

PREGHIERA DEL CUORE: SPAZIO ALLA GIOIA

SECONDO INCONTRO:

FARE LA VERITÀ

Due uomini salirono al tempio a pregare: uno era fariseo e l'altro pubblicano. Il fariseo, stando in piedi, pregava così tra sé: O Dio, ti ringrazio che non sono come gli altri uomini, ladri, ingiusti, adùlteri, e neppure come questo pubblicano. Digiuno due volte la settimana e pago le decime di quanto possiedo. Il pubblicano invece, fermatosi a distanza, non osava nemmeno alzare gli occhi al cielo, ma si batteva il petto dicendo: O Dio, abbi pietà di me peccatore. Io vi dico: questi tornò a casa sua giustificato, a differenza dell'altro, perché chi si esalta sarà umiliato e chi si umilia sarà esaltato. (Luca 18,10-14)

Definizioni della preghiera del cuore:

Preghiera del cuore
è mettersi in semplicità
davanti a Dio
in un profondo silenzio interiore
lasciando da parte
parole, pensieri, immaginazione,
aprendo a Lui l'intimo più profondo
del nostro essere e sforzandoci solo di amare.

La preghiera del cuore
è entrare in un perfetto silenzio interiore
in un silenzio che ama.
(Movimento contemplativo Missionario "P. De Foucauld")

Insegnamenti dei Padri della Chiesa e dei primi monaci

Cipriano di Cartagine: «Come puoi pretendere che Dio ti ascolti, se tu non ascolti te stesso? Tu vuoi che Dio pensi a te, quando tu stesso non pensi a te?»

Evagrio Pontico: «Se vuoi conoscere Dio, impara prima a conoscere te stesso».

Autori vari

A. Grün: «L'io significa: sono chiamato da Dio con il mio nome, con un nome inconfondibile. Sono una parola che Dio dice solo dentro di me... Quindi incontrare me stesso significa avere un'idea di quest'unica parola di Dio in me».

«Allora cosa devo dire a Dio? Gli devo dire tutto ciò che affiora dentro di me. Devo descrivergli la mia vita come essa è nella realtà. A Dio posso raccontare degli incontri con gli altri, di cui mi occupo al momento, dei problemi, delle delusioni, delle gioie e degli avvenimenti piacevoli, delle paure, delle preoccupazioni e della mia speranza... È un buon esercizio costringersi a parlare ad alta voce con Dio per mezz'ora. Allora posso cominciare con la domanda: Dio, che cosa tu pensi di me veramente? Cosa dici di me e di ciò che compio... Una preghiera di questo tipo non è certo di tutti i giorni, altrimenti diventerebbe un chiacchericcio continuo. Di tanto in tanto, e soprattutto quando dentro di me regna la confusione o il vuoto, è un valido aiuto».

Paul Claudel: «Con che cosa devo pregare? Tutto ciò che ci manca, ci è utile per la preghiera. Il santo prega con la sua speranza, il peccatore con il suo peccato».

Movimento contemplativo Missionario "P. De Foucauld" : «Bisogna avere il coraggio dell'autenticità, avere il coraggio di denunciare a noi stessi: se della preghiera del cuore non si vedono i frutti, non siamo né alla preghiera, né al cuore. Come premunirsi da questo inganno? Tutto sta nel partire bene: tutto sta nel dare un'anima profonda alla preghiera del cuore. L'anima è questo: garantire alla preghiera del cuore il *punto*

di conversione. E il punto di conversione deve essere: *preciso - chiaro - concreto.* Poi occorre far scendere il fuoco dello Spirito su questo punto di conversione, cioè la preghiera ardente, in modo che, finita la preghiera del cuore, scatti subito la vita».

«Non chiunque mi dice: Signore, Signore, entrerà nel regno dei cieli, ma colui che fa la volontà del Padre mio che è nei cieli». (Mt 7,21)
«E tutto quanto chiederete nel mio nome lo farò, affinché il Padre sia glorificato nel Figlio» (Gv 14, 13).

Oratio

Incontrare Gesù

Tu cerchi il modo di incontrare Gesù. Cerchi di incontrarlo non solo con la mente, ma anche nel tuo cuore.

Ricerchi il suo affetto, e sai che questo affetto implica tanto il suo cuore quanto il tuo.

Ma rimane in te qualcosa che impedisce questo incontro.

Vi sono ancora tanta vergogna e tanta colpa incrostate nel tuo cuore, che bloccano la presenza di Gesù.

Non ti senti pienamente a tuo agio nel tuo cuore; lo guardi come se non fosse un luogo abbastanza buono, abbastanza bello o abbastanza puro per incontrare Gesù.

Quando guardi con attenzione alla tua vita, vedi quanto sia stata afflitta dalla paura.

Non riuscirai ad incontrare Gesù finché il tuo cuore rimane pieno di dubbi e di paure.

Gesù viene a liberarti da questi legami e a creare in te uno spazio nel quale puoi stare con lui. Egli vuole che tu viva la libertà dei figli di Dio.

Non disperarti, pensando di non poter cambiare te stesso dopo tanti anni.

Entra semplicemente come sei alla presenza di Gesù. Tu non puoi renderti diverso.

Gesù viene a darti un cuore nuovo, uno spirito nuovo, una nuova mente e un nuovo corpo.

Lasciati trasformare dal suo Amore solo così sarai capace di ricevere il suo affetto nell'interezza del tuo essere.

2. Il tempo per vivere davvero

Mi sembrava sempre di avere qualcosa di più urgente da fare.
Tuttavia, se mi lasciassi condizionare da ciò che è urgente, non riuscirei mai a occuparmi di ciò che è essenziale.
E' così facile dedicare tutto il tempo alle cose urgenti e non cominciare mai a vivere, a vivere davvero!

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....