maggior preghiera. A Torino vi è la casa del Cottolengo, di san Benedetto Giuseppe Cottolengo. Vi sono migliaia e migliaia di ricoverati infermi, vecchi e bambini. La preghiera che si dice sempre là è: «Fateci santi». Al mattino 50 volte, al mezzodì 50 volte, alla sera 50 volte. Intanto ho letto nella storia di quella casa, con tante migliaia di persone ricoverate di ogni sorta, spesso i più miserabili moralmente, e anche ebrei, protestanti (perché la carità non fa distinzioni anzi, si preferiscono specialmente i più abbandonati) che nessuno è morto senza sacramenti. Sono passati già milioni di persone in quella casa e di lì sono andati all'eternità beata, nonostante che prima fossero così ostinati. Non solo i non praticanti, ma anche gli increduli, si sono riconciliati con Dio prima di passare all'eternità. Sempre si deve insistere.

Vi sono persone che dicono che quella grazia sarebbe troppo grande per loro e non la chiedono neppure, ma sbagliano. Non hanno l'audacia, la temerarietà di chiedere la santità perché si sentono cattivi, distanti dalla santità. È un errore, bisogna chiedere sempre grazie grandi, ma è necessaria la fede; chiedere quello che desideriamo e se proprio non viene concessa a noi quella grazia in particolare, ne verrà concessa un'altra che, come ho detto ieri,

equivale o supera la prima. Il Signore ci ascolta più di quanto noi chiediamo, egli supera le nostre stesse richieste. Gesù ha detto: «Qualunque cosa chiederete al Padre mio ve la darà» (Mt 21,22). Lo ha ripetuto, “qualunque cosa”, cioè tutto; o ci dà quella grazia o ci dà una grazia maggiore o equivalente.

Qualunque cosa? E allora anche le grazie temporali? Sì, anche le grazie temporali possiamo chiedere, perché se non sono utili per la nostra salvezza il Signore ci esaudisce cambiandole con grazie spirituali. Quando Gesù ha detto quelle parole, le persone che ascoltavano erano gli Apostoli; ma insieme c'erano i farisei, gente che teneva anche vita cattiva, pagani. Eppure ha rivolto a tutti le stesse parole. Non portiamo la scusa di non essere santi e che il Signore ascolta solo le anime belle. Gesù non ha fatto una distinzione giansenista. Qualunque cosa e chiunque chiede senza distinzione, otterrà. Perciò non ci fermiamo i peccati, non ci fermi la nostra indegnità; fidiamoci della bontà di Dio, il quale è infinitamente misericordioso. Lo crediamo così piccolo il Signore? Che non possa ascoltarci, non possa farci quella grazia che desideriamo? Ci viene da ricordare quello che è scritto nel salmo: «Credi tu che il Signore non veda, Lui che ha creato l'occhio? Credi tu che il Signore non senta, Lui che ha creato l'orecchio?». Certuni credono di non essere visti da nessuno perché sono soli e credono di poter fare quello che vogliono. Ma non c'è un Dio che sente e non c'è un occhio che tutto vede? Sempre dobbiamo fidarci di Dio il quale ha un gran cuore. Se tuo padre e tua madre ti vogliono bene e se possono darti qualche cosa che desideri e chiedi, loro non te la daranno?

Ha detto Gesù: «Se a voi padri un figlio chiede un pane, gli darete una pietra? Se vi chiede un pesce gli darete una serpe?». E conclude: «Se voi che pur non siete buoni, sapete dare cose buone ai figli, quanto più il Padre celeste ne darà a voi» (Mt 7,9-11). Bisogna però fare una distinzione: è un po' diverso pregare per noi o pregare per gli altri. Il Signore ci esaudisce sempre o con

quella grazia che chiediamo o con un'altra. Ma se chiediamo, per esempio, la conversione di un peccatore, non è così sicuro che si ottenga la conversione, perché il Signore dà la grazia, ma l'altro potrebbe ostinarsi a rifiutarla. Invece se chiediamo per noi la conversione, la santità, a noi la concede. Chiedere quindi per tutti. Allora le preghiere fatte per gli altri cadono per terra come un'acqua che viene sprecata? No, non cade nulla per terra, ma sempre il Signore dà un esaudimento, quello che egli nella sua sapienza, nel suo amore, giudica meglio per quell'anima lì o per quell'altra anima, per quell'anima o per te. Bisogna che però [...] portiamo tre condizioni nella preghiera.

Prima condizione è la fede, cioè credere, perché Gesù ha detto che qualunque cosa domandiamo, se crediamo, ci sarà data. «Se uno prega e dicesse a un monte: sollevati e gettati in mare, e non esiterà in cuor suo, ma crederà che quanto dice avvenga gli avverrà» (Mc 11,23). Gesù quando faceva i miracoli prima domandava: Hai fede? Credi che io possa fare questo? Così risvegliava la fede e colui che chiedeva rispondeva: «Sì Signore, credo». È la fede che salva, è la fede che fa i miracoli. Il miracolo può farlo anche uno che non sia santo, ma se c'è la fede, avviene. Bisogna che portiamo in noi sempre questa fede. C'è quel bellissimo libro tradotto in italiano dallo spagnolo, dove si mette bene in mostra quello che la Scrittura dice riguardo ad Abramo. Abramo era ormai vecchio e aveva un solo figlio. Il Signore gli aveva detto che nel suo seme, cioè nella sua discendenza ci sarebbero state persone più numerose delle stelle del cielo. Egli aveva invece solo un figlio. Un giorno il Signore gli chiede una prova molto dura. Aveva solo un figlio e lui era vecchio; il Signore gli aveva promesso che la sua discendenza sarebbe stata più numerosa delle stelle del cielo. Tuttavia gli chiede di portare questo figlio sul monte e di sacrificarlo a Lui. Sembravano in contraddizione le parole del Signore: da una parte la promessa di una figliolanza così numerosa e invece dall'altra parte c'era solo questo figlio

senza la speranza di altri. A noi non sarebbe venuto il dubbio? Il Signore si contraddice forse? Ma Abramo obbedì, persuaso che il Signore avrebbe mantenuto la promessa di donargli una discendenza più numerosa delle stelle. In quei giorni il suo spirito fu profondamente tormentato, ma intanto obbediente preparò il figlio a partire, preparò l'asino a portare la legna, si armò di coltello e salì sul monte indicato da Dio. Là mise le pietre e sopra di esse la legna; poi vi legò il suo unico figlio e alzò il coltello per immolarlo; ma il Signore fermò la sua mano. E Abramo ebbe discendenza più numerosa che le stelle del cielo. Ma ci vuol fede; alle volte per praticare la fede bisogna sudare, non è una parola vuota. Qualche volta fa venire le lacrime, ci troviamo in circostanze che sembrano insolubili e molte preghiere non sono esaudite perché manca la fede. Occorre ostinarsi a credere alla bontà e alla potenza di Dio, sì.

La seconda condizione è l'umiltà nel pregare. «Due uomini salirono al Tempio per pregare; uno era fariseo e l'altro pubblicano. Il fariseo, ritto in piedi, così pregava dentro di sé: O Dio, ti ringrazio, perché non sono come tutti gli altri uomini, rapaci, ingiusti, adulteri, e neppure come questo pubblicano. Digiuno due volte la settimana e pago le decime di tutte quante le mie rendite» (Lc 18,10-13). Una preghiera più orgogliosa di così non ci può essere. Vi sono persone che quando si confessano vogliono mostrare più le virtù e i doni che non i bisogni e l'accusa delle proprie debolezze. «Il pubblicano invece se ne stava distante e non ardiva neppure di alzare gli occhi al cielo; ma si percuoteva il petto, dicendo: O Dio, sii propizio verso di me che sono un peccatore» (Lc 18,13). Il fariseo ritornò a casa più peccatore di prima e pieno di orgoglio, mentre il pubblicano ritornò a casa giustificato, cioè santificato. Aveva ottenuto il perdono, la sua domanda era stata esaudita.

Allora bisogna che noi ci umiliamo. La preghiera dell'umile parte dal cuore, s'eleva fino al tribunale di Dio, fino al seggio

della SS. Trinità, e ne discende benedetta e ascoltata. Invece il superbo sarà umiliato e privato dei doni di Dio. Quanti perdono le grazie a causa dell'orgoglio che hanno in sé! E siccome ostentano una certa pietà, credono di poter disprezzare tutti gli altri. Si ritengono diversi dagli altri, superiori, perché fanno un'opera buona o una preghiera. Di superbi ce ne sono assai più di quanto si creda. Invece l'umile riconosce di essere indegno della grazia di Dio, di non meritarsela, di non saper quasi neppure come chiedere, come pregare. Espone serenamente i suoi bisogni al Signore e chiede di aver pietà di lui: «Signore, non son degno che voi entriate nella mia casa, ma dite soltanto una parola e l'anima mia sarà salva»; allora il Signore piega il suo capo, ci guarda con amore e ci esaudisce. «Se non diventate come i fanciulli – diceva Gesù agli Apostoli – non entrerete nel regno dei cieli» (Mt 18,3), cioè non riceverete le grazie. Gesù stava allora correggendo gli Apostoli perché si erano un po' inorgogliati. Umiliarsi ricordando le nostre mancanze, umiliarsi ricordando le nostre debolezze, e ricordando che senza il Signore noi non possiamo fare niente. Ricorrere al Signore sapendo che non abbiamo nessuna possibilità, nessuna virtù senza l'aiuto di Dio. I bimbi che pregano con fede e con umiltà, quante volte sono esauditi! E qualche volta quando vi è un pericolo grave in una famiglia, una disgrazia, perché c'è un temporale, perché c'è il papà ammalato, le mamme che hanno un po' di fede fanno pregare i bambini. La Scrittura dice, in un punto, che la preghiera fu ascoltata perché tra coloro che pregavano c'erano di quelli che non sapevano distinguere la destra dalla sinistra, cioè c'erano bambini, che sono umili. A uno che chiede l'elemosina con tono superbo è difficile disporsi a farla. Se uno chiedesse del denaro non per necessità e con la forza, non ci verrebbe la disposizione propizia per ascoltarlo.

La terza condizione è la perseveranza nella preghiera. Nel Vangelo ci è indicata. «Se uno di voi ha un amico che, a mezzanotte, va da lui e gli dice: “Amico, prestami tre pani, perché mi è arrivato

un amico da un viaggio e non ho cosa offrirgli da mangiare”; e se l’altro di dentro, gli risponda dicendo: “Non mi dar noia, la porta è già chiusa, i ragazzi sono a letto con me e non posso alzarmi a darteli”, io vi assicuro che se anche non si volesse alzare a darglieli perché amico, almeno per la sua importunità, si alzerà e gliene darà quanti ne ha bisogno» (Lc 11,5-8). Così insistete presso il Signore, insistete e domandate “*usque ad importunitatem*”, fino all’importunità. Se vogliamo una grazia, cerchiamo di metterci fede e ostiniamoci a domandare umilmente. Quante volte il Signore tarda a esaudirci perché vuole esercitarci nella fede e nell’umiltà! Ma chi chiede sempre e tutti i giorni, ottiene; e se si chiede oggi si hanno le grazie per oggi, e se si chiede domani si hanno le grazie per domani; e quando ci troveremo nella difficoltà maggiore, se avremo sempre pregato, vinceremo la difficoltà, saremo esauditi. Leggiamo ancora nella Scrittura che vi era una vedova, alla quale avevano fatto dei grandi torti. Andò dal giudice affinché le facesse valere le sue ragioni per avere quanto le aspettava; ma il giudice non le dava ascolto e la rimandava sempre a mani vuote. Ma quella continuava a tornare, a insistere. Quel giudice finalmente concluse così: io non ho rispetto né per Dio né per gli uomini; mi prega per Dio e io non ho rispetto per Dio; mi prega perché ha tanto bisogno, ma io non rispetto neanche gli uomini. Tuttavia per togliermi questa seccatura bisogna che l’accontenti. La esaudì, le diede quello che chiedeva e le fece giustizia. Voi continuate dunque a pregare perché a chi bussa sarà aperto, a chi domanda sarà dato; e chi chiede ottiene.

Sempre pregare; il lavoro principale è questo, il lavoro interiore, il lavoro che riguarda la pietà. Al Cottolengo, come vi ho detto, non ci sono risorse, anzi prendono gli ammalati che sono abbandonati, che non hanno nessun aiuto. Quando viveva il Cottolengo, se arrivava a lui qualche raccomandazione da qualche signore per qualcuno ridotto in uno stato pietoso, rispondeva: «E allora, voi che siete un signore, dategli ciò di cui ha bisogno». E

se l'altro era disposto a pagare una quota il Cottolengo rispondeva che lì non si pagavano quote perché c'era la provvidenza. La preghiera è la più importante occupazione della casa del Cottolengo, è il più importante lavoro che si fa in quella casa. I più sono a letto, altri sono alzati, ma in condizioni di non poter fare alcun lavoro; però il più importante lavoro, la più importante occupazione di quella casa è la preghiera. Il Signore è intervenuto con innumerevoli miracoli. Abbiamo fede, umiltà e soprattutto perseveranza. Alcuni pregano due, tre giorni, pregano una settimana, dopo aver fatto gli esercizi stanno buoni un mese, poi di nuovo lasciano la preghiera. Come si può perseverare così nella buona via, come si possono osservare i propositi fatti? Ostatevi a pregare, perché chi persevera nella preghiera ha una continuità di grazia, una continuità di luce, di forza e di conforto che dal cielo cade sull'anima. Non sempre succede tutto come si vorrebbe, ma succede questo, che è il fine dell'uomo: la salvezza eterna, il premio eterno, la felicità eterna. Vi salverete sicuramente. Chi prega si salva e chi prega molto si fa santo.

Meditazioni per consacrate secolari, pp. 238-245

La preghiera

[...] Abbiamo parlato particolarmente degli Istituti Secolari e sappiamo che in questi Istituti vi sono grandi vantaggi, vi sono anche doveri, e vi sono i mezzi per compierli con soddisfazione. Il mezzo generale e principale è la preghiera, perciò se si sarà osservanti dell'obbedienza, della castità, della povertà, si farà bene l'apostolato a misura della preghiera.

Che cosa sia pregare ognuno lo sa. Vi è la preghiera vocale e vi è la preghiera mentale. La preghiera vocale: per esempio il Rosario, la Via Crucis, il canto delle lodi sacre, le orazioni del mattino e della sera, eccetera. Si chiamano vocali, cioè fatte a voce, non perché siano solamente fatte con la bocca, ma perché oltre la mente e il cuore, vi è anche la parola esterna; perciò parlando, ad esempio, del Rosario, vi è la meditazione del mistero e nel mistero si cerca di ricavare un frutto, un proposito. Ma oltre alla meditazione del mistero, c'è anche da pregare con la voce, perciò si chiama orazione vocale. Il Rosario è una preghiera tanto facile. Conosco un grande numero di persone che lo recitano ogni giorno intero, ed altre più numerose, che ne recitano almeno una terza parte. Oltre la preghiera vocale vi è la preghiera mentale. È quella che si compie specialmente all'interno, con la nostra mente, col nostro cuore e anche con i propositi. Chi fa l'esame di coscienza, fa preghiera mentale; chi fa la meditazione, fa preghiera mentale; chi sta facendo buoni propositi, fa preghiera mentale; chi esprime al Signore e ha nel suo cuore desideri santi, fa preghiera mentale, interna.

[...] Bisogna però distinguere: vi è la preghiera fatta di formule, vi è lo spirito di preghiera e vi è la vita di preghiera. La preghiera di formule si ha quando si recitano, ad esempio, le preghiere del mattino e della sera, quando si recita il Rosario, quando si recitano preghiere di preparazione e ringraziamento alla Comunione. Tutte queste sono formule di preghiera che noi leggiamo o

diciamo accompagnandole col sentimento interno. Ma oltre a queste formule di preghiera, vi è anche lo spirito di preghiera, che si ha quando interiormente si parla con Dio; si sente l'unione con Dio, si esprimono sentimenti propri. Vi sono anime che invece delle formule di preparazione e ringraziamento alla Comunione fanno preghiere spontanee che escono dall'anima e dal cuore: allora c'è lo spirito di preghiera. Lo spirito di preghiera è un sentimento interiore di umiltà e di fiducia in Dio; si sente il bisogno e ci si rivolge al Signore; si sente che da noi nulla possiamo, ma con Dio possiamo tutto; si sente che siamo figli piccoli, ma Dio è il Padre buono e grande. E tutto questo è espresso in quella formula che usava san Francesco di Sales: «Da me nulla posso, ma con Dio posso tutto». Quando abitualmente si ha questo senso di debolezza, si ha questa specie di timore e diffidenza di noi, non fermandoci a pensieri di scoraggiamento, di disperazione, ma rivolgendoci con fiducia al Signore, allora vi è lo spirito di preghiera; anzi si può dire che l'anima è sempre in uno stato di preghiera. Vi sono persone che non recitano molte formule, ma portano sempre questi due sentimenti: diffidenza di sé, confidenza totale nel Signore. Considerano le cose della vita presente come mezzi per il Paradiso, per la vita eterna e considerano la stessa vita presente come un dono di Dio, perché la vita nostra per sé cosa vale? Solo se essa è considerata in ordine all'eternità vale tutto; per sé vale nulla, perché con la morte è tutto finito; ma le conseguenze sono eterne.

Le conseguenze della vita di Giuda quali sono state? L'eterna dannazione, le eterne pene. Le conseguenze della vita di san Pietro e di san Paolo quali sono state? Il cielo, il Paradiso. Essi sono due stelle del cielo. [Pensiamo poi a] Santa Chiara. Era una giovane di Assisi, figlia di ricchi signori, quindi aveva in famiglia tutte le comodità che si possono desiderare e davanti a sé aveva un avvenire piacevole, per quanto poteva prevedere. Ella invece conobbe san Francesco che aveva lasciato tutto per donarsi a Dio;

e allora, colpita e illuminata dalla grazia di Dio, decise di seguirlo nella povertà e nella vita semplice e laboriosa, soprattutto in quello spirito particolare in cui la dirigeva il Santo. Così arrivò alla santità. La vita nostra vale in quanto ci merita il Paradiso, ed è un dono grande di Dio, del quale dobbiamo rendergli conto. E quando questo dono non venisse utilizzato per Dio, che cosa sarebbe? Pochi sono gli anni di vita, ma le conseguenze sono eterne. Quanti, mentre noi stiamo parlando, soffrono le pene dell'inferno e comprendono che potevano, nella loro vita guadagnarsi la felicità eterna; perciò vivono in una disperazione eterna nelle loro sofferenze che non termineranno mai. E quante anime invece, mentre noi stiamo parlando, ci guardano dal cielo, ci incoraggiano e ci aspettano: «*Me expectant justī, donec retribuas mihi*» [i giusti mi staranno al fianco quando m'avrai largito il tuo soccorso] (Sal 141,8). Ci incoraggiano: tenete la nostra strada, non declinate né a destra né a sinistra; la via è anche difficile, però mette capo al Paradiso. Quando si vive in questi sentimenti di soprannaturalità si può dire che si vive in continua orazione. E questo ci mette nel terzo grado della preghiera.

Il Signore dice nel Vangelo: «*Oportet semper orare et non deficere*» [è necessario pregare sempre senza scoraggiarsi mai] (Lc 18,1). Si può interpretare questo testo per dire che è necessario sempre pregare senza mai stancarsi? Sì. Ciò vuol dire che oggi bisogna pregare quanto dobbiamo, domani pregare quanto dobbiamo, l'anno venturo ancora pregare quanto dobbiamo. Mai trascorrere dei mesi senza preghiera, mai fare come certe persone che per un po' di tempo sono fervorose, frequentano i sacramenti, magari la confessione settimanale e la comunione quotidiana, ma poi dopo passano dei mesi e forse periodi anche più lunghi senza pregare. È necessario pregare sempre.

Però questo testo del Vangelo si interpreta anche in un altro modo: sempre pregare nel senso di trasformare la nostra vita in preghiera. Chi lavora prega. Con ciò si intende che chi lavora bene,

con le dovute disposizioni, offrendo al Signore il suo lavoro, la sua fatica, prega. Offrendo cioè le nostre fatiche al Signore, noi facciamo un atto di obbedienza, sacrificiamo la nostra salute, il nostro tempo, l'offriamo al Signore in atto di adorazione: facciamo Dio padrone della nostra vita, delle nostre forze, del nostro tempo, perché tutto consacrriamo a Lui. Allora, ecco, si lavora per il Signore. Certamente si lavora anche per l'altro fine di guadagnarci il pane col sudore della fronte. Ma oltre a questo fine immediato, del resto materiale, ma necessario, vi è anche il fine soprannaturale: compiere il santo volere di Dio. Però ci vuole la retta intenzione, perché il lavoro si trasformi in preghiera. Noi passiamo le 24 ore del giorno e mentre queste si succedono il sole fa il suo giro, per parlare popolarmente; il sole nelle 24 ore vede sulla terra elevarsi continuamente il Calice e l'Ostia verso il cielo. Sono 400.000 [i] sacerdoti che celebrano la messa nella giornata e vi sono tre, quattro consacrazioni ogni minuto secondo. Questo vuol dire che c'è una messa continuata, che il sacrificio della croce è sempre vivo. Il sole oggi a quest'ora illumina certe terre, poi passa con la sua luce ad altre terre e ad altre terre ancora, ma continuamente è l'Ostia, è il Calice che si elevano verso il cielo in adorazione, ringraziamento, soddisfazione e supplica a Dio.

Un calvario sempre vivo, sempre vero, sempre attuale, che si prolunga nei secoli, che glorifica il Signore e fa piovere grazia e benedizione sull'umanità, anche sull'umanità più lontana da Dio. Chi nella giornata intende vivere unito a tutte queste Messe, prega dicendo: «Vi offro tutte le mie intenzioni, azioni e patimenti in unione con tutti i sacerdoti che celebrano la santa Messa»; chi fa così è in continua adorazione. D'altra parte, «sia che tu mangi, sia che tu beva – dice san Paolo – fa' tutto a gloria di Dio» (Col 3,17); tutto, anche il riposo e anche il tempo del sollievo, tutto sia a gloria di Dio; ma tutto unito a questo sacrificio continuato sulla terra. È questo ciò che tiene ferma la mano della giustizia di Dio a colpire l'umanità tanto macchiata di peccati; ed è ancora la supplica

continua perché tante anime che si consacrano a Dio, vivano nell'amore di Dio e siano apostole sulla terra. Allora questa Messa da una parte paga anche i nostri peccati, le nostre incorrispondenze alla grazia, le nostre freddezze; e nello stesso tempo ottiene le grazie per la santificazione nostra, per il sostegno, perché si continui cioè il lavoro apostolico, e si continui il lavoro di santificazione. Allora se tutta la nostra giornata è offerta in questo spirito, con l'intenzione «per cui voi, o Gesù, vi sacrificate ogni momento sull'altare», allora la giornata è giornata di preghiera, «*Oportet semper orare et non deficere*» (Lc 18,1). È necessario pregare, perché chi prega si salva e chi non prega si dannava; chi prega molto si fa santo e chi prega poco non si fa santo; arriverà forse al Paradiso, sì perché un poco ha pregato. Chi non può stare molte ore fermo in chiesa, perché molte sollecitudini l'aspettano, abbia almeno la vita di orazione, e per quanto può, faccia quelle pratiche che sono necessarie o almeno utili. Ma quando non si possono fare le pratiche che si vorrebbero, allora cambiare la vita in preghiera, e con frequenti giaculatorie al Signore tenersi uniti con i sacrifici che si stanno compiendo sugli altari, cioè con le continuate Messe che si succedono ogni ora, ogni istante. È necessario pregare. Chi non va alla preghiera, va alla rovina.

Tanti vanno alla rovina, perché non hanno pregato. Ma anche quelli che pregano hanno delle prove, delle sofferenze, alle volte hanno delle pene, sono contrariati, combattuti. È vero, ma intanto nella prova fanno progresso; cambiano le loro pene in meriti e le loro prove servono a stabilirli nella virtù: «*faciet cum tentatione proventum ut possitis sustinere*» [insieme alla tentazione vi darà pure la forza di poterla superare] (1Cor 10,13). Si è parlato dell'obbedienza, della castità, della povertà, ma non ho voluto scendere ai particolari. Può essere che ci siano momenti di disorientamento, ma chi prega intenderà bene la virtù della povertà, della castità, dell'obbedienza, così come intenderà bene il voto di povertà, di castità, di obbedienza, i quali conferiscono un aumento

grande di grazia e di merito per l'eternità. Pregare molto! Si dirà che non c'è tempo, ma allora bisogna convertire tutto il tempo in preghiera. Vi sono anime che sono come una preghiera ambulante, che cammina. Fanno le cose in casa, fuori casa, allo stabilimento, oppure in chiesa; ma qualunque cosa la fanno per Dio, unite in spirito alle Messe che si celebrano sulla terra, offrendo sempre con Gesù Ostia, se stesse. Allora non dobbiamo più lamentarci, il tempo per pregare c'è; ci sono le 24 ore della giornata; anche dormendo, perché alla sera si mette l'intenzione che tutti i respiri siano cambiati in atti di amor di Dio, e tutti i battiti del cuore che si succederanno durante il sonno siano atti di amor di Dio. Allora tutto avviene nel compimento del volere di Dio. Alla sera si chiede al Signore di preparare le grazie per l'indomani e di mandare, mentre si riposa, tante anime in cielo per il loro riposo eterno. Ci sono anime che si prefiggono di dare al Paradiso almeno un'anima nella giornata, e di liberare almeno un'anima dal Purgatorio. Così si fa l'apostolato e si hanno anche dei risultati. A volte però sembra che l'apostolato ottenga l'effetto contrario, o almeno che non dia risultato visibile. Quando però si continua a pregare, il risultato ci sarà sempre anche se sembra che si ottenga l'effetto contrario.

È poi Dio che opera, e «se Dio è con noi, chi sarà contro di noi?» (Rm 8,31). E se Dio è con noi, che cosa è che non possiamo aspettarci da Dio? Vi sono anime vittime, le quali trattengono la giustizia di Dio irritata; anime le quali non sanno pensare che del bene; anime che si tengono in contatto abituale con Dio dovunque si trovino: sul treno, sulla corriera, mentre cucinano o rigovernano, eccetera. In tutto quello che fanno c'è l'unione con Dio, che sarà più o meno sentita, ma che poco per volta diverrà sempre più sentita e renderà l'anima sempre più lieta, perché sentirà la sua unione col Signore sempre più viva.

Adesso bisogna fare un buon esame sulla preghiera. Si prega? Si dicono solo formule o c'è lo spirito di preghiera? C'è lo spirito di preghiera qualche ora, oppure si trasforma la vita intera in

preghiera? E si insegna a pregare? Adesso se guardate il mondo, se guardate gli stabilimenti, i movimenti operai, le famiglie, si fa di tutto, si fanno tanti sacrifici, tanti lavori, si prendono tante vie, tanti mezzi e spesso è lasciata da parte la preghiera. «Abbiamo molto da fare!». Ma la prima cosa da fare è pregare. E se si comincia la giornata senza Dio, che cosa sarà nel decorso di essa? Certi motivi che si adducono a che cosa servono per l'anima? Viviamo soltanto per la terra, o viviamo per l'eternità? Perciò compiamo l'apostolato della preghiera, non solo offrendo le nostre orazioni, azioni e patimenti in unione col sacrificio della croce, ma oltre a questo, riempiendo la giornata di preghiera. Allora la nostra attività produrrà tanto frutto in più. Apostolato della preghiera: insegnare a pregare. Vi sono bambini che ancora non sanno le orazioni e già si vorrebbero ammettere alla comunione. Vi sono adulti che hanno disimparato anche le preghiere principali. Vi sono uomini e vi sono a volte morenti che se si suggerisce loro di dire l'atto di dolore stanno muti, non sanno più dire le preghiere.

Far l'apostolato della preghiera: insegnare a pregare. E noi chiediamo al Signore: «*Doce nos orare*» (insegnaci a pregare) (Lc 11,1), e a nostra volta insegniamo ad altri a pregare. Particolarmente per chi si dedica all'apostolato catechistico insegnare a pregare, esigerlo facendo ripetere, conducendo frequentemente i bambini alla comunione e prima alla confessione. Insegnare a pregare: ascoltare bene la Messa, far partecipare alle funzioni in chiesa; insegnare a pregare: la devozione a Maria, il Rosario, particolarmente la devozione a Gesù Ostia, a Gesù che dimora nei nostri altari, agli Angeli Custodi e ai Santi di cui si porta il nome. Così l'apostolato della preghiera, mentre è di estrema utilità per noi, sarà anche di grande vantaggio per le anime che avvicineremo.

La preghiera

I – NECESSITÀ DELLA PREGHIERA

La preghiera per l'uomo, il cristiano, il religioso, il Sacerdote è il primo e massimo dovere. Nessun contributo maggiore possiamo dare alla Congregazione della preghiera; nessuna opera più utile per noi della preghiera; nessun lavoro più proficuo per la Chiesa in un sacerdote della preghiera. L'orazione perciò prima di tutto, soprattutto, vita di tutto.

Può venire la tentazione: ho molto, troppo lavoro: ma il primo lavoro per te, il massimo mandato per un Sacerdote, il principale apporto alla Congregazione è la preghiera. Con illusione qualcuno forse cercherà di scusare la mancanza di orazione dicendo che è molto occupato. Ma è proprio questa la vera ragione? Oppure si trova soverchio il lavoro perché non precede la preghiera, per la quale facilmente si sbrigherebbero le altre occupazioni?

Occupazioni? Ma la Chiesa, la Congregazione, l'anima nostra ci chiedono la preghiera, poi il rimanente in quanto possibile.

Occupazioni? Sì, ma non urgono in generale le altre, se non dopo questa.

Occupazioni? Prima Dio, poi gli uomini.

Occupazioni? Ma la vita delle altre opere è la grazia, perciò senza la preghiera faremmo opere morte. *Maledictum studium, apostolatum ecc. propter quod relinquitur oratio* (maledetto lo studio, l'apostolato, ecc. a causa del quale si lascia la preghiera).

Dà sempre grande contributo, ed è in vera attività, chi alla Congregazione ed alla Chiesa dà la preghiera. Il lavoro senza l'adorazione, per il Sacerdote, si riduce al *cimbalum tinniens* (cembalo che tintinna), cioè cose che forse impressionano all'esterno, ma non hanno vita né merito. Il nostro ministero è di sua natura soprannaturale come base e come sostanza e costituzione.

Non ha diritto di comandare chi prima non ossequia Dio; non può consigliare o predicare chi non riceve la luce da Dio; non educa – in quanto sta a lui, alla vita soprannaturale – chi non la vive veramente. «Io temo che mi faccia morire il malato, se prima della operazione chirurgica non senti la S. Messa», diceva il santo Cottolengo al Dott. Granetti, medico della «Piccola Casa».

Per ogni opera assicuriamo un bel contributo di preghiera; la preghiera è onnipotente: «Qualunque cosa domanderete ve la darà». Il primo Cooperatore, il primo Benefattore, il primo Amico e Protettore da assicurarsi è sempre Dio, principio di ogni bene: «*Nisi Dominus edificaverit... custodierit... qui incrementum dat Deus*» (Se il Signore non avrà edificato... avrà custodito... colui che dà incremento è il Signore). La Sacra Scrittura indica il Buon Sacerdote con il segno: «*Ecce qui multum orat...* (Ecco colui che prega molto)». Il Divin Maestro «*factus est nostra oratio...*». È indicato S. Paolo ad Anania da questo segno: «*Ecce enim orat* (Ecco infatti sta pregando)». Nella vita sacerdotale chi fa il bene maggiore e più vitale e stabile è anche chi fa più preghiera schietta come l'insegna Gesù, nel Discorso della Montagna.

II – DIFFICOLTÀ E PRETESTI

Ma si fan le prediche... si celebra la Santa Messa... Non creda un Sacerdote di pregare abbastanza perché dice la Messa, perché recita il Breviario, prepara qualche predica agli altri; no: deve ancora fare l'esame di coscienza, la visita, la meditazione ecc. Medito il richiamo di Gesù agli Apostoli: «*Usque modo non petistis quidquam in nomine meo; petite et accipietis ut gaudium sit plenum* (Fino ad ora non avete chiesto nulla in mio nome, chiedete e riceverete affinché la vostra gioia sia piena)». Medito: «*Effundam spiritum precum...* (Effonderò lo spirito di preghiera)». Ma dobbiamo zelare, lavorare... La Congregazione e le anime hanno diritto

al tempo che sopravanza dalla cura a noi stessi, poiché noi siamo come conca che deve riempirsi e versare per troppo pieno sulle anime. Dobbiamo servire prima a Dio con la santificazione di noi stessi: «*Attende tibi et lectioni* (Bada a te e alla Lettura)». Tanto vale un apostolo quanto vale la sua preghiera: per sé e per gli altri: «*Posui vos ut eatis et fructum afferatis et fructus vester maneat... Ut quodcumque petieritis Patri det vobis* (Vi ho posto affinché andiate e portiate frutto e il vostro frutto rimanga... affinché qualsiasi cosa chiederete il Padre vostro ve la darà)». Dopo aver provveduto a noi stessi serviremo alle anime: «*Ex hominibus assumptus, pro hominibus constituitur in his quae sunt ad Deum, ut offerat dona et sacrificia...* (Assunto dagli uomini, e costituito a favore degli uomini per quelle cose che si riferiscono a Dio affinché offra doni e sacrifici)».

Si dirà: il lavoro è molto, davvero!... Cioè, si risponde, c'è da fare la preghiera; poi, in quanto vi è tempo, il resto. Ma vi sono i doveri, vi sono le chiamate. Si risponde: organizzare tutto bene, ma nell'ordine delle azioni, preceda la preghiera. Dopo di essa si farà quanto si può; ed in caso di impossibilità si diminuiscono le opere di zelo. Alcuni inconsideratamente si vuotano nei primi anni di ministero di quanto avevano accumulato negli anni di noviziato e chiericato; e poi? Il sale diviene scipito e non sarà buono a condire, oramai.

Si obietta: dobbiamo dare alle anime! Appunto: la madre si nutre per tenersi in vita e per dare il sovrabbondante in latte ai figli; è carità per il prossimo attendere a noi medesimi: «*Hoc enim faciens et teipsum salvum facies et eos qui te audiunt* (Facendo questo salverai te stesso e coloro che ti ascoltano)». Se preghiamo, gioviamo sicuro alle anime, poiché ad esse otteniamo i favori di Dio. Invece, ad esempio, che giova fare una scuola di materie civili se non si dà lo spirito che vivifica? Forse si darà occasione a superbia e ad altri pericoli.

Nelle Case, quindi, il principio fondamentale: tutto sia fondato

sullo spirito di preghiera. Prima la Cappella, l'orazione, la Visita al SS. Sacramento, l'esame di coscienza, la fedeltà alla confessione settimanale, il Rosario quotidiano intero, ecc. Al mattino prima di dare alle anime prendiamo per noi e per loro da Dio; quindi il Maestro-Superiore nella Casa raduni i Sacerdoti per fare in comune mezz'ora di meditazione, prima di occuparsi degli altri membri e di altre opere.

III – CUORE DIVINO DI GESÙ

È utile ricordare, che nella Pia Società San Paolo diamo la massima importanza alla preghiera «Cuore Divino di Gesù...», poiché sul Cuore di Gesù, che si immola sugli Altari, si appoggia tutto ed ha principio tutto: la parte dello studio, incominciandolo con «Cuore divino di Gesù...»; l'Apostolato, incominciandolo con «Cuore divino di Gesù...»; l'osservanza quotidiana dei santi voti, incominciando la giornata con «Cuore Divino di Gesù...»; il lavoro spirituale, incominciando le orazioni al mattino con la preghiera «Cuore Divino di Gesù...»; la parte della povertà, la ricerca delle vocazioni, il ministero, ecc. incominciando ogni occupazione con la preghiera «Cuore Divino di Gesù...». Si era fatto osservare che ciò è troppo; e anche che ciò è troppo poco; non siamo dunque in un giusto mezzo? I più mi dicono di sì, ed io lo credo.

IV – PERSEVERANZA NELLA PREGHIERA

[...] Occorre pregare, pregare, pregare. Se la preghiera è ottima tanto meglio, ma intanto sebbene incontriamo distrazioni, vi sia, sostanzialmente. E chi persevera ottiene, come l'amico che ricorse a notte avanzata all'amico per il pane. Perseverare poi significa: ogni giorno le pratiche quotidiane, tra le quali l'esame meto- dico, fedele, fervoroso e la visita; ogni settimana le settimanali,

soprattutto la confessione; ogni mese le mensili; ogni anno le annuali; e durante ogni tempo: giaculatorie e giaculatorie devote! Tenere fedeltà anche alle pratiche richieste dalle Associazioni cui si è dato il nome.

Chi prega si salva sebbene la sua preghiera non sia perfetta, purché in nome di Gesù Cristo venga fatta. Chi prega ogni giorno otterrà la grazia di pregare meglio, chi prega attesta di riconoscere il bisogno di Dio e la fiducia di ottenere: finché santamente ci ostiniamo a chiedere dimostriamo d'aver fede, speranza, carità e prima di alzarci dalla preghiera avremo già la benedizione divina. In altre parole: occorre esista sempre e davvero ogni giorno della vita, per tutti, la preghiera, come sempre si prende il cibo, come sempre si respira. Io ed i Maestri delle Case ne abbiamo davvero una grave responsabilità.

V – FRA LE VARIE PRATICHE

Fra le preghiere specialmente raccomando l'ora di visita al SS. Sacramento. Essa è di obbligo. Non è l'obbligo più grave: ma chi soddisfa all'obbligo della Visita, recita poi anche bene il Breviario, celebra pur bene, si comunica devotamente, dice il Rosario ecc. La visita dà il tono alla giornata e valorizza le altre azioni ed orazioni: la visita assicura i frutti maggiori della Messa; in essa ascoltiamo quel che Dio ci vuol dire, gli diamo quello che chiede, prendiamo i doni che ci ha preparati.

Altre pratiche: «Particolare esercizio della perseveranza nella preghiera sono le giaculatorie: in esse vi è il ricorso abituale, e per esse ci viene l'aiuto opportuno; e con esse, ogni momento, si getta il ponte e il legame tra la nostra infermità e la onnipotenza della divina misericordia, e si trasfonde l'onnipotenza della divina misericordia nella nostra infermità».

In ultimo: Gesù chiede riparazione, e noi abbiamo necessità di

offrirgliene tanta. La preghiera alimenta la riparazione affettiva, la compassione; l'effettiva, ossia il distacco dal peccato e l'esercizio delle virtù; l'afflittiva, ossia lo spirito di sacrificio e di immolazione. Ma essa stessa, la preghiera, è principale opera di propiziazione e di riparazione, e i Sacerdoti che pregano costituiscono attorno alle Case nostre un reticolato impenetrabile al peccato. Salviamo le nostre Case dal peccato, o Fratelli Sacerdoti! Salviamole con la preghiera! Preghiamo per riparare ciò che non abbiamo potuto o saputo impedire; per impedire ciò che non potremo mai, da noi soli, allontanare.

Gesù è Maestro della più perfetta orazione; dunque «*in Ipso, cum Ipso, per Ipsum*» la nostra preghiera.

San Paolo, 20 agosto 1937

Come evitare le distrazioni nella preghiera

Il primo mezzo per vivere bene la vita religiosa è la preghiera. E quanto più noi preghiamo, tanto più vivremo bene; e quanto più si va avanti negli anni, tanto più si deve dare abbondanza di tempo per la preghiera.

Tutte le suore hanno bisogno, però le Superiori hanno due uffici: primo, è di farsi sante, anche perché siano di buon esempio alle sorelle; e secondo hanno bisogno di condurre le altre sorelle alla santità, alla santità vera, non a una cosa esteriore. Ma la santità vera è quella che parte da un grande spirito di fede e parte da una speranza ferma nella grazia di Dio e nel paradiso e, terzo, da vero amor di Dio interno. Che non ci sia solo la cortecchia in noi, ma ci sia veramente il tronco dell'albero, un tronco robusto, vivo, ecco, rigoglioso. Sarete allora, amando la preghiera, come quelle piante che sono vicino alle acque e sono con le radici ben affondate in un terreno sano, ottimo.

Credo che tutte facciate anche questo, avendo un ufficio particolare: abbondare un po' di più nella preghiera. Ad esempio, la superiora avendo più da fare, faccia un po' più di preghiera, perché allora, avendo più da fare, lavora con lei il Signore. E quindi: più lavoro, ma verrà il Signore come un alleato a lavorare per noi, con noi e darà la grazia perché il nostro lavoro abbia ad avere buon risultato.

Contro la preghiera vi sono varie difficoltà. Ne accenno soltanto una. [...] Cosa è la distrazione? Lo si sa più per esperienza che non per definizione. Distrazione è pensare ad altro e non a quello che si sta dicendo. Il raccoglimento è raccogliere le forze attorno alla preghiera; quindi: la mente, il cuore, la volontà, la fantasia, tutto quel che è anche il complesso delle nostre facoltà esterne, dei nostri sensi. Se fa bene, per esempio, guardare il tabernacolo, ecco,

servirsi anche dei sensi esterni. Del resto si consiglia nella preghiera a non prendere una posizione troppo comoda e neppure di troppo sacrificio. In mezzo. Se è troppo comoda ci si dispone a dormire; se invece c'è troppo sacrificio, eh, lo sforzo impedisce un po' l'attenzione, lo sforzo eccessivo. Oh, distrazione vuol dire: attendere ad altro e non a quello che si sta dicendo, non alle parole, alle preghiere che si fanno. Distrazione.

Ora, quali sono le cause delle distrazioni? Le *cause*, alcune sono *volontarie* e altre sono *involontarie*.

Ci sono da dire subito tre cose, come consolazione.

Primo: non arriveremo mai a fare tutta la nostra orazione senza distrazioni se non per un dono di Dio e per uno sforzo lungo, continuato; non arriveremo mai, cioè, ad un completo raccoglimento, pregare, per esempio, un'ora, due ore senza distrazioni se non con un esercizio lungo e con un dono particolare di Dio. Per esempio lo sforzo di san Luigi [fu]: pregare un'ora senza distrazioni; e quando a metà veniva una distrazione, ricominciava l'ora da capo. Allora la preghiera, invece di un'ora diventava di due, di tre. Ma con lo sforzo e con la grazia di Dio è riuscito.

Secondo pensiero, questo. Quando si è cercato di star raccolti usando i mezzi: preparandoci prima alla preghiera, raccogliendo i nostri pensieri attorno a quello che stiamo dicendo al Signore, usando anche gli accorgimenti e, quasi diremmo, le astuzie per vivere ben raccolti, quando in sostanza, ci si è messa la buona volontà, la preghiera, sebbene sia stata accompagnata da distrazioni, ma combattute, non perde l'efficacia davanti a Dio, ottiene ugualmente le grazie di Dio, ha lo stesso potere davanti a Dio perché il Signore vuole che noi facciamo quel che ci è possibile e non richiede l'impossibile.

Terzo: inoltre, questa preghiera, quando è fatta con buona volontà, sebbene vengano molte distrazioni e magari si continui tutto il tempo ad allontanar distrazioni, la preghiera, non solo ottiene le grazie, ma è di merito uguale perché c'era la buona vo-

lontà. Oh, questi tre pensieri possono consolare.

Ma quali sono le cause per cui le distrazioni sono volontarie? In questi giorni, anzi proprio ieri, leggevo la vita di un santo sacerdote, il canonico Chiesa. Nei propositi aveva questo: prima di cominciare la preghiera, per esempio, rosario, breviario, ecc., mi fermo un minuto a fare orazione mentale, cioè, a raccogliermi con un minuto, non cominciar subito, ecco. Questo che cosa significa? Questo significa combattere le distrazioni. Ora, se uno incominciasse subito la preghiera dopo un lavoro molto intenso, preoccupante, magari un po' agitato, non c'è la preparazione alla preghiera: *ante orationem praepara animam tuam* (prima dell'orazione prepara l'anima tua). Perché preparar l'anima? Perché altrimenti sarebbe come un tentar Dio, subito metterci a pregare quando si è così preoccupati, disturbati e con altri pensieri lontani e magari anche avendo per le mani qualche affare di importanza.

Le distrazioni, dunque, sono *volontarie quando manca la preparazione prossima*.

Bisogna prepararci alla preghiera. Come quel santo che diceva a se stesso entrando in chiesa: "Miei pensieri, state fuori qui dalla porta, poi vi riprendo quando torno, quando abbia pregato". Non è che comandiamo direttamente alla nostra mente, neh? Ma possiamo comandare un po' indirettamente. Se mancasse la preparazione prossima, come in questo caso, allora le distrazioni si può dire che sono volontarie.

Se manca poi la preparazione remota, sono ancor più volontarie le distrazioni. Siamo responsabili! Quando una vive molto distratta: si occupa di questo, di quello, vuol sapere notizie, pensa alle altre sorelle e magari guarda un po' tutto, segue molto facilmente la fantasia nelle varie cose, si occupa di quello che non spetta a lei; quando una legge o sta a sentire notizie curiose, in sostanza pensa a cose che non sono proprie del suo stato e del suo ufficio; quando, invece, non c'è un vero amor di Dio, allora le distrazioni divengono volontarie.

La preparazione remota esige che, in primo luogo, uno creda a questo, ma lo creda fermamente: l'ora più importante della giornata è l'ora della preghiera. E sente il bisogno di pregare, sente che ha bisogno di Dio, sente che la preghiera è necessaria per la sua anima. E allora, quando noi amiamo molto una cosa, più facilmente ci applichiamo, più facilmente allontaniamo i pensieri inutili. Eh, quando una cosa ci sta a cuore vogliamo farla riuscire. Oh, quelle distrazioni volontarie che dobbiamo condannare e a cui dobbiamo cercare di rimediare vivendo in abituale raccoglimento: *Attende tibi*: bada a te stesso e a compiere quello che spetta a te, cioè, il tuo ufficio e poi tutto il lavoro spirituale, ecc.

Vi sono le distrazioni *involontarie*. Sono varie. Per esempio il *diavolo* il quale influisce su cause esterne o influisce anche un po' sulle nostre potenze. Quando il diavolo fosse riuscito a rendere inutile la nostra preghiera, allora il diavolo si fa strada. E finché l'anima prega è armata contro di lui; quando l'anima non prega con impegno, non è più armata contro le tentazioni, il demonio.

Cause involontarie delle distrazioni possiamo esser *noi stessi*. E una ha poca salute, non può far lo sforzo di quando era in salute. Poi, può esserci una stanchezza fisica, morale. Non si può tramandar la preghiera quando siamo proprio già molto stanchi. La preghiera è da farsi prima, per quanto è possibile. Si capisce che se c'è l'adorazione notturna e se qualche volta si sonnecchia... è spiegabile, ancorché ci abbia la buona volontà, la stanchezza... Poi, se una persona ha molte preoccupazioni, c'è anche la stanchezza mentale, sì.

Inoltre, causa involontaria di distrazioni può essere quello che riguarda *il temperamento*. A una natura molto vivace, difficile a raccogliersi, occorrerà molto più tempo a dominarsi per pregar bene. E allora si ha da domandare al Signore: *doce nos orare*, Signore, insegnami a pregare. Questa è la grande grazia perché la preghiera è il gran mezzo per la santità, è il grande mezzo. Tanto preghiamo, specialmente tanto preghiamo bene, altrettanto progrediremo. Chi impara a pregare, impara a farsi santo.

Ora, come si fa a dominare le distrazioni? Ho già detto che è una cosa eccezionale, un gran dono, quello di potere pregare un'ora, due ore in raccoglimento.

Primo: occorre, quindi, in modo certo, un *dono di Dio* e, nello stesso tempo, uno *sforzo e l'abitudine al raccoglimento, e preparazione alla preghiera*. Vivere abitualmente raccolte.

Secondo: oltre che domandare al Signore questa grazia di saper pregar bene e di sforzarci, *usare anche delle industrie*.

Ad esempio: se non riesci a far la meditazione come vorresti e ti accorgi che combatti e combatti e la mente sempre se ne va, la fantasia domina, allora leggi di più, non pretendere di pensare troppo, leggi più abbondantemente il libro; se proprio, dopo lo sforzo non si riesce neppur con la lettura, recita una terza parte di rosario per osservare i propositi degli Esercizi o del mese e la meditazione porterà già il suo frutto, cioè, un po' più di forza, un po' più di buona volontà per osservare i propositi. Si conclude così.

Può essere che troviamo difficile a fare l'adorazione. Molte volte serve guardare il tabernacolo, tener l'occhio al tabernacolo, particolarmente quando Gesù è esposto o privatamente o solennemente. Può essere che ci giovi guardare un'immagine sacra che è molto espressiva e di cui ci siamo già servite altre volte.

Poi, un'altra industria: prima di cominciar la preghiera, fissarci già in mente le intenzioni. Questa prima parte della Visita, per l'aumento di fede, supponiamo; perché io abbia più luce delle cose spirituali; che progredisca nella cognizione dell'ascetica, della mistica, delle vie di Dio; che progredisca nella cognizione degli articoli delle Costituzioni; che io tenga a memoria i propositi che mi son fatti nel mese, oppure negli Esercizi ultimi. Fissare delle intenzioni. E questo può essere per la prima parte della Visita.

E poi, per la seconda parte, ci può essere un'altra intenzione, supponiamo: che io possa far bene il mio ufficio; che io sempre occupi il tempo; che io domini me stesso, che sappia controllarmi. Poi, la grazia di vivere bene, facendo le cose tutte bene, non pre-

tendendo grandi voli o pretendendo di dir parole difficili: “Io voglio arrivare all’eroismo; io voglio arrivare a una santità specialissima”.

E, vedete, non cose che nutrono più la fantasia e l’amor proprio che non la vera pietà: “Voglio far bene le mie cose nella giornata dal mattino, quando invoco e saluto la Madonna, alla sera, quando do l’ultimo saluto e l’ultima invocazione alla Madonna”. Operare sotto il suo sguardo e, se sono in questo ufficio, farlo bene, o che siate in cucina o che siate nell’apostolato liturgico o che siate in un’altra occupazione: “voglio far bene quello che ho da fare”. Quello vuol dire: far ciò che è perfetto, che consiste nel fare con buona volontà e con retta intenzione ciò che si ha da fare. La santità vera non è fatta di cose eccezionali, no. Voglio far bene le mie cose, specialmente evitare i piccoli difetti e praticare i piccoli atti di virtù. Allora, mettendo un’intenzione è più facile.

Se poi vengono distrazioni, attente sempre a non indispettirsi e a non disperare e a non cadere nella malinconia: “Sono sempre uguale”. No! Riconoscere la nostra debolezza: “Signore, sai di che fango sono impastata, mi domina la fantasia, il cuore se ne va dove vuole andare, la mente sfugge; Signore, vedi la mia miseria, come son povera davanti a te”. E allora, stendete la mano e domandate l’elemosina a Dio. Che ci dia questo gran dono: *donum gratiae et precum*: , il dono della grazia e della preghiera, il dono della pietà. Domandiamo [il] *septenarium [settenario]*, eh? nel canto che avete fatto finora, l’invocazione allo Spirito Santo, che ci dia i sette doni. Oh, quindi, *umiliarci*, non esser così superbi da dire: eh! perché succede questo? Non volevo che succedesse questa distrazione. E riconoscere che siamo poveri e miseri. E poi: “Comincio di nuovo, ecco, ma diffido più di me, faccio in umiltà e confido nella tua grazia, o Signore, per far meglio adesso”. E se dovessimo anche farlo 60 volte questo, in 60 minuti di orazione, la preghiera alla fine è ben fatta e il Signore dà ugualmente le grazie e tu hai meritato bene. L’ora è stata veramente

un'ora per Dio, di Dio. Dunque, non mai sconsigliarci. E quando ci accorgiamo di queste deficienze, domandiamo più grazie, un aumento cioè, di grazie. “Se non son ancor riuscita a far bene questo, Signore, vedete quanto sono povera, allora datemi di più”.

E andar con confidenza. Oh, il Padre celeste guarda con amore chi si sforza di parlargli bene. Gesù capisce il desiderio dell'anima, l'aspirazione dell'anima di parlare bene con lui e accoglie la preghiera. Ciò che importa è di aver la buona volontà e metterci quello sforzo che possiamo e soprattutto domandare la grazia: *doce nos orare.*, Signore, insegnami a parlare con te.

Che prima di morire ci siamo già così abituati a parlare con Dio, che dopo, dovendo parlare con Dio per tutta l'eternità, siamo già preparati.

Sia lodato Gesù Cristo.

Alle Pie Discepole del Divin Maestro 1960, pp. 205-213.

I nove gradi dell'orazione

Gli Esercizi Spirituali hanno tra gli altri fini quello di migliorare la preghiera. Una preghiera che divenga sempre più accompagnata dallo spirito di fede, di umiltà e sempre più perseverante, anzi, col passare del tempo, sempre migliore in se stessa, nella comunicazione con Dio. Mentre si dice migliorare [la] preghiera, non bisogna pensare che sia meno forte l'impegno di migliorar la vita, perché la vera preghiera, la preghiera sempre più elevata viene ad accompagnarsi costantemente col miglioramento della vita, ed è il mezzo per migliorar la vita; la preghiera migliorata è il mezzo per migliorar la vita. Naturalmente occorre venire ad applicare la preghiera alla pratica. Tuttavia vi è anche da dire che la preghiera migliorata dà maggior gloria a Dio, dà maggior gloria a Gesù Maestro, dà maggior onore ai Santi, particolarmente a Maria, *Regina Apostolorum*.

I gradi di preghiera, di orazione, sono generalmente detti, considerati, nove. E i primi tre sono di preghiera ascetica, poi ve ne è uno di mezzo, e vi sono gli altri cinque di preghiera contemplativa. Primo, vi è la preghiera *vocale*; secondo, la preghiera *mentale*; terzo, la preghiera *affettiva*.

1. *Preghiera vocale*, si conosce bene, è quella che si fa anche con la voce, non solo con la voce, ma anche con la voce e cioè, quella preghiera in cui vi è interiormente il sentimento e poi vi è anche l'espressione esterna, per mezzo della nostra lingua. *Vocale*.

La preghiera liturgica, si può dire, che è tutta vocale: la Messa, le funzioni varie, supponiamo i canti dei Vespri, l'amministrazione dei sacramenti. E così tante benedizioni che vi sono nel Rituale e tante preghiere che si recitano nel Breviario, sono preghiera vocale. Interiormente si ha da conservare lo spirito di unione con Dio, capire il senso delle parole che la Chiesa ci mette sopra le labbra e, tuttavia, esprimere questo senso che vi è interiormente, con la voce.

Poi, oltre alla preghiera liturgica, che è vocale in grandissima parte e quasi totalmente, vi è la preghiera vocale individuale, quando uno recita il rosario. Vi è la preghiera vocale collettiva, quando si dicono le preghiere insieme, e si dicono le preghiere insieme mattino e sera. E poi altre orazioni, altri canti, oltre ai canti liturgici, sono preghiera vocale, per la quale preghiera vocale, ci vuole uno studio particolare per conservare il raccoglimento. Prima di iniziare la preghiera, mettersi alla presenza di Dio: *ante orationem praepara animam tuam*, prepara la tua anima a parlare con Dio.

2. Vi è la *preghiera mentale* che si potrebbe anche dire prima, ma generalmente viene considerata come seconda. È, questa preghiera mentale, soprattutto nella meditazione, la meditazione stessa.

Ma vi sono anche altre preghiere mentali che non sono comprese nella meditazione o, almeno, sono fuori della meditazione metodica. Quando uno guarda il cielo, guarda al cielo stellato: *Domine, Dominus noster, quam admirabile nomen tuum in universa terra. Coeli enarrant gloriam Dei et opera manuum eius adnuntiat firmamentum* (Signore, Signore nostro, quanto è grande il tuo nome su tutta la terra. I cieli narrano la gloria di Dio e l'opera delle sue mani annunzia il firmamento). E quando, cioè, uno vede un bel panorama: delle montagne altissime, imponenti, il mare vastissimo che ricorda l'immensità di Dio, ecc., allora: *quam admirabile est nomen tuum in universa terra* (quanto è grande il tuo nome su tutta la terra). E quando si vede il cielo stellato nelle notti serene, e quando si considera che dietro a quel cielo stellato vi è una quantità di Santi: *stella a stella differet in claritate* (una stella differisce dall'altra per splendore) che formano il firmamento celeste, là, dove abita il Signore: *Coeli enarrant gloriam Dei* (i cieli narrano la gloria di Dio), e allora è una preghiera mentale.

Qualche volta, camminando, noi passiamo daccanto al cimitero, un pensiero buono: qui dormono i *resurrecturi*, cioè quelli che risorgeranno, in attesa della risurrezione. Fra non molto sarò anch'io coperto dalla medesima terra. E fortunato chi avrà santificato il

suo corpo, perché allora la tromba finale del giudizio richiamerà: Venite, o morti, venite al giudizio, sorgete. E si fa una riflessione.

E vi sono persone che in questa preghiera mentale sono abbondanti. Anche quando fanno le cose più umili: “E perché, Signore, non [spazzerai] la mia anima dai miei difetti – se sto facendo la pulizia agli ambienti – sono più importanti gli ambienti o i corridoi o la camera che l’anima mia, da tener pulita? Togliere la polvere dall’anima mia”. E: “Signore, devo essere in cucina, preparare il cibo, devo sedere a tavola, prendere il cibo: [questo] mi ricorda che l’anima è nutrita dall’Eucarestia”. Sono pensieri che costituiscono una preghiera mentale, fuori – ho detto – dalla meditazione sistematica, metodica.

3. Vi è la *preghiera affettiva*. La preghiera affettiva è già un piccolo passaggio verso un altro grado di orazione, e cioè, nella meditazione si aggiungono e prevalgono anche i sentimenti.

L’orazione affettiva è quella in cui predominano gli affetti invece che il discorso, il pensiero solamente intellettuale, come spesso si fa nella meditazione. E quando, ad esempio, avete udita la predica e vi ritirate nella camera o vi fermate davanti a Gesù o anche, qualche volta [...] si aggiungono, a quello che è stata l’istruzione, quello che è sentito nella predica, si aggiungono gli affetti: “Signore, io credo così; Signore, io spero così, il paradiso, le tue grazie, che mi volete santo; Signore, vi amo: il mio cuore [è] vostro, rinnovo la mia donazione a voi”. E poi il dolore delle offese di Dio, il desiderio di santità, il parlare un po’ più affettuosamente con Gesù eucaristico, il Maestro Divino; [il] parlare più affettuosamente con Maria, la Madre, [il] parlare filialmente e stare a sentire anche ciò che risponde in ispirazioni; il parlare con san Paolo, con l’Angelo Custode, con quelli che son passati all’eternità; o sorelle o fratelli o genitori: “Dove siete? Pensate a me, io penso a voi, vi mando i suffragi”.

E poi specialmente si viene ai propositi: prometto questo, rinnovo la mia Professione, non solo, ma rinnovo i propositi degli

Esercizi Spirituali o dell'ultima confessione, dell'ultimo ritiro. Allora domina, lavora l'affetto. È come una meditazione semplificata rispetto al lavoro dell'intelligenza in cui va sempre più prevalendo la parte di affetto, di sentimento, di propositi, di dolore, di speranza, di amor di Dio, di amore alla Madonna, di desiderio del cielo, di desiderio della perfezione. Crediamo, quindi, che non ci sia differenza specifica tra essa e la meditazione.

4. Oh, adesso, veniamo a una preghiera che si può già dire più intima, ed è la *preghiera di semplicità*, preghiera che in gran parte è già infusa, tuttavia vi è anche la cooperazione della mente, di noi stessi. L'orazione di semplicità – dice il Bossuet – è una semplice visione, uno sguardo o una attenzione amorosa al Signore o a qualche cosa che riguarda il Signore, qualche perfezione sua, sia che ci rivolgiamo direttamente al Signore sia che noi ci rivolgiamo a qualche mistero, per esempio, il presepio, secondo queste mirabili descrizioni, ecc.. Ora la preghiera, dunque, di semplicità. Un esempio, forse, spiega più che le definizioni.

Nella vita del Curato d'Ars si legge questo: che quando egli era nei primi tempi in cui si trovava parroco ad Ars, stando in chiesa vedeva quasi ogni giorno un contadino il quale, deponendo gli strumenti del lavoro, perché andava o veniva dalla campagna, [...] entrava e si fermava a lungo in chiesa, nell'ultimo banco, ma sempre con gli occhi fissi al tabernacolo, non moveva le labbra. E una volta il curato lo interrogò: «E che cosa fate?». «Eh, sono in chiesa». «Ma che cosa dite al Signore?». «Non so dirgli niente, io lo guardo, lui mi guarda, sento di amarlo e so che mi ama e son felice di essere con lui. Poi me ne ritorno a casa contento, il gran pensiero di Dio che mi accompagna», ecco.

Può essere, come leggete in tante vite di Santi, che uno resti così preso dalla visione del presepio: il Bambino sulla paglia, rivestito dei suoi pannolini preparati da Maria, in estrema povertà, adorato da Maria, adorato da Giuseppe, adorato dai pastori. Oppure può esser preso dalla scena di Gesù a Nazaret: *oboediens illis*, si

fece obbediente. E obbediva a Maria e a Giuseppe. Seguirlo: come si muove, cosa fa, quando è chiamato a pregare, quando è mandato a prender l'acqua dalla fonte, quando Maria lo vuole vicino a sé e gli insegna a leggere; quando gli dà disposizioni di pulire l'ambiente, la casetta, ecc. Come obbedisce. Si resta estatici. Il Figlio di Dio! È più mirabile il fatto che due creature comandino a Dio o più mirabile il fatto che Dio obbedisca a due creature? Domanda san Bernardo. Si resta presi da questi esempi. Così quando Gesù è al banco di lavoro; così quando è, per 40 giorni, in digiuno; così quando accoglie la Maddalena. Specialmente negli Esercizi è tanto bello sentir questo: Gesù mi accoglie, accoglie me che ho tanti peccati, imperfezioni, incorrispondenze, negligenze. Oppure Gesù quando istituisce l'Eucarestia: stare attente alle parole che dice, a cosa fa, a come ricevono la comunione gli Apostoli; oppure a quando Gesù è nel Getsemani, o è flagellato, oppure porta la croce, oppure è vicino a spirare sulla croce. Allora, questa orazione di semplicità, è soltanto guardare e rimanere sotto l'impressione che rimane poi nell'anima in modo soave, efficace, per cui si nutre, si stabilisce sempre meglio l'unione con Dio. Orazione di semplicità. Parlare, qualche volta, si può anche, ma qualche espressione semplice. È tutta intima.

Poi vengono gli altri gradi.

5. *L'orazione di raccoglimento infuso.* Quindi siamo già dove opera più il Signore. In quello che abbiamo considerato, [come] "semplicità", c'è uguale lavoro da parte dell'anima e da parte di Dio. [Questo grado] invece, è caratterizzato dall'unione dell'intelletto con Dio e cioè, quando opera più Dio, quando infonde i doni dello Spirito Santo, cioè: la sapienza, l'intelligenza, il consiglio, la scienza. Il Signore prende l'intelletto, lo apre a considerare le cose divine, opera già più abbondantemente lui, dal di dentro, con la sua onnipotente virtù. Il Signore possiede l'anima, la soggioga e conforta, arricchendola coi preziosi doni di sapienza, scienza, consiglio e intelligenza, mediante i quali fa l'anima penetrare

d'un colpo in codesto mondo soprannaturale dove risplendono le ineffabili meraviglie di Dio. Sì.

E le cose della terra sono considerate in quanto elevano a Dio. E poi l'anima resta sotto l'impressione dell'infusione dei doni intellettuali: sapienza, scienza, consiglio, intelletto. E l'anima, alle volte, ha delle luci intellettuali per cui penetra l'Eucarestia: Gesù, il suo amore; Gesù, la sua bontà; Gesù, la sua sapienza. E può essere che questo si verifichi particolarmente nell'Adorazione. E allora è un mondo soprannaturale sulla terra. Che cose vediamo, che traffici, che preoccupazioni degli uomini, cose materiali, bisogni del corpo, questioni tra gli uomini, discordie, peccati. Ma sembra che ci sia nell'anima che ha il raccoglimento infuso, tutto un mondo superiore, bello, splendente, dove si vedono le meraviglie di Dio, particolarmente considerando il cielo. Ecco, un occhio al cielo, un mondo soprannaturale: qui di passaggio, là in eterno. Ma non solamente considerare il cielo, ma – ho detto – considerare l'Eucarestia, quando Gesù dice: «Prendete e mangiate»; quando dice: «Fate questo in memoria di me», ecc. Il mondo, l'intimo del cuore di Gesù; il mondo soprannaturale, l'amore di Gesù per gli uomini.

Vengono poi gli altri gradi.

6. *L'orazione di quiete* consiste in un sentimento intimo della presenza di Dio che assorbe la volontà e riempie l'anima ed il corpo di tanta soavità e diletto ineffabili.

Questo, forse, si capisce anche meglio raccontando quello che è scritto tra i ricordi del canonico Chiesa. Egli notava tante cose che riflettevano i suoi sentimenti quotidiani, i suoi pensieri. Dice a se stesso: “Ricordati, anima mia, che quando eri chierico, una domenica, allorché il vescovo ha celebrato la Messa e ha fatto la predica sulla Sacra Famiglia, ricordati che hai avuto una grazia particolare dalla Sacra Famiglia, specialmente dopo la comunione. Ti sei sentito – dice a se stesso – invitato ad entrare come la quarta persona della Sacra Famiglia e hai corrisposto e hai detto sì, nella Sacra Famiglia, nella casetta di Nazaret. E allora, sentendo le ispi-

razioni interne, egli comincia – dice – a trattare con Gesù come suo fratello; si sente il bisogno di trattare Maria come la madre; si sente di dover trattare con Giuseppe come col padre. E, quindi, intima comunicazione e proposito di viver poi sempre col pensiero, col sentimento come un membro della Famiglia di Nazaret. Vivere a Nazaret. Oh, allora, poi mi è venuto – dice – una pena, cioè il dubbio che io potessi continuare sempre così e che un giorno non avessi da raffreddarmi nell'amore alle tre Santissime Persone; e – aggiunge – siccome io ho avuto l'audacia di chiedere un segno che non sarei venuto meno nel fervore, il segno mi fu dato". E non dice quale. Ma dice poi, nel commento, come da allora egli si comportava. Con Maria, figlio: ascoltare; Gesù, fratello: amare, operare con lui, obbedire con lui come egli obbediva a Maria e a Giuseppe. E poi, parlare con intimità con Giuseppe, come parlava il fanciullo Gesù con Giuseppe, come Gesù giovanetto lavorava con Giuseppe, come Gesù ha assistito Giuseppe nel passaggio all'eternità, ecc.

Questa si può mettere fra le orazioni di quiete, tanta è l'impressione della presenza di Dio, di vivere alla presenza di Dio e di stare sempre con l'occhio rivolto a Dio: "Cosa ti piace? Cosa vuoi che dica? Cosa vuoi che faccia? Ecc.". E allora, il sentimento intimo della presenza di Dio, la quale presenza assorbe [la] volontà e riempie l'anima ed il corpo anche, per cui si riflette poi sul corpo: una fronte serena, un comunicare buono, una socievolezza continuata con le persone con cui si deve stare, ecc.

Poi vengono i tre gradi superiori di contemplazione.

Sono: primo, l'orazione di *unione semplice*, il grado di contemplazione infusa, in cui tutte le potenze interne sono prigioniere di Dio ed occupate tutte in Dio. Questo è contemplazione infusa. L'altro grado, poi, è una contemplazione ancora infusa, ma porta già all'*unione estatica*. E l'ultima, cioè il nono grado, alla *unione con Dio di trasformazione*.

7. Questo settimo [grado] rende le potenze prigioniere di Dio

e la volontà tutta presa in Dio, le potenze interne. Un esempio, anche per spiegare, preso dai ricordi del canonico Chiesa. E cioè: in Alba, un giorno, mando un nostro chierico a portare le bozze di stampa perché fossero corrette dal canonico. Il libro era suo, si stava stampando. Il chierico lo trova in chiesa, inginocchiato nei primi banchi, era solo; [al] mattino, verso le undici e mezza, inginocchiato, con le mani giunte, raccolto in tutto il suo atteggiamento, l'occhio rivolto al tabernacolo. Il chierico lo avvicina con rispetto e dice sottovoce presentandogli le bozze: "Signor canonico, vuol correggere le bozze?". E lui non risponde. Allora si avvicina un po' di più e presenta meglio le bozze e gli dice un po' più forte: "Vuol fare il piacere di correggere queste bozze?". Niente. E allora, un po' più coraggioso e anche un po' più audace, il chierico lo tocca: "Ma, canonico, vuol correggere 'ste bozze?". Allora un piccolo tremito come uno che rinviene in sé ed è un po' confuso di esser preso così, di sorpresa, meglio, in quella orazione così elevata, fa un cenno di sì e non risponde, prende le bozze e le mette lì e ritorna al suo stato di orazione. Questa, l'orazione di unione in cui le potenze sono prigioniere di Dio. Non sente, non parla e non si distrae in altre cose. E gli occhi non l'avevano veduto il chierico, ecc. Le potenze interne poi di più, perché la volontà e il sentimento e tutto l'intelletto restano prigionieri di Dio.

8. Andiamo ai due gradi superiori: *orazione contemplativa*, nella classificazione generale, l'*ottavo grado*. È costituito dall'unione estatica nella quale si verifica il fidanzamento spirituale. Voi sentite spesso questa parola: sposa di Cristo. La sposa dei sacri cantici, del Cantico dei Cantici, sì. Ora, il fidanzamento spirituale è più che la professione religiosa, sebbene può essere che un'anima faccia talmente bene la sua professione religiosa che ci sia già un fidanzamento spirituale, e cioè, una promessa: "Sarò tutta tua". E da parte di Gesù: "Tu sarai tutta mia". "Sarai", perché questa promessa, questo fidanzamento si verifica poi come matrimonio spirituale, nel nono grado: nell'*orazione trasformante*. Oh, l'impegno di

essere di Gesù e sentire che Gesù si dà all'anima. Vi sono anime che questo lo sentono nella comunione, quando Gesù si dà tutto all'anima e l'anima promette di vivere in lui. Non lo sente ancora del tutto, non sente ancora che Gesù domina, ma Gesù si è già donato. Andando avanti in questo spirito di contemplazione, allora ciò che si era promesso diviene realtà.

9. Dopo il fidanzamento, c'è il matrimonio spirituale, soprannaturale, come viene chiamato dai Santi, specialmente come lo spiegano i libri di teologia e, fra di essi, vi è quello di san Giovanni della Croce, tra i principalissimi. Che cosa si ha, allora? Si ha questo: che la persona, si può dire, non c'è più – per modo di dire, eh? – e c'è, e come! Però, è Gesù che comanda, c'è una sola volontà, far questo, quello, così; pensa, in maniera tale che è lui che opera, lo lascia operare, il Diletto, nella sua mente, nel suo cuore e nella sua volontà e in tutti i movimenti, lo lascia operare, ma è lui che guida, come l'autista che guida la macchina e ci sono sopra i passeggeri, ma sono guidati tutti dall'autista, sono portati da lui. È qualche cosa di intimo, molto, molto, molto elevato.

Ora non mi dilungo a spiegare troppo queste cose, perché ci son da far notare tre verità:

Primo: l'hanno tutti questa grazia di arrivare al nono grado, cioè, alla preghiera trasformante, trasformati in Gesù, l'hanno tutti questa grazia? Le suore l'hanno tutte. Hanno tutti questa grazia di potere arrivare lì.

Secondo: son chiamate ad arrivare lì? Son tutte chiamate ad arrivare lì. Ecco la vocazione.

Terzo: si tratta di cose straordinarie, come visioni? No. Come apparizioni? No. Sono cose che sono nella via ordinaria con cui Dio si comunica all'anima. Se ci sono delle visioni, se uno parla una lingua ignota, se ci sono delle apparizioni o altri fatti straordinari, questi appartengono a Dio, il merito l'ha Dio. Invece è l'altra parte che ha il merito, l'anima, quello che ho ricordato. Sono doni ordinari di Dio per l'anima che corrisponde.

Oh, ma che cosa ci vuole, dunque, da parte nostra? Ci vuole questo: grande buona volontà di appartenere solo a Gesù e che Gesù comandi, che guidi la testa e la lingua e il cuore e i piedi e tutto l'essere, in sostanza. La volontà sopra tutto. Oh, ci vuole questa buona volontà. Notando che ci vuole anche che corrispondiamo alla grazia e cioè, che cominciamo a pregare come sappiamo. Poi si passerà ad altri gradi.

Vi sono poi anime che hanno già raggiunto i più alti gradi, ma non lo sentono. Il Signore, nella sua misericordia, nasconde i suoi doni, tante volte, all'anima. E ci può essere anche questo raggiungimento, cioè, può esserci un'anima che raggiunga anche il nono grado di orazione, cioè la preghiera trasformante e che viva in aridità? Sì. Può essere che viva anche un tempo notevole come santa Teresa, in aridità, e tuttavia può aver[lo] raggiunto. Poi non bisogna mai mettersi a considerare: a che grado sono? No. Sforzarsi di migliorar la preghiera, senza fare un esame che, da una parte è inutile e, dall'altra parte, può essere anche un'occasione per ingannarci. Semplici.

Almeno raggiungere la preghiera di semplicità. E avanti! E pregare lo Spirito Santo perché lavori l'anima, si faccia sentire nell'anima e illumini la mente e muova il cuore, operi, in sostanza, nell'anima come è detto di qualche santo: *dux eius fuit.*, il Signore guidava l'anima sua.

Sia lodato Gesù Cristo.

Alle Pie Discepolo del Divin Maestro 1961, pp. 99-110

Apostolato della preghiera

«In Paradiso si farà più festa per un peccatore pentito, che per novantanove giusti che perseverano». Dovrebbe dunque allietarsi chi è in peccato mortale? Il Signore è buono, molto buono, ma molto buono. E quando un'anima è caduta in peccato egli vuole farle ricavare gran bene, elevarla più di prima. L'umiltà è ciò che attira le benedizioni e le grazie divine.

Il Figlio di Dio si è incarnato, è venuto sulla terra per i peccatori. Perciò quando ottiene la conversione di un peccatore gli applica i frutti della sua redenzione. Egli è venuto sulla terra per esercitare la misericordia. «Misericordia voglio e non sacrificio». Gesù ha dato il suo sangue per noi peccatori; il suo sangue di valore infinito. Pazzia d'amore, degna di un Dio! Ed è un mistero la sua espressione «si fa più festa in Cielo per un peccatore [pentito] che per novantanove giusti...». Sembrerebbe un'ingiustizia, tanto che il fratello del figliuol prodigo se ne lamenta: ecco, per lui tutte le preferenze!

Non desiderate d'essere anime peccatrici, ma sappiate servirvi dei peccati per i seguenti fini:

1. Per stabilirvi a camminare sempre nell'umiltà. Se avessimo commesso anche un solo peccato, oh quanto avremmo occasione e motivo di umiliarci! Con esso abbiamo offeso il Signore.

2. Per essere riconoscenti del perdono e amare Iddio tanto più quanto più l'abbiamo offeso; tanto più, quanto più Gesù ci ha perdonati.

3. Per ricavare esperienza, onde schivare le occasioni, adoperare i mezzi di vigilanza e pregare.

Pietro e gli Apostoli erano stati ripetutamente avvertiti da Gesù: «Vigilate e pregate per non cadere in tentazione». Pietro non volle credere e cadde. Dopo la colpa, incontratosi con Gesù che lo guardò con lo sguardo pieno d'amore, Pietro comprese.... Anche con noi Gesù fa così, anche a voi stamani. Egli ha dato uno sguardo

d'amore e vi ha chiesto: fammi abitare nella tua anima.

Per chi ha un apostolato come il vostro, vi è ancora un mezzo per trarre profitto dalle mancanze: amare i peccatori. Aver pietà dei peccatori. Il mondo è immerso nel peccato. Quante sono le anime in disgrazia di Dio! Quante non lo conoscono e non lo servono! Abbiate pietà di coloro che sono incamminati verso l'inferno. Ai veggenti di Fatima la Madonna disse: «Molte anime si perdono perché non vi è nessuno che preghi e faccia penitenza per esse».

Volete voi pregare? Volete votarvi alla penitenza per i peccatori e così consolare il Cuore del Maestro Divino? La vita religiosa ha i suoi sacrifici, siano offerti per i peccatori. «Non sono venuto a chiamare i giusti, ma i peccatori», rispondeva il Maestro Divino a chi lo accusava di stare sempre con i pubblicani. Quanto fu buono col ladrone pentito, con Pietro, con Maria Maddalena! Noi sappiamo di dover trattare con un Gesù tanto buono, perciò mai sconforti, diffidenze, smarrimenti. Gesù è buono, buono, buono, ed ascolterà la preghiera che voi farete per tutti coloro che sono lontani da Lui.

L'apostolato della preghiera. È apostolato della preghiera consacrarsi a pregare per la maggior gloria di Dio e per ottenere la salute del mondo.

La preghiera può essere privata e organizzata. Chi prega per particolari intenzioni, ad esempio per i Sacerdoti, gli scismatici, o per altri, fa preghiera privata; chi invece entra a far parte dell'«Apostolato della Preghiera» fa preghiera organizzata.

Cosa faceva Maria nella cullina, nella casa di Nazaret, al tempio, al Cenacolo? L'apostolato della preghiera. Cosa faceva Gesù a Betlemme nei suoi primi anni, nella sua vita nascosta? L'apostolato della preghiera. Da quella casetta di Nazaret, quali preghiere, quali suppliche salivano al Padre Celeste! Il Divin Maestro nella vita pubblica era così occupato, da non aver tempo nemmeno a prendere cibo, ma trovava sempre tempo per pregare, e alle giornate piene di lavoro faceva seguire notti di preghiera: *et erat pernoctans in oratione Dei.*

Iddio vuole che tutte le anime siano salve, ma che si salvino mediante il ministero degli uomini. L'apostolato della preghiera precede il Battesimo, le conversioni e le ottiene. Tutti abbiamo il dovere di questo apostolato; nessuno ne è escluso. Tutti possono pregare per la conversione del mondo. La nostra parola può essere morta, se non vi è la grazia che la vivifica.

Dice il Roschini [Roschini Gabriele, dei Servi di Maria (1900-1977), Mariologo] che Maria Santissima seguiva Gesù nei suoi viaggi apostolici e lo serviva assieme con gli Apostoli. Ella stava a capo delle Pie Donne che la coadiuvavano. Seguiva Gesù per servirlo, ma anche e prima, perché mentre Gesù predicava Ella pregava. Maria era la Discepolo più attenta nell'ascoltare la parola del Maestro Divino, ma era anche l'orante più fervente.

Nella Chiesa vi è la grande associazione dell'«Apostolato della Preghiera», che comprende circa 40.000.000 associati e questi offrono al Signore in unione al Cuore Immacolato di Maria: le orazioni, le azioni, tutto il lavoro e il complesso di occupazioni a cui si dedicano, le sofferenze; Gesù ha offerto al Padre Celeste: sofferenze, spine, croce, lancia. Offriamo anche noi le nostre pene interne ed esterne, tutto! Il valore meritorio è sempre nostro per l'aumento della grazia e del merito, questo non si cede e dà diritto alla gloria. Per le Anime Purganti si può cedere il valore soddisfattorio.

Nell'«Apostolato della Preghiera» si offre il valore impetratorio, con le intenzioni per le quali Gesù è morto in croce e si immola sui nostri altari. Intenzioni migliori non ve ne sono: queste sono le più belle, le più intime, le più estese, le più meritorie che si possano pensare. Quanto è bene sostituirle alle nostre! Oh, se potessimo scoprire le intenzioni che ha Gesù nell'Ostia Santa, se potessimo penetrare nel suo Cuore! Vedremmo questi palpiti: gloria di Dio, bene delle anime. Le stesse intenzioni cantate dagli Angeli sulla capanna di Betlemme. Tu, così ti unisci al Cuore di Gesù, partecipi ai suoi desideri e alle sue aspirazioni. La vera Sposa fa suoi gli interessi dello Sposo, sente in sé ciò che sente, cerca, ama, vuole Gesù. Oh, allora come si diventa intimi col Divin Salvatore! Tutta la vita è spesa nell'unione con Lui.

In Oriente le Suore sono chiamate “le Marie”, perché il popolo comprende come ogni religiosa debba continuare a compiere quaggiù la missione della Vergine Santissima Maria [che] ebbe soltanto le mire di Gesù.

La vostra missione vi unisce alla missione di Maria. Per conseguenza siete poste nella condizione più bella, più meritoria che si possa desiderare in questa vita. Voi siete altre Marie! Entrate sempre più in questo spirito.

Noi recitiamo sovente la preghiera: «Cuore divino di Gesù» per ricordare e ripetere che col Cuore Immacolato di Maria offriamo tutto al Signore. Sono tanto belle le immagini che rappresentano i due Cuori uniti in uno solo.

Quando Gesù andava al Calvario, portando la croce, s’incontrò con la Madre sua. Oh, quale strazio! Gesù martire nel corpo, Maria martire nell’anima. Sul Calvario due vittime, due altari, una sola offerta, consumata sull’altare della Croce e sull’altare del Cuore Immacolato della Vergine.

Ti chiami Maria, e ti glori di portare questo nome. Ne sei degna? Sei veramente una Maria? Oh, la bella cosa che ha fatto per voi il Signore! A voi, proprio a voi, ha dato la grazia di continuare la missione della Madonna, nello stesso suo spirito, in unione con Lei. Tocca a voi parlare al Padre Celeste degli interessi di Gesù, a voi comprendere i palpiti di quel Cuore divino. Oh, se foste non solo 400, ma 4 mila, 40 mila, 400 mila!

Un invito: nel mondo vi sono 400 mila Sacerdoti, il che vuol dire che ad ogni minuto secondo vi sono sulla terra da 4 a 5 consacrazioni. Quale tesoro unirvi a tutte! Vivete della Santa Messa, con Gesù immolato, Gesù Agnello divino, ucciso e vivente! Oh, se comprendeste questo, quanto sarebbe lieta la vostra vita, quanto pia, efficace, meritoria! Quanto aiuto porterebbe alle anime, al mondo intero!

Sulla preghiera

Si presentarono al Tempio per fare orazione un fariseo e un pubblicano. Il fariseo si presentò a Dio per raccontare i suoi meriti; il pubblicano, invece, piegò il capo e cominciò a percuotersi il petto: «O Dio, abbi pietà di me peccatore» (Lc 18,13). Il pubblicano si presentò a Dio come peccatore, pregò come peccatore e fu rimandato giustificato.

Preghiamo anche noi questa sera, convinti della nostra indegnità; invociamo la Misericordia divina, e prima di tutto chiediamo perdono delle mancanze che abbiamo fatte riguardo alla preghiera. Chiniamo il capo, stiamocene umili, domandiamo luce, pietà e grazia.

PRIMA PARTE

«Avvenne che mentre Egli stava in un luogo a pregare, quando ebbe finito, uno dei suoi discepoli gli disse: Signore, insegnaci a pregare, come anche Giovanni ha insegnato ai suoi discepoli» (Lc 11,1-2). E disse loro: «Quando pregate, dite: Padre, sia santificato il tuo nome, venga il tuo regno. Sia fatta la tua volontà come in cielo così in terra. Dacci oggi il nostro pane quotidiano e rimetti a noi i nostri debiti come noi li rimettiamo ai nostri debitori. E non c'indurre in tentazione, ma liberaci dal male» (Mt 6,9-13).

Risuona ai nostri orecchi la domanda che fecero gli Apostoli, e la facciamo anche noi: «Maestro, insegnaci a pregare» (Lc 11,1) e fa' che penetri nelle nostre anime la tua parola: «*Oportet semper orare et numquam deficere*: bisogna sempre pregare senza mai stancarsi» (Lc 18,1).

O Gesù Maestro, Voi che siete la Via, la Verità e la Vita; Voi ci avete dato l'insegnamento e, prima di parlarci, ci avete dato l'e-

sempio; avete pregato a lungo, e soprattutto avete acquistato sul Padre vostro il diritto a essere esaudito, con la vostra dolorosissima Passione e Morte.

Credo, o Gesù, alla vostra parola. Credo, in primo luogo, che voi siete nel Padre, e adoro la vostra bontà; credo alla promessa che ci avete fatta: «Qualunque cosa chiederete al Padre mio vi sarà dato» (cfr. Gv 15,16). Credo che, in nome vostro, noi dobbiamo pregare il Padre; credo ai vostri meriti, e credo di ottenere ogni grazia per il valore della vostra passione, per il valore della vostra morte in croce.

Oh, quante volte io sono ricorso ad altri mezzi e non alla preghiera! Quante volte gli uomini cercano a destra e a sinistra; vanno e vengono e camminano e chiedono consigli altrove, e non vengono da Voi, o Gesù! Quante volte si ha bisogno di beni e non si ricorre a Voi, che siete il Sommo Bene! Anch'io, tante volte, ho dimenticato Voi per cercare aiuto altrove. Ma le industrie umane, senza di voi, a che cosa possono approdare?

Infondetemi, o Gesù, una fede viva nella vostra paterna bontà; una fede viva nelle promesse che ci avete fatto. Io credo che Voi siete infinitamente fedele; credo che a chi chiede viene dato, per i meriti della vostra passione e morte.

Ora intendo recitare il «*Padre nostro*» che Voi mi avete insegnato, con umiltà, con profonda umiltà. Col mio pensiero, con la mia anima mi elevo al cielo, a contemplare la SS. Trinità: il Padre, il Figlio, lo Spirito Santo. Con fede mi rivolgo al Padre che mi ha creato, al Figlio che mi ha redento, allo Spirito Santo che mi santifica.

SECONDA PARTE

Esame di coscienza sulla preghiera. Ripetiamo la domanda: «Maestro, insegnaci a pregare». Insegnaci a pregare bene, cioè con umiltà, con fiducia, con perseveranza, con spirito soprannaturale:

«*Oportet semper orare*» (occorre pregare sempre).

E noi abbiamo pregato *con perseveranza*? Al mattino: la Messa. Ben ascoltata? La Comunione ben fatta? La meditazione? Durante il giorno: frequenti giaculatorie? La Visita intera? Tutti i giorni?

Abbiamo pregato *con umiltà*? Ci siamo disposti alla preghiera con umiltà, con sincero pentimento? Ci siamo presentati a Dio in atteggiamento di peccatori? Conosciamo i bisogni dell'anima nostra, oppure l'orgoglio ci fa velo e, quando andiamo a pregare, non sappiamo quasi riconoscere le nostre necessità, e non sentiamo quasi il bisogno della preghiera stessa? L'orgoglioso crede di poter avere abbastanza capacità, abbastanza intelligenza, abilità, di non aver bisogno né di consigli di uomini né di grazia di Dio. Perciò la preghiera dell'orgoglioso è come la preghiera del fariseo, che vantava i suoi meriti e disprezzava quel pubblicano che, in fondo al Tempio, si batteva il petto (cfr. Lc 18,9-14). Abbiamo sempre pregato *con fede*? Nella vita di chi non prega vi sono fallimenti che si succedono l'uno all'altro: interni ed esterni. Ma chi prega riceve grazia su grazia. «Picchiate e vi sarà aperto, chiedete e otterrete, perché chi cerca trova e a chi picchia verrà aperto» (Lc 11,10). Avete, o Gesù, dei rimproveri da fare, in questo momento, alle anime nostre? Voi ci conoscete; Voi leggete fino in fondo.

Abbiamo pregato *con spirito soprannaturale*? «E se qualcuno di voi domanda al padre un pane, gli darà forse un sasso? Se un pesce gli darà forse un serpente? E se chiede un uovo gli darà uno scorpione? Se voi dunque che siete cattivi, sapete dare buoni doni ai vostri figlioli, quanto più il vostro Padre del cielo darà Spirito buono a chi glielo domanda» (Lc 11,12-13).

Chiedete la santità, la grazia di fare la volontà di Dio. Sia questa la domanda centrale di ogni preghiera: che sappiamo comprendere la volontà di Dio! Cerco la gloria di Dio e il bene delle anime? Chiedo che le anime rigettino le tentazioni; che risorgano dal peccato, che si migliorino?

Esame profondo; dolore sincero, risoluzioni ferme.

TERZA PARTE

Chiediamo la grazia di pregare bene, ed offriamo una soddisfazione collettiva al Signore per tutte le nostre mancanze nella preghiera; per la preghiera non fatta, o non fatta come si deve: con fede, con perseveranza, con umiltà, con spirito soprannaturale.

La riparazione la offriamo al Padre celeste per Vostro mezzo, o Gesù, recitando il *primo mistero doloroso*. Fu veramente dolorosa l'ora che voi passaste nell'orto degli Ulivi; fu veramente una preghiera ben fatta la vostra! Offriamo il vostro sudore di sangue per le nostre mancanze sulla preghiera.

Poi recitiamo una terza parte di Rosario: i *misteri gaudiosi*. Chiediamo a Gesù, per intercessione di Maria, la grazia di pregare sempre e di pregare con le dovute disposizioni. [...]

Per un Rinnovamento Spirituale, 1952-1954, pp. 133-136

La preghiera vitale

Trasformare tutta la nostra vita in orazione. Certamente che si fanno le pratiche di pietà, ma non soltanto quelle ore destinate alla preghiera propriamente o almeno alla preghiera intesa nel senso ordinario, ma che le 24 ore siano trasformate in orazione, in quella preghiera che si chiama “vitale”.

Contemplando Gesù nel presepio, ecco, lo troviamo, il Bambino, nel silenzio, sopra la paglia. Maria, Giuseppe: in silenzio. E quando devono fuggire in Egitto, senza fare obiezioni, senza parlare, in silenzio compiono il volere di Dio. Così, dal Bambino dobbiamo imparare la preghiera vitale. Non pensiamo mica che dormisse come un altro bambino. Esteriormente, fisicamente, sì, ma tutto era indirizzato al Padre, il compimento totale del volere del Padre celeste, il suo cuore sempre rivolto a Dio e rivolto agli uomini, sempre in adorazione, in ringraziamento, in supplica, in soddisfazione per i peccati degli uomini. Così possiamo fare anche noi in qualche misura: *Oportet semper orare*: è necessario pregar sempre. *Et numquam deficere*: (cfr. Lc 18,1). Mai tralasciare.

E come è possibile pregar sempre? Perché vi è anche il tempo destinato al riposo; il tempo destinato al cibo, alla ricreazione; il tempo destinato all’apostolato. Oh, come si può pregar sempre? Si può pregar sempre con questa preghiera vitale, cioè, *trasformando la nostra vita in continuata orazione*. È sempre servizio di Dio sia quando sei in cappella come quando sei nell’apostolato; sia quando riposi sia quando fai ricreazione; sia che tratti con le persone sia, invece, che attendi a degli studi, ad esempio, è sempre il servizio di Dio, il compimento del volere di Dio, anche le cose più umili, e quasi diremmo, più vili. Nel loro valore interno, in quanto sono l’adempimento del volere di Dio, il servizio continuato di Dio, ecco, contano dinanzi al Signore, se hanno certe condizioni. Sant’Agostino ce lo fa sentire bene. San Tommaso, poi, dice: «Tanto

l'uomo prega, quanto ordina la sua vita a Dio». Cioè, quanto uno compie il volere di Dio e tutte le sue ore le ordina al servizio, all'amore al Signore. Non importa una cosa o l'altra. Può essere che sia più meritorio, per una mattina, astenersi dalla comunione che far la comunione, quando il volere di Dio è che uno si astenga. E allora è di maggior merito, di maggior gloria di Dio l'astenersi, supponiamo, perché è malato. E allora diciamo sempre: opere buone. Ma tutte le opere son buone, anche il bere, mentre che rompi il pane e l'accosti alla bocca, è il volere di Dio, ecco. Ma se noi lo facciamo sempre in ordine a Dio: *Tamdiu homo orat, quamdiu ordinat vitam ad Deum*, tanto l'uomo prega in quanto ordina la sua vita al Signore; cioè nel servizio di Dio, nel compimento del volere di Dio. *Quae placita sunt ei facio semper*: faccio tutte le cose che piacciono e come piacciono al Padre celeste (cfr. Gv 8,29).

Come si arriva a questo? Ecco, anzitutto far bene le pratiche di pietà del mattino, della sera, le ore di Visita al Santissimo Sacramento, rosario poi, ecc., tutte le pratiche. Ma farle così bene che lascino nel cuore un sentimento di fede, di amore e di fiducia nel Signore, un sentimento di sottomissione, di abbandono al suo volere, un sentimento di generosità. Tutto, solo e sempre il volere di Dio. Generosità. Quando veramente nel cuore si sente, quando nella preghiera si è suscitato questo sentimento nell'animo, allora un po' si diffonde nel rimanente della giornata.

Se poi facciamo quel che è necessario, *secondo luogo: operare in Cristo*. E cioè, sentire Gesù Cristo in noi. E noi farci sue membra obbedienti ai suoi desideri: "Cosa vuole Gesù da me in questo momento?" E allora la mano prenderà la penna a scrivere o prenderà il pane per nutrirsi o prenderà l'ago per i lavori domestici, ecc.: il volere di Dio. Che siamo sue membra obbedienti, quasi diremmo, come l'autista si fa obbedire dalla macchina e la macchina segue ciò che ha nell'animo, nell'intenzione, nella testa l'autista. Diventare sue membra docili. «Voi siete membra di Cri-

sto», dice san Paolo (cfr. 1Cor 12,27 e passim.). Membra obbedienti, non capricciose; membra che non sono solamente le mani e i piedi e il cuore che pulsa, ma la “mente” che è la parte superiore dell’uomo, la “volontà” che è la parte superiore dell’uomo, il “sentimento” ispirato a princìpi, a ideali soprannaturali. Quindi la mente e il sentimento e la volontà obbedienti ancora a Dio, non soltanto la mano, non soltanto i piedi: ora bisogna andar nel tal posto. Farci strumenti. Operare in Cristo. Vivere Cristo in noi.

In terzo luogo, poi, se vogliamo vivere in continua orazione, molto giova *l’uso delle giaculatorie* o il ricordare il pensiero della meditazione del mattino, oppure i propositi del mattino, oppure una comunione spirituale o un’altra pratica, anche semplicissima, che si debba fare o che si voglia fare; per esempio, se si dice il rosario durante l’apostolato, ecco la pratica che si deve fare. [Oppure] il mettere un istante la mano sul petto: questo cuore a Gesù, senza che ci sia un atto che venga notato da altre persone, ecco di nuovo ci uniamo a lui. E così alla sera con quei sentimenti si riposa; e così prima dell’apostolato e prima del cibo, ecc., il «Cuore divino di Gesù, vi offro in unione con le intenzioni con cui [Vi immolate] sugli altari». Allora c’è una continuità di preghiera e c’è anche, possiamo dire, una preghiera di un calore speciale, calore e colore eucaristico: «con le intenzioni con cui Gesù continuamente si immola sugli altari».

Vita, allora, di preghiera. Perciò le 24 ore: orazione continuata. E sempre questa preghiera così continuata che porti sollievo allo spirito per cui non si perda un istante della giornata, ma tutto e solo e sempre al servizio di Dio. Non è il molto dire, preghiera vocale e neppure non è il pensare continuamente, preghiera mentale, ma è proprio l’unione di noi con Gesù in maniera tale che non si muova ciglio, non si muova piede che non sia per compiere il santo voler di Dio e nelle «intenzioni con cui Gesù si immola sugli altari». Oh, se dal Bambino Gesù avessimo questo dono, certamente nella nostra vita faremmo un bel progresso

spirituale. E allora ci sentiremmo anche più lieti e sentiremmo anche che la nostra vita produce e non faremmo distinzioni tra ufficio e ufficio, tra posto e posto, no. Sempre orazione, sempre servizio di Dio, sempre. E il merito sta proprio nel fare puramente la volontà di Dio, nell'amore di Dio. Preghiera, quindi, continuata. *Semper orare, numquam deficere* (sempre pregare senza venire mai meno). Nessun momento che si interrompa la preghiera, diventati, quasi angeli del cielo.

Sia lodato Gesù Cristo.

Alle Pie Discepolo del Divin Maestro 1960, pp. 274-278.

Migliorare la preghiera

Avevamo ricordato che gli Esercizi si possono dividere in due parti; la prima parte, la purificazione; la seconda parte, la santificazione o perfezionamento. Ora, la prima parte l'avete certamente compiuta. Ora, la seconda parte: la santificazione. Santificazione che significa il continuo lavoro spirituale per essere più uniti a Dio, e per avere una diligenza e una veramente chiara azione spirituale, e quindi corrispondere nell'osservanza della vita religiosa.

Ora, possiamo dire così: per cominciare o, meglio, continuare il lavoro di santificazione, chiediamo al Signore le grazie; cioè, la preghiera. Adesso a predicare a voi, che avete abbondanza di preghiera, sembrerebbe, questo, non necessario. Ma è sempre necessario, perché il Signore, nella Bibbia, ha voluto che almeno 450 volte si parlasse della preghiera; almeno 450 volte. Quando il Padre celeste, per mezzo dello Spirito Santo, ci fa ripetere questo comandamento, questo incoraggiamento, e che questo sia preghiera fatta bene, oh! allora è di grande necessità. Diversamente il Signore non avrebbe voluto fare una continuità di esortazione per la preghiera.

Invochiamo, allora, lo Spirito Santo, lo Spirito Santo il quale effonde lo spirito della preghiera: *spiritum gratiae et precum*. Lo spirito della preghiera. Se in questi giorni si chiede questa grazia dello spirito della preghiera, certamente nell'anno si progredirà nella preghiera. E quando ci sono le preghiere ben fatte, [ci] si perfeziona in tutto. Il Signore dà la buona volontà, sì, quando la chiediamo; ma poi, la comunicazione delle grazie per praticare le virtù, per vivere le Costituzioni, per compiere i doveri quotidiani, per compiere l'ufficio che è stato assegnato.

Oh! Sarebbe bene poter meditare *Il gran mezzo della preghiera*, libro di sant'Alfonso, che ha scritto precisamente un libro per esortare al gran mezzo della preghiera [per giungere al]la salute eterna. E, chi prega si salva e chi non prega affatto non si

salva. Allora diamo questa grande importanza alla preghiera. Come ho detto, voi già la fate la preghiera, ma volevo dire, farla bene, ecco, migliorarla giorno per giorno. Chiedere questa grazia: dà a noi, Signore, la grazia della preghiera, lo spirito della preghiera, sì.

Ora, perché la preghiera sia fatta bene: aumento di *fede* e aumento di *speranza* e aumento di *carità*. Ecco, migliorare la preghiera significa: [primo], portare fede, una fede viva nella orazione, nella preghiera; e, secondo, la fiducia, la speranza delle grazie del Signore; e, terzo, la carità, cioè l'amore a Dio e l'amore al prossimo.

Ecco, la preghiera può essere fatta in tante maniere, più o meno, ma è necessario un esame di coscienza: Come prego? Ecco; quali sono le disposizioni interiori? E la preghiera fatta esteriormente, ecco, può essere fatta con molta pietà e può anche essere fatta così, macchinalmente; così, nel canto [quando] si cerca soltanto che le note siano [quelle] giuste; o in altre manifestazioni esteriori: perché ci si alza, ci si inginocchia [...] ma al corpo si richiede l'anima; non soltanto quindi quella che è l'esteriorità fatta bene, ha anche molta importanza farla bene l'esteriorità, sì, ma soprattutto che sia fatta bene interiormente.

Che cosa significa, allora, con *fede*? Entriamo nella conversazione col Signore, il Padre celeste, o entriamo in conversazione con Gesù, o con Maria, o con san Paolo, quando noi andiamo parlando a tu per tu. E se gli angeli del cielo sempre contemplano il Signore nella visione, noi facciamo quello che è possibile nella vita nostra. E quindi la preghiera fatta in raccoglimento. Fede!

Ma che cosa riguarda, e che cosa indica in questo caso? In questo caso, pensare: la preghiera è un discorso, un parlare con Dio, sì, parlare con Dio. E questa è la prima parte della preghiera, cioè lodare Iddio, lodare Iddio e ringraziar Dio; e, secondo, quello che è necessario per la nostra salute eterna. Quindi la prima parte è glorificare Dio, è ringraziare Dio; questi due compiti: e adorare e ringraziare. E poi gli altri due compiti che sono: chiedere perdono, e chiedere le grazie; allora questa è [una] *petitio*, è un

domandare al Signore le grazie di cui abbiamo bisogno, quindi, la santificazione e poi tutte le altre necessità che sentiamo nel nostro cuore. Quindi la preghiera fatta con fede, sì.

Presentarsi al Signore in umiltà, come un figlio che si avvicina al Padre e vuol parlare col Padre, e vuole sentire dal Padre quello che il Padre vuole dire, vuole disporre, ecco. Quindi la fede viva, sì. Credo, sì. Tante volte giova cominciare col *Credo*, o col *Credo apostolico* o col *Credo* della Messa, che è il *Credo* un po' più ampio; sì, il *Credo*. Presentandoci al Signore, il *Credo*. Ma vi sono anche *salmi* che ci aiutano a metterci alla presenza del Signore e quindi cominciar la preghiera con fede: in adorazione e ringraziamento. Questo riguarda il glorificare Dio. Questa è la prima parte: glorificare Dio.

Poi vengono, in secondo luogo, le necessità nostre. La prima necessità è d'avere il perdono dei nostri peccati, delle nostre imperfezioni quotidiane; domandare il perdono di quel che c'è sta[to nel] passato di male, e [di] quello che può essere stato nella giornata o nella settimana; e quindi coi propositi, chiedere le grazie [...].

Allora, quale è la preghiera che è più gradita a Dio? La preghiera più gradita a Dio dev'essere sempre quella che si unifica al *Padre nostro*. C'è il *Padre nostro*, e ce lo ha insegnato Gesù Cristo, questo modo di pregare. Vedere subito, sì, la preghiera che riguarda la glorificazione e la riconoscenza a Dio. Ci sono tre espressioni: «Che sei nei cieli, sia santificato il tuo Nome; venga il tuo regno; sia fatta la tua volontà». Ecco la prima parte della preghiera che riguarda la glorificazione e la soddisfazione a Dio. E poi ci sono le quattro domande per avere il perdono delle mancanze e per avere la grazia per santificarci: «Non c'indurre in tentazione, ma liberaci dal male. Così sia». Quindi la preghiera viene presa così.

Oh! Chi prega si salva – ho detto – e chi non prega si dannava. Si prega, sì; certamente voi pregate. Ma quanto è migliorata la

preghiera, tanto migliora la vita. Quanto è migliorata la preghiera, migliora la vita. E quando la preghiera non è proprio come piace al Signore, allora la nostra vita si strascina e non c'è quella soddisfazione della vita religiosa; si strascina questa vita religiosa, e non ha quindi i frutti, le grazie, i meriti che dovrebbe avere la vita religiosa. Oh! Se noi possiamo dire che la nostra preghiera va migliorando, allora possiamo dire anche che va a migliorare la vita. Sì, anime, persone che vanno volentieri alla preghiera, perché non credono di dover fare tanto sforzo, tanta fatica; ma per pregare bene ci vuole sforzo, e la preghiera è anche lavoro; e per le anime le quali si inoltrano nello spirito della preghiera, certamente vi sarà anche la fatica. Quindi, *primo punto*: svegliare in noi la *fede*.

Secondo, la *speranza*, la speranza nei meriti di Gesù Cristo e, nello stesso tempo, l'imitazione della vita di Gesù Cristo. La speranza. Cosa sperare per la santità? Sperare è seguire Gesù Cristo, cominciando da Betlemme nella estrema povertà, e poi come è stata la vita privata, e come la vita privata è stata santificata da Gesù. Sì, imitare Gesù nella vita privata, e nella vita pubblica, e nella passione di Gesù Cristo. La vita privata e la vita pubblica sono sempre ricche di grandi virtù. Ma noi dobbiamo portare al Signore questa disposizione, e cioè: che io ho speranza di imitare Gesù Cristo, di vivere con lui. E per chi è già consacrato al Signore nei voti: vivere la povertà, vivere la castità, vivere l'obbedienza. Avere questa fede, questa speranza di imitare Gesù Cristo, migliorando la nostra vita quotidianamente, fino a quando Gesù è stato sulla croce. Come ha migliorato? Ecco, che abbiamo questa speranza di imitare Gesù Cristo, di vivere lui; e tanto più che ci sono i voti, per vivere quello che Gesù Cristo ha voluto indicarci: povertà, castità e obbedienza. Quindi la speranza di vivere in Cristo, come Cristo, secondo gli esempi di Gesù Cristo, e secondo le parole, gli insegnamenti che ci ha dato Gesù Cristo.

Ma poi non basta questa volontà, questa speranza. La speranza è nei meriti di Gesù Cristo. Perché, se noi non abbiamo

la grazia di Gesù Cristo, che cosa abbiamo? La nostra santità è nella partecipazione della grazia a noi, la grazia di Gesù Cristo a noi, perché tutto il bene che si fa nel senso naturale, non ha il merito; ma se tutto quel che facciamo noi lo offriamo al Signore, a Gesù, e poi domandiamo a lui la sua misericordia, la sua grazia, allora anche le minime cose hanno un grande valore; o che si faccia la pulizia, o che si vada a riposare, o che si debba fare un ufficio o un altro, offrendo tutto al Signore, egli dà a tutto ciò che facciamo, il soprannaturale; [a] quello che è naturale il Signore aggiunge la grazia soprannaturale, e quindi, ciò che sarebbe cosa umana, diviene cosa meritoria, ricca di meriti per la eterna felicità. Quindi, l'atto di speranza: speranza di vivere in Cristo e con Cristo mediante la sua grazia, la sua misericordia, il suo sangue sparso, da Gesù Cristo, sulla croce per noi. Quindi la partecipazione dei meriti di Gesù Cristo a noi.

E poi, *in terzo luogo*, ci sia la *carità*, l'amore a Dio e l'amore al prossimo.

1. Oh! L'amore al Signore. Se già siete così avanzate nel lavoro spirituale, veramente cercate, quindi, la gloria di Dio, c'è una disposizione che si può dire quasi perfetta, allora. Quando *omnia in gloriam Dei facite* (fate tutto per la gloria di Dio): tutto alla gloria di Dio, allora siamo già nella posizione giusta per il fine per cui Dio ci ha creati e ci vuole salvi. Perché? Perché noi arriviamo a glorificar Dio, sì. Se già siamo arrivati a questo, noi siamo già nel grado della carità verso Dio. Perfetta carità: cercare la gloria di Dio. Come il Signore ha detto: «La gloria non la do a nessun altro, è mia la gloria». Così è ripetuto nella Sacra Scrittura, sì; cioè: «La gloria mia non la cedo ad altri». E non può, sarebbe contro se stesso. Questo, a poco a poco, lo si penetra, gradatamente. Quindi, se c'è già questa disposizione di glorificar Dio, la preghiera prende già un grado elevato. Ma poi, se non si è ancora arrivati a questo, a questa convinzione, a questa fede di dovere orientarci e vivere per la gloria di Dio, almeno ci sia il desiderio della nostra

santificazione. Che andiamo al Signore per la santificazione; avere le grazie delle virtù; e poi di vivere santamente, e osservare le Costituzioni e tutti gli impegni che ci sono nella giornata, sì. Quel che è più perfetto, è già sentire la glorificazione a Dio; ma poi, come mezzo: il lavoro di santificazione nostra. Per glorificare Dio, gran mezzo è la nostra santificazione, gran mezzo. Quindi la carità verso Dio nella preghiera.

2. La grazia per il prossimo, pregare per le anime. Pregare per tutti coloro che ci sono cari e per tutte le persone del mondo; pensando alle persone che ci son più vicine, e, fra le persone più vicine, ci sono stati i genitori; e ci sono le persone che nella Congregazione vi aiutano e vi hanno avviate per la santità; e poi la carità verso le altre persone con cui si vive. E poi quello che c'è nell'apostolato, nelle varie forme di apostolato che ci sono. E poi tutta la Chiesa; e quelli che sono i buoni cristiani e quelli che son peccatori; e quelli che sono cattolici e quelli che invece saranno protestanti; sono ancora cristiani, ma non sono cattolici, tanti. E poi pensare a quelli che sono di altre religioni, o anche a quelli che non hanno nessuna religione. E ci sono i Maomettani, e ci sono gli Indiani, e ci sono i Cinesi, e tutti, in sostanza; le nazioni, tutte le nazioni, tutti gli uomini: un tre miliardi e mezzo di persone. Allora la preghiera va un po' per tutto. Non accetteranno, forse, la grazia di Dio, ma la parte di chi prega, quella è meritoria. E se non guadagnano loro, guadagna sempre chi fa la preghiera, anche se non viene accettata la grazia che il Signore dà. Allora è importante che noi cominciamo la preghiera con la fede, la speranza e la carità.

Poi, dare tanta importanza alla meditazione, che è preghiera. La preghiera, la meditazione, è utilissima per tutti i cristiani, e la meditazione è di necessità assoluta per progredire, se si vuole veramente progredire. Il cristiano si contenterà di vivere nella vita cristiana; ma se si vuole arrivare alla santificazione, è assolutamente necessaria la meditazione. La meditazione, la quale allontana, per la grazia di Dio, allontana l'anima dal peccato e dalle imperfe-

zioni volontarie, oh! Quindi dare una grande importanza alla preghiera. Quello che il Signore ha detto, e cioè, che chi vuole vivere bene deve meditare, deve riflettere su quanto ha detto il Signore.

Dunque, la conclusione: voi pregate, ma migliorare la preghiera. Ecco, questo. E domandare al Signore la grazia di pregare meglio, ogni giorno. Questa domanda per me la faccio sempre, tutti i giorni. Migliorare la preghiera. Cominciando dalle orazioni del mattino: che oggi la mia preghiera si migliori, preceduta da fede, speranza e carità.

Poi possiamo anche dire, come consiglio: l'Adorazione, la Visita, si divide generalmente in tre punti. Quando c'è la separazione dal primo punto al secondo, è sempre utile che si faccia un canto, o almeno recitarlo, un canto al Maestro Divino, Gesù. Nel libro delle Preghiere, abbiamo messo otto inni, canti [...]. E allora, nella conclusione di un punto, di un altro, di un altro, un canto o una recita, secondo i casi, a onore di Gesù Maestro, Via, Verità e Vita, sì. Questo è importantissimo per voi; per voi in particolare, ma serve per ottenere le grazie per tutti, [per] tutta la Famiglia Paolina; ottenere le grazie per tutta la Famiglia Paolina, concentrandosi sempre meglio nel conoscere Gesù Cristo, e vivere, imitare Gesù Cristo, e avere la sua grazia, l'intimità dell'amore, della carità verso Gesù Maestro. Questo è di grande grazia, e in questo senso: che ciascheduna di voi conosca sempre meglio, e viva sempre meglio il Maestro Divino. Ma questo si diffonda nella Famiglia Paolina e nel mondo intero, Gesù Cristo.

Sia lodato Gesù Cristo.

Alle Pie Discepolo del Divin Maestro 1966, pp. 107-115.

La qualità della preghiera

[...] Il muovere i nostri passi. Verso che cosa? Il nostro destino è il cielo e noi abbiamo da prepararci al cielo. La vita nostra: preparazione al cielo. Vi è il libro: «*Preparamento alla morte*». Va bene. Ma dopo la morte, il paradiso. Quindi sapendo che in quella città santa del paradiso abitano solamente angeli bellissimi, niente di macchiato entra colà. Là, i vergini, i martiri, i confessori, gli apostoli, i patriarchi, i profeti, la Vergine Santissima, Gesù, la Trinità. Tutto candore, tutto splendore, tutto bianco.

Ora, la vita deve prepararci all'ingresso. È tutto come una toeletta spirituale la vita, che consiste nel [purificarsi] e, dall'altra parte, nell'ornarsi, la vita. È questo il cammino; è questo il lavoro della terra: camminare.

E, primo, la volontà; secondo, la preghiera. Sempre negli esami di coscienza si è fatto stampare, nei moduli, il grado di volontà e, secondo, la qualità della preghiera. Se vi sono queste due condizioni: buona volontà e, dall'altra parte, una preghiera ben fatta e abbondante, allora si cammina, si progredisce, si muovono i passi.

Che cosa è, dunque, la preghiera? La preghiera è l'elevazione della mente a Dio; la preghiera è domanda, delle cose che ci sono necessarie, a Dio; la preghiera di un'anima che sta elevandosi si estende a quattro cose, si manifesta in quattro atti soprattutto. Poi vi sono altri atti, ma i Santi Padri notano specialmente questi: l'adorazione, il ringraziamento, la riparazione e la supplica o domanda. Vi sono poi altri atti, come l'offerta del cuore, la lode a Dio, il proposito della vita migliore, ecc.

Ma i quattro principali: adorare Dio, Maestà infinita; Dio, bellezza eterna; Dio sapienza; Dio bontà; Dio misericordia; Dio sommo bene, sommo ed eterno bene. L'adorazione. Riconoscendo questo Dio, il nostro principio, colui che ha dato e dà a noi ogni grazia; riconoscendo Iddio come il nostro fine, quindi, al quale

dobbiamo dirigere tutti i nostri sforzi, tutto il nostro cuore, tutto il lavoro della vita, ecco; e riconoscendo questo Dio come colui che è la provvidenza, cioè colui che ci governa, al quale dobbiamo star sottomessi. Ecco, l'adorazione. Sommo bene, principio, fine e nostro padrone, governatore provvido.

Il ringraziamento poi comprende la nostra riconoscenza, gratitudine amorosa per tutti i benefici ricevuti. Vi ringrazio di avermi creato, fatto cristiano, fatto religioso, di avermi dedicato a questo apostolato. Vi ringrazio delle ispirazioni interne, della fede, della speranza, della carità, della vocazione. Ecco, la riconoscenza. Non soltanto per noi, ma per tutti gli uomini, questo Padre celeste che a tutti provvede; questo Gesù che è venuto a spargere il suo sangue per tutti gli uomini; questo Spirito Santo che vuole entrare e possedere, riempire di sé ogni anima. Riconoscenza. «*Vere dignum et justum est nos tibi semper et ubique gratias agere*». È cosa giusta, è cosa lodevole che noi continuamente e dovunque mostriamo la nostra riconoscenza a Dio. Anime che vivono di riconoscenza amorosa: “Non mi suggerisca altri propositi. Io mi godo e mi sento unito a Dio pensando alla sua bontà, alla bontà di Dio”: «*Sic Deus dilexit mundum ut Filium suum Unigenitum daret* (Dio ha tanto amato il mondo da dare il suo Figlio Unigenito)».

E Gesù: «*Dilexit nos et tradi[di]t semetipsum pro nobis* (ci ha amato e ha dato se stesso per noi)». E lo Spirito Santo che è tutta carità: «*Charitas autem Spiritus*». Io mi sento bene in questi pensieri e sono quelli che mi danno coraggio e forza nella giornata, per la santificazione della giornata stessa.

Poi vi è la preghiera di riparazione. Riparazione, ecco, il Figliuolo di Dio incarnato, per riparare il peccato. Il Maestro Divino è venuto a riparare gli errori di mente, a riparare per i vizi del cuore, per i peccati, per l'idolatria, e sì, ed è morto in riparazione.

[...] Unirsi come Maria a Gesù. Gesù crocifisso, Maria ai piedi della croce. La Discepola che si unisce al Maestro Divino e alla Maestra Maria per riparare i peccati dell'umanità, i peccati di

tutti, particolarmente di quei ceti di persone che meglio dovrebbero rispondere alle grazie di Dio; particolarmente per i peccati delle anime consacrate a Dio, peccati che, diciamo così, sono più sensibili per il Cuore sacratissimo di Gesù. E soprattutto per i peccati nostri, giacché la gravità del peccato non si misura soltanto dalla materia, ma si misura di più dall'ingratitude che si dimostra col peccato verso Dio, cioè quando noi consideriamo i benefici di Dio e nuotiamo nelle grazie di Dio e tuttavia ci lasciamo andare a disgustarlo, a offenderlo o con le parole o con le azioni o coi pensieri o coi sentimenti. Riparazione, prima per i nostri peccati.

E poi, quarto, vi è la domanda, cioè la petizione, quello che noi indichiamo con la definizione della preghiera: «*Petitio decentium a Deo* (la richiesta a Dio delle cose che ci sono necessarie)». Supplica, ecco. Adesso, parliamo specialmente di questa supplica, cioè domandare al Signore la grazia di progredire. È bella la coroncina: «Vergine Maria, Madre di Gesù, fateci santi». E cioè, che cosa significa questo farci santi? Questo farci santi significa purificazione dai difetti e significa, nello stesso tempo, conquista delle virtù: aumento di fede, speranza più ferma, carità più ardente, benignità con tutti, zelo nell'apostolato. Questa domanda al Signore di progredire: «Vergine Maria, Madre di Gesù, fateci santi», questa è la domanda con cui al mattino ci svegliamo e che per prima abbiamo sulle nostre labbra quando salutiamo la nostra Madre, come il bambino che si sveglia nella sua culla, cerca il volto della mamma. Ed è la domanda con cui chiudiamo la giornata: «Vergine Maria, Madre di Gesù, fateci santi». La preghiera. La volontà si richiede, ma anche la stessa volontà per esser forte ha bisogno di essere rafforzata con la preghiera, sì, perché le difficoltà del cammino sono molte.

Due strade ci stanno davanti: l'una è comoda, spaziosa, ma mette capo all'inferno. E l'altra via, invece, è stretta, ripida, seminata, alle volte, di spine, di sassi; sì. E allora, per prendere, scegliere questa strada occorre coraggio, poiché verso la strada buona s'incamminano tanti: «*multi intrant per eam* (molti entrano per

essa)». E invece, verso questa strada che è la strada della santità e che porta al paradiso e a un bel paradiso, molti si sentono scoraggiati, sfiduciati: «E come, tutti i giorni sempre uguale: ho combattuto ieri, devo combattere ancora oggi, è un anno che combatto e ho sempre quelle tentazioni. Ma mi sento umiliato e sconfortato dopo tante comunioni, dopo tante confessioni, dopo tante lotte interiori, vedermi ancora, io che vorrei sollevarmi su in alto, vedermi ancora così tormentato dalla carne, dall'orgoglio, dall'ira, dall'invidia, dalla golosità, oh! mi sento sfiduciato!».

Ci vuol la preghiera che ci dia forza! Poiché se hai combattuto un anno e dieci, hai guadagnato meriti per un anno e per dieci, perché è specialmente con la lotta che si guadagnano i meriti. E la forza? Da Dio. La fortezza è la terza virtù [cardinale] e la fortezza è un dono dello Spirito Santo. Occorre domandare a Dio la fortezza, come virtù cardinale e come dono dello Spirito Santo.

Supplicare il Signore. E non mai cessare: «*oportet semper orare et nunquam deficere*». Che vuol dire: è necessario pregar sempre e non desistere, non cessare mai, perché finché si combatte si vince, finché si combatte si fanno meriti, ecco. E se la lotta durasse anche una intera vita e se anche sul letto di morte ci trovassimo in battaglia contro Satana, questa è la vita: «*Militia est vita hominis super terram* (lotta è la vita dell'uomo sulla terra)». E non vinciamo col solo sapere, e non vinciamo solamente con le nostre industrie, con la nostra abilità e neppure possiamo aver fiducia nella vita santa che già si è condotta. Fiducia in Dio! Lo stato dell'anima sia quello espresso dalle parole: «Da me nulla posso, con Dio posso tutto». L'umiltà da una parte, la fiducia nel Signore dall'altra, e si progredirà, costantemente si progredirà.

Ora, questa preghiera, come dev'essere perché piaccia a Dio, perché sia ascoltata da Dio? Tre condizioni deve aver la preghiera: la prima condizione: che sia fatta in umiltà. Sì, abbiamo sempre da considerarci come il pubblicano che al fondo del tempio stava col capo chino e si picchiava il petto: «Signore, abbi pietà di questo peccatore». Mai l'orgoglio. L'orgoglio ci allontana le grazie di Dio

poiché: «*superbis resistit*». Resiste alla preghiera del superbo, il Signore. E dà le grazie agli umili: «*humilibus dat gratias*». Rappresentiamoci la Maddalena quando piange i suoi peccati e bacia i piedi di Gesù dopo averli lavati con le sue lacrime; ecco. Sono quelli che si umiliano che ottengono. E se noi potessimo arrivare al fondo della nostra umiliazione, noi saremmo esaltati poi [...] il superbo viene umiliato e l'umile viene esaltato. Il nostro nemico numero uno è l'orgoglio, la superbia che ci allontana le grazie di Dio e ci allontana anche gli uomini. L'umile è gradito a Dio, l'umile piace anche agli uomini. E soprattutto l'umile va dal mattino alla sera conquistando grazie, cioè meriti, meriti; poiché servendo Iddio nell'umiltà, ecco che presso Iddio acquista un diritto alla gloria eterna. Gesù si è umiliato fino alla morte di croce e per questo fu esaltato sopra tutte le creature che devono tutte adorarlo.

La via e la disposizione a ricever le grazie di Dio, è sempre l'umiltà, poiché la grazia fa come l'acqua: l'acqua cade sul monte e scorre alle valli. Il monte resterà asciutto. Così il superbo non riceve la grazia di Dio e se la grazia cade, egli non è in disposizione di accettarla. La grazia va agli umili, quelli che veramente praticano l'«*ama nesciri*», l'ama di essere dimenticato, «*et pro nihilo reputari*», e di essere stimato per niente.

Seconda condizione è la fiducia in Dio. La fede. Il Signore ci esaudisce a misura della fede. La fede che portiamo alla nostra preghiera è quella che determina la quantità delle grazie di Dio: «*fiat tibi sicut credidisti*». Sei esaudito come hai creduto, secondo ciò che hai creduto. Hai creduto che potessi farti questo, eccolo, questo è fatto: «*Fides tua te salvam fecit*». Ti ha fatto salva la fede, la fede, sì, la fede. E quando Gesù disse agli Ebrei, parlando del centurione che era un gentile: «*Non inveni tantam fidem in Israel*» (Non ho visto tanta fede in Israele), esprimeva una verità. Molte volte si manca di fede. Pare che quella grazia sia troppo grande? Ma noi abbiamo poca stima di Dio, piuttosto. La sua potenza, la sua bontà, dobbiamo considerare! Dio onnipotente,

Dio Padre buono. Nel salmo si dice anche questo: «Non credi che possa darti la vista e sanarti l'occhio colui che ha creato l'occhio stesso»? La fede, sì. Fede viva nella bontà di Dio.

Terzo, la nostra preghiera deve esser perseverante. Come dobbiamo sempre mangiare per vivere, così dobbiamo sempre pregare perché la nostra vita spirituale non muoia e, anzi, prosperi, s'ingagliardisca. I Santi, quanta abbondanza di grazia possedevano ed erano solleciti ogni giorno di aumentare questa grazia con nuove preghiere, con nuove opere buone. Perseverante. La preghiera di ogni giorno, perché mangiamo oggi per tenerci in forza e lavorare oggi e dobbiamo mangiare di nuovo domani per tenerci in forze e lavorare di nuovo domani. Lo stesso della preghiera.

L'esercizio del mattino, cioè la meditazione, la Messa, la comunione, l'esame preventivo, i propositi che si devono fare, ecco, ci preparano la giornata, ci assicurano la giornata e la giornata passa bene in proporzione dell'esercizio del mattino che comprende tutte queste pratiche che ho detto, fatte bene.

Poi, nella giornata, naturalmente, vi è poi anche la Visita la quale di nuovo ci fa sentire l'unione con Dio, di nuovo ci mette in comunicazione con Dio, più intima, perché se si taglia il filo della corrente elettrica, la corrente elettrica non arriva più né alla stufa né al ferro da stiro, non arriva più la luce. E noi abbiamo bisogno di calore, abbiamo bisogno di luce da Dio, continua.

Allora la nostra comunicazione con Dio dev'essere continua: «*semper orare*» (pregare sempre). Prima le pratiche di pietà, poi elevare sovente, nella giornata, il nostro cuore a Dio, particolarmente nei momenti di pericoli o nei momenti in cui abbiamo da fare un atto di virtù che ci costa maggiormente. Ricorrere a Dio. – Ma sempre? – Ma sì, sempre, perché Gesù ha detto varie cose che si riferiscono alla perseveranza [...].

«Picchiate e vi sarà aperto». Picchiare al tabernacolo, picchiare, far sentir la voce, picchiar forte al cuor di Gesù, del Maestro: «Picchiate e vi sarà aperto, domandate e otterrete, chiedete e vi sarà dato». E può forse capitare questo, che se un fanciullo, un

bambino domanda al padre un pesce, il padre gli dia un serpe? O se domanda un pane gli dia una pietra? E se i genitori sono buoni, partecipano, cioè alla bontà del Padre celeste, quanto più è buono il vostro Padre che sta nei cieli. Ma sempre domandare, sempre domandare. Domandare il progresso, domandare la vittoria sulle passioni, domandare le virtù: teologali, in primo luogo; cardinali, in secondo luogo; e, in terzo luogo, le religiose, le virtù religiose, quelle che poi vengono elevate per mezzo del voto. E domandare anche le virtù morali come la pazienza, l'obbedienza, la docilità.

Oh, allora, ecco: se da una parte c'è la buona volontà e, dall'altra parte, vi è la domanda, la preghiera, la supplica, si camminerà, gli anni non saranno inutili, non saranno passati inutilmente, voglio dire, ma saranno pieni di meriti e dopo un anno, cioè, dopo questo corso di Esercizi, arrivando a un altro corso, vi troverete più avanti nella virtù, nell'unione con Dio, nella pazienza, in tutte le altre virtù che desiderate di ricevere dal Signore e che volete conquistare con lo sforzo.

Sia lodato Gesù Cristo.

Alle Pie Discepole del Divin Maestro 1956, pp. 52-60

Forme della preghiera

[...] La preghiera può essere mentale, vocale e vitale. La preghiera vocale è quella in cui ha parte importante la voce, come la recita del rosario; invece la preghiera mentale è quella in cui non ha parte la voce, ma sempre vi è il lavoro della mente e il lavoro del cuore, cioè il lavoro interiore. Anche per la preghiera vocale si richiede l'attenzione della mente e l'affetto del cuore; ma nella preghiera mentale è tutto l'interiore che lavora, il quale può essere più o meno attivo. Quando cioè si lascia lavorare la grazia, si lascia lavorare il Signore che ha già preso possesso dell'anima e considera quest'anima con una certa intimità, una certa effusione di luce e di fervore e cerca particolarmente di stabilire con essa una santa unione di preghiera mentale. Tuttavia all'inizio, la preghiera mentale non è sempre facile. Quando si trovano molte difficoltà dopo aver riflettuto alquanto, si può anche aggiungere qualche orazione vocale per riempire il tempo, qualche mistero di rosario o qualche altra preghiera. Vi è però un'altra preghiera e si chiama vitale. È la preghiera della vita che si fa con la vita e per la vita che si fa. Quando tutto quello che facciamo noi lo indirizziamo al Signore, e quello che facciamo è buono e guidato dalla retta intenzione, allora il lavoro è preghiera. Non ogni lavoro è preghiera, ma quando il lavoro è fatto in un certo modo, come ho detto, allora diviene preghiera.

Si hanno cioè tre condizioni: primo, che il lavoro sia conforme alla volontà di Dio, sia buono; secondo, che sia fatto in grazia di Dio; terzo, che ci sia la retta intenzione.

Qui col nome di preghiera vitale si intende che il lavoro sia fatto per ottenere una determinata grazia o per noi stessi o per il prossimo, per le anime. Se, per esempio, quest'oggi offro la mia giornata perché tutte le persone care che convivono con me concludano bene l'anno, in quello che faccio vi è una continuata

preghiera vitale. Concludere bene l'anno, in che modo? Con il pentimento di quelle mancanze che ci fossero state nel corso dell'anno e col ringraziamento delle grazie ricevute nel corso dell'anno. Quindi il *Te Deum*. Si può offrire la giornata di oggi o la giornata di domani per il fine che ho detto. Ma per domani si possono aggiungere o cambiare un po' le intenzioni. Per esempio, perché le persone care e alle quali abbiamo fatto gli auguri siano benedette nell'anno 1960, che conducano una vita buona, una vita retta, che evitino sempre il peccato e si indirizzino sempre in tutto al Cielo, alla salvezza eterna nel loro agire, nel loro pensare. Sì, allora abbiamo la preghiera vitale.

Nella preghiera vi sono tre guadagni. Cioè la preghiera può essere di domanda, e allora ha il valore impetratorio; può essere di penitenza, e ha un valore soddisfattorio; e vi è ancora un valore che riguarda solo noi, il valore meritorio. In ognuna delle tre forme di preghiera, vocale, mentale o vitale, vi è il valore meritorio, il valore soddisfattorio e il valore impetratorio. Il lavoro meritorio è quel merito che si guadagna con la preghiera per la pratica di pietà che si compie. Il merito è di chi fa l'orazione, non può essere ceduto a nessuno; è un merito che avrà la sua ricompensa eterna. Il merito di ogni azione buona e di ogni preghiera è sempre personale, non possiamo cederlo, e nemmeno Dio può togliercelo. È connesso con l'opera buona fatta, con la pratica di pietà compiuta.

Invece possono cederli il valore soddisfattorio e il valore impetratorio. Il valore soddisfattorio è questo: la nostra preghiera soddisfa sempre un po' per i peccati.

Noi possiamo soddisfare per i nostri peccati o per i peccati di un'altra persona, di un peccatore perché si riconcili con Dio. Soddisfare allora! Come hanno un valore speciale le indulgenze, così, quasi come le indulgenze, le nostre opere buone e le nostre preghiere hanno sempre un valore soddisfattorio, il quale può essere ceduto a un vivo o alle anime del purgatorio. Se viene applicato a un vivo bisogna sempre che costui, per goderne, si metta in grazia

di Dio e allora il valore soddisfattorio servirà a coprire un po' delle sue responsabilità e delle pene che dovrebbe soffrire per i peccati commessi. Il valore soddisfattorio è libero, possiamo ritenerlo per noi e possiamo cederlo o a persone viventi o a persone defunte. E se va a un defunto che non fosse in purgatorio, il Signore l'applica, secondo la sua sapienza e secondo la sua bontà, ad altre persone che ne hanno bisogno. Vi è inoltre il valore impetratorio. Questo valore può essere ceduto e può essere invece riservato per noi. Può essere cioè riservato per noi secondo le intenzioni e le grazie che intendiamo chiedere al Signore, e può essere ceduto a qualche persona vivente che ha ancora bisogno di grazie. Diversamente dal valore soddisfattorio che può essere ceduto alle anime purganti, il valore impetratorio non può essere dato alle anime del purgatorio. Invece alle anime del purgatorio il valore soddisfattorio può essere ceduto e qualche persona va fino all'atto eroico di carità.

L'atto eroico di carità che cos'è? È la cessione che una persona fa in suffragio delle anime del purgatorio di tutto quello che avrà ricavato o ricaverà nel bene che fa e nelle preghiere che eleva al Signore per tutta la vita. Non solo tutto il bene fatto in vita, ma ancora i suffragi che saranno offerti per lui dopo la morte. Prima però di fare questo atto eroico di cessione generale di tutto il valore soddisfattorio delle nostre opere e delle nostre preghiere, è sempre molto importante avere il consiglio di persone esperte, perché può darsi che si capisca bene, o al contrario che non si capisca bene.

Per fare quest'opera occorre un lume particolare di Dio, e cioè avere la fede che se si aiutano gli altri il Signore aiuta noi. Se io cedo il valore soddisfattorio dei suffragi che mi manderanno le persone care rimaste su questa terra, il Signore applicherà a me, secondo la sua sapienza e il suo amore, altri suffragi oppure i meriti infiniti di Gesù Cristo, i meriti sovrabbondanti di Maria e dei Santi. Occorre però una grande fede; diversamente una persona potrebbe scoraggiarsi e a un certo punto sentire magari il bisogno,

o almeno la tentazione, di ritrattare quello che aveva fatto. Ad esempio, venendo a mancare la mamma a cui si voleva molto bene, si ha una certa preoccupazione sulla sua sorte: potrebbe essere già in cielo o ancora in purgatorio. Allora la persona si trova nel dubbio, perché avendo fatto già la cessione di tutto il valore soddisfattorio, non può applicarlo alla mamma defunta. In questi casi bisogna innanzitutto fidarsi molto di Dio. Se una persona è stata molto caritatevole e la carità è la virtù maggiore, si può pensare che il Signore non sarà largo di misericordia con le persone che ci sono care? Il Signore lo sarà. Inoltre anche avendo ceduto il valore soddisfattorio delle preghiere e delle buone opere che si fanno in vita, si può sempre raccomandare al Signore quell'anima che ci è cara, semmai si trovasse in necessità di suffragi e, quindi, ancora nelle pene del purgatorio. In sostanza occorre una fede serena e chiara, perché dopo non ci sia un turbamento di spirito. Dunque la preghiera sia vocale, sia mentale, sia vitale, ha tre valori.

Adesso chiediamoci: È necessario pregare? Sì, ma perché? È necessario pregare sia per la nostra santificazione [...] sia per l'apostolato, per fare opere di bene a favore dell'umanità, a favore di altre persone che si trovano in necessità, sotto qualunque forma, in qualunque condizione. La preghiera è necessaria perché essa ci ottiene la grazia della santità.

La grazia è la sostanza della vita soprannaturale e pregando possiamo ottenere ogni giorno l'aumento di grazia. Poi vi sono ancora le grazie da ottenere; non solo la grazia, ma le grazie. Vi è distinzione fra grazie e grazia. La grazia che si chiama anche santificante è quella che aumenta i nostri meriti e quindi aumenta la gloria eterna. Invece le grazie, che si chiamano le grazie temporanee cioè attuali, sono quelle che ci aiutano a rimanere buoni, per esempio, a vincere una tentazione, a fare una mortificazione, a compiere i doveri della giornata, a fare quell'opera di zelo, di apostolato, a fare un sacrificio. Sono le grazie che ci aiutano a fare il bene attuale o a evitare un male attuale. La grazia santificante è

l'accrescimento della vita eterna in noi. Come il bambino piccolo è vivo, ma non ha ancora la forza di un uomo di venticinque-trent'anni perché ha bisogno che si nutra, che cresca, che si difenda dalle malattie, che rafforzi la sua salute, si maturi, divenga cioè uomo; così con il battesimo abbiamo ricevuto la vita spirituale, cioè la grazia, ma prima della santità bisogna crescere ogni giorno, ogni giorno aumentare i meriti, cioè far crescere la vita di Dio in noi. Infatti il bambino che muore dopo il battesimo è salvo, ma è diversa la santità del bambino dalla santità, supponiamo, di sant'Alfonso de' Liguori che è morto a oltre 90 anni. Sant'Alfonso dopo aver tanto scritto opere di ascetica, di morale, dopo aver tanto predicato e confessato per tanti anni, quanti meriti avrà colto nel corso della sua vita! Così è della vita spirituale; si può crescere ogni giorno, ma questa grazia è un dono di Dio. Noi ci facciamo il merito, ma il Signore mette la sua compiacenza anche se in quel giorno ti senti un po' disturbata, con un certo nervosismo e tuttavia ti mantieni calma; ecco l'aumento di grazia interiore, un merito. E se la vita passa così facendo del bene, allora l'aumento di grazia è continuo, si arriva a una santità distinta.

Il Signore sceglie certe anime a cui aggiunge la santità taumaturga, ma questa non è necessaria. La santità taumaturga c'è quando una persona che è molto buona e santa è strumento del Signore per far certi miracoli. Il miracolo lo fa Dio, non che facendo il miracolo uno guadagni il merito per sé, un merito straordinario, ma fa un'opera buona. Dicendo a un'ammalata di alzarsi perché il Signore l'ha guarita, compie un'opera buona come quella di dare un bicchiere d'acqua a quella sorella, a quella persona che lo chiede; ma il miracolo è di Dio. Il santo taumaturgo è tale per una grazia del Signore. Il Signore si serve di lui per mostrare la sua potenza, come si serve del sacerdote per consacrare l'ostia. La santità può essere anche più abbondante in un'anima che non fa prodigi, non fa miracoli, ma si sforza di crescere abitualmente. Ora questa grazia, questa vita soprannaturale è dono di

Dio, e se noi la vogliamo, dobbiamo pregare. Gesù ci ha detto che è venuto a portare la vita, cioè la grazia, e sempre più abbondante. Cosicché le anime che si arrendono a Dio, che si abbandonano a Lui, ricevono un continuo aumento di grazia e quindi la santità. Ma, si vede questa santità? Qualche riflesso c'è all'esterno, ma il più è occulto, nell'interno, e il Signore nel giudizio proporzionerà il premio allo stato di grazia e di santità di quell'anima in particolare. Quindi la preghiera è assolutamente necessaria, si tratta di un dono di Dio.

In secondo luogo la preghiera è necessaria anche nell'apostolato, perché abbiamo da operare e da portare del bene agli altri. Del bene materiale agli altri tutti possono farlo, anche uno che non sia cristiano. Per esempio, in occasione [delle] feste natalizie, molti mandano i panettoni, mandano dei regali e magari fanno un'elargizione ad un orfanotrofio, a un ricovero, di vecchi, eccetera; ma la persona non ha la grazia e quindi non guadagna il merito, perché non ha il battesimo. Così avviene anche per uno che vive in peccato mortale, non guadagna il merito per la vita eterna. Per fare del bene vero, che guadagni merito, ci vuole l'aiuto di Dio.

Anche per fare il bene materiale, perché allora ecco cosa abbiamo: si pensa a una vocazione dell'Africa e alla fine dell'anno si manda un'offerta per le vocazioni dell'Africa, perché là crescano dei buoni giovani e arrivino al sacerdozio, alla vita religiosa, perché le giovani bisognose di sussidi possano arrivare alla vita religiosa. Allora si è mossi da un fine soprannaturale. Anche quando si scrive una lettera per rendere contenta quella persona, per portarle una parola di sollievo o un augurio, per mostrarle che le vogliamo bene, per portarle un po' di serenità, se tutto questo si fa per motivo soprannaturale, si acquista merito.

Inoltre chi si dedica all'Azione Cattolica, chi si dedica a fare catechismo, chi si dedica alle opere di culto, come sono le associazioni per l'adorazione eucaristica, ecco, volendo far del bene a queste anime deve pensare a portare del bene soprannaturale, a

portare un aiuto spirituale. È necessario che queste persone siano docili, che i ragazzi ci obbediscano, prendano quei mezzi di salvezza che noi suggeriamo, e che quelle aspiranti, quelle beniamine, eccetera, crescano in virtù. Per tutto questo occorre la grazia. Perché quelle anime siano aidate da Dio, per trasformarle in anime di Dio, non bastano soltanto le nostre parole, ci vuole la grazia di Dio. Quindi pregare per il nostro apostolato. Si tratta sempre di lavorare in un piano soprannaturale, quando vogliamo fare per noi dei meriti e quando vogliamo portare del bene spirituale alle anime che ci sono care. Quindi la preghiera è assolutamente necessaria. Chi prega si salva, chi non prega si dannà. E anche quando una persona è bene avviata, se cessa di pregare, si ferma sulla sua strada e torna indietro, perché c'è il detto: «*qui ad orationem non vadit, ad ruinam vadit*», cioè chi non va a pregare, poi discenderà gradino per gradino verso la rovina. Sempre è necessario pregare! Gesù non ha lasciato, diciamo, delle incertezze di interpretazione, «*oportet semper orare et non deficere*»: cioè bisogna pregare sempre e non lasciare mai (Lc 18,1). Ma cosa vuol dire questo “sempre”? Devo tralasciare le mie occupazioni?

No, ma pregare tutti i giorni, quest'oggi, domani, tutto l'anno, questo mese, l'altro mese e un altro anno fino alla fine della vita. Adempiere tutte le pratiche, secondo il nostro stato, che prevede la meditazione, la visita al SS. Sacramento, il rosario. Pregare tutta la vita, non lasciare giorno senza preghiera, perché quel giorno è un giorno perduto, se non si è pregato nel corso della giornata, specialmente al mattino e si conclude poi con amarezza alla sera. «*Et non deficere*», cioè mai lasciare la preghiera. Quando il diavolo vuol vincere un'anima la disarmà, cioè le toglie l'aiuto di Dio, tentandola a non pregare. Allora questa persona è debole e dinanzi alle tentazioni cade. Quindi è necessario pregare sempre e mai tralasciare. E questo pregare sempre, senza mai tralasciare, va interpretato come ho detto. Tutti i giorni pregare quanto è sufficiente, senza logicamente tralasciare le occupazioni ordinarie. Ma

si può aggiungere anche un'altra osservazione: se si trasforma la vita in preghiera, tutto quel che si fa diventa un'orazione e allora, materialmente anche si può dire, quella persona prega in continuità. Tiene il suo cuore unito a Dio; lungo il giorno dice delle giaculatorie, fa anche qualche comunione spirituale, o ricorda di nuovo il pensiero della meditazione del mattino, eccetera. Ecco che la sua giornata è così una continua orazione vitale.

La preghiera nostra vale? Certamente. «Tutto quello che chiederete al Padre mio, dice Gesù, ve lo darò» (Mt 21,22). Poi abbiamo l'intercessione delle Vergine Santissima che unisce le sue preghiere alle nostre, e abbiamo l'intercessione dei nostri protettori, quelli di cui si porta il nome, o quelli che sono i protettori della Parrocchia, dell'associazione in cui uno si trova. La preghiera è esaudita, ma ci vogliono tre condizioni; perché non qualunque preghiera è ascoltata dal Signore, ma la preghiera fatta bene. Per primo ci vuole la fede. Bisogna proprio credere che la preghiera è sentita da Dio, perché il Padre Celeste si piega ad ascoltare la preghiera di colui che si umilia e domanda con fiducia. Nel salmo si dice al Signore: «Signore, metti il tuo orecchio vicino alla mia bocca, per sentirmi» (Sal 16,6), come quando una mamma mette l'orecchio vicino alla bocca del bimbinetto per capirlo.

Il Signore richiede la fede, cioè di credere che egli è misericordioso, che è potente, che noi possiamo sempre domandare le grazie per i meriti di Gesù Cristo, anche se dobbiamo riconoscere la nostra cattiveria, ma ci sono i meriti di Gesù Cristo. Gesù è buono e viene ascoltato dal Padre Celeste. Ci sono anche i meriti di Maria e Maria prega con noi. Bisogna credere che la preghiera non cade mai nel nulla se è fatta con fede. Però non inganniamoci e cioè non crediamo che il Signore ci dia proprio quello che noi chiediamo in particolare. Credere che il Signore ci ascolta sempre, ma o ci dà quello che chiediamo o ci dà di meglio. Egli ci ascolta come un padre sapiente, come un padre che ama. Se un padre ama il suo bambino e se questo gli chiedesse il rasoio che egli usa per

radersi la barba, oppure una cosa che gli scoppierebbe in mano, il padre non ascolta il bambino; invece di dargli quello che gli farebbe male, gli darà invece un giocattolo, per esempio. Ho pregato per la guarigione del papà e non è guarito, è passato invece all'eternità! Noi preghiamo per i malati, ma se il Signore ci ascoltasse sempre, chi andrebbe in paradiso? Bisogna che a un certo punto si vada in paradiso, è la sua volontà. Il Signore ci concederà allora che il malato muoia bene e che quindi vada presto in paradiso. Mica si pensa che la vita eterna sia su questa terra; la vita eterna è di là. Quindi il Signore ci ascolta sempre e se non ci dà quello che chiediamo ci dà di meglio, anche perché, alle volte, domandiamo cose che non sono utili per la nostra salvezza eterna. Anche quando si domanda una grazia spirituale crediamo che sia proprio quella che ci occorra, invece tante volte non lo è. Se uno è orgoglioso, nella vita si rovinerebbe, e allora il Signore permette molte umiliazioni affinché arrivi all'umiltà, perché quando avrà l'umiltà procederà meglio e si santificherà assai di più. In sostanza, anche nelle virtù, il Signore darà quelle che vede più necessarie per noi.

Abbandonarci nelle braccia di Dio. Pregare e poi rimettersi a lui soprattutto con la recita del "Padre nostro" che è la preghiera di fiducia, in cui si domandano grazie generali e in cui sono comprese tutte le altre grazie particolari; pregare con la "Salve Regina", che è la preghiera di chi si sente in necessità: «Rivolgi a noi i tuoi occhi misericordiosi». Vi è anche la preghiera quasi dei disperati: «Ricordatevi, o piissima Vergine, che non si è mai udito al mondo che qualcuno sia ricorso a Voi, abbia chiesto il vostro aiuto e sia stato abbandonato. Anch'io mi sento in tante necessità e quindi animato da tale fiducia vengo a voi. Sebbene coperto di peccati, tuttavia so che voi siete la Madre delle misericordie e specialmente avete pietà dei figlioli che sono più malati». Come una mamma che ha diversi figlioli volge le sue premure verso quello malato perché gli altri stanno bene, così Maria. Aver grande fiducia

nel Signore, non dobbiamo mai dubitare; chi dubita non riceve. «*Postulet autem in fide*», la Scrittura ci invita a domandare sempre con fede (Gc 1,6), perché chi non ha fede non è degno di ricevere, non può ricevere. Ci vuole questa condizione.

Altre condizioni della preghiera sono l'umiltà e la perseveranza [...].

Meditazioni per consacrate secolari, pp. 228-237

Indice

| | |
|--|-----------|
| <i>Esercizi Spirituali – Virtù – Preghiera</i> | <i>3</i> |
| <i>La preghiera per l'anima apostolica</i> | <i>10</i> |
| <i>Valore della preghiera.....</i> | <i>17</i> |
| <i>La preghiera.....</i> | <i>25</i> |
| <i>La preghiera.....</i> | <i>32</i> |
| I – Necessità della preghiera..... | 32 |
| II – Difficoltà e pretesti | 33 |
| III – Cuore divino di Gesù..... | 35 |
| IV – Perseveranza nella preghiera | 35 |
| V – Fra le varie pratiche | 36 |
| <i>Come evitare le distrazioni nella preghiera</i> | <i>38</i> |
| <i>I nove gradi dell'orazione.....</i> | <i>45</i> |
| <i>Apostolato della preghiera.....</i> | <i>55</i> |
| <i>Sulla preghiera.....</i> | <i>59</i> |
| Prima parte..... | 59 |
| Seconda parte..... | 60 |
| Terza parte | 62 |
| <i>La preghiera vitale.....</i> | <i>63</i> |
| <i>Migliorare la preghiera</i> | <i>67</i> |
| <i>La qualità della preghiera</i> | <i>74</i> |
| <i>Forme della preghiera</i> | <i>81</i> |
| | 91 |

