

PREGARE ALLA FAMILIARE CON DIO

d. CURZIO NITOGLIA

25 gennaio 2012

http://www.doncurzionitoglia.com/pregare_familiarmente_con_dio.htm



La teoria

- La meditazione o orazione mentale, in cui si riflette con l'intelletto illuminato dalla Fede su Dio, Lo si ama con la volontà infiammata dalla Carità e si colloquia con Lui, è mezzo infallibile se la si fa ogni giorno, anche soltanto per una ventina di minuti, per perseverare in Grazia di Dio, avanzare in santità e salvarsi l'anima. S. Ignazio da Loyola nei suoi Esercizi spirituali ci insegna vari modi di fare orazione mentale. L'importante è farla sempre, poco ma sempre, pian piano si giunge sulla vetta. "Nihil violentum durat", dicevano i nostri Padri.
- Purtroppo l'esperienza insegna che coloro i quali fanno gli Esercizi spirituali imparano sì a meditare ma solo pochi poi, tornati a casa, perseverano nel meditare tutti i giorni. Poco ma sempre è il segreto di riuscita. Infatti si sbaglia sovente per eccesso: troppa orazione mentale i primi mesi, e poi più nulla, oppure per difetto: molta incostanza e discontinuità. Invece occorre farla sempre possibilmente una mezz'ora al dì, se non si riesce a mantenere la mezz'ora, bisogna continuare tutti i giorni, anche più brevemente, purché non si abbandoni la regolarità e poi il tutto.
- Uno degli ostacoli che s'incontra nella perseveranza nella meditazione è il sopportarla, il non amarla, il non viverla, il non parlare con Dio, vederla come un peso e non come una bella "chiacchierata" che si fa con il nostro miglior amico, l'unico che non tradisce mai, al quale si può dire tutto, il quale ci ascolta e ci risponde, se siamo abbastanza raccolti per sentirLo, e soprattutto l'unico che può risolvere ogni nostro problema, poiché è Onnisciente, Onnipotente ed Amore infinito.
- S. Alfonso Maria de' Liguori in una sua celeberrima opera (Modo di conversare con Dio), scritta a Napoli nel 1753, afferma: «è un inganno pensare che trattare con Dio con gran confidenza e familiarità sia mancare di rispetto alla sua Maestà infinita»[1]. Il Santo ci insegna, nel corso del suo libro, a parlare cuore a cuore con Dio, come un amico parla ad un amico. In quest'articolo cerco di far intendere che meditare o contemplare (orazione mentale accompagnata da intenso amore soprannaturale verso Dio) sia cosa facile per ogni cristiano, basta metterci un po' di buona volontà e con la Grazia di Dio, che non è negata a nessuno, vi si riesce facilmente, tutti i giorni sino alla fine di nostra vita per entrare poi in Cielo. Lo stesso

Santo partenopeo diceva: “Chi prega si salva, chi non prega si dannava. Tutti coloro che stanno all’inferno, non vi sarebbero se avessero pregato” (Del gran mezzo della preghiera).

- Parlare alla familiare con Dio è, perciò, oltre la buona volontà, l’impegno costante anche se breve nella pratica della meditazione, la via maestra per contemplare ogni giorno e farlo con frutto, sia nell’aridità che nella consolazione. Un altro inciampo è quello di lasciare la pratica della meditazione quando non si prova più nessuna consolazione spirituale. Il metodo o “la piccola via dell’infanzia della preghiera” insegnataci da S. Alfonso aiuta notevolmente le anime, anche le più semplici e piccole ad elevarsi a Dio, mediante il famoso “ascensore” di cui parlava S. Teresina del Bambin Gesù nella sua “piccola via dell’infanzia spirituale”.
- Cerchiamo, allora, con S. Alfonso di «trattare con Dio coll’amore il più tenero e confidente che ci sia possibile. [...]. Egli gode che noi trattiamo con Lui con quella confidenza, libertà e tenerezza, con cui trattano i fanciulli colle loro madri»[2]. Chi non è capace di parlare con sua madre? chi si annoia? Chi non ne sente la necessità e il bisogno di uno sfogo? La sola parola “Mamma”[3] ci riempie di amore e commozione, ebbene così deve essere con Gesù. “Jesu dulcis memoria, [...] sed super mel et omnia eius dulcis presentia” cantava S. Bernardo di Chiaravalle.
- S. Alfonso cita Isaia (LVI, 12) il quale ci ha rivelato, ispirato da Dio, che “come una madre si rallegra di mettersi sulle ginocchia suo figlio, di accarezzarlo e nutrirlo così Dio gode di trattare colle anime sue dilette”. Anzi l’amore di una madre per suo figlio è infinitamente inferiore a quello di Dio per le anime, poiché Dio Creatore è infinito e la madre è soltanto una creatura finita.
- Perciò, lungi dal pensare che trattare cuore a cuore o familiarmente con Dio sia mancare di rispetto, dobbiamo essere certi che «a Dio dispiace la diffidenza di quelle anime che di cuore l’amano e che Egli ama. Sicché se vogliamo compiacere il Suo Cuore amoroso, trattiamolo da oggi in poi colla maggior confidenza e tenerezza che ci sia possibile»[4]. Il Libro sacro dei Proverbi (VIII, 31) ci rivela che «il Paradiso di Dio è il cuore dell’uomo». E S. Alfonso commenta: «Dio ci ama? Amiamolo! Se la Sua delizia consiste nello stare assieme a noi, il nostro piacere deve essere di stare assieme a Lui»[5]. Il rapporto tra l’anima e

Dio deve essere di conoscenza più amore, di reciprocità e di convivenza (S. Tommaso, Somma Teologica). Dio è realmente presente nell'anima del giusto per essere da lui sempre più conosciuto, amato e pregato e poter infine convivere. Come si vede la meditazione alla familiare con Dio è la conclusione logica dell'inabitazione di Dio nell'anima dell'uomo, tramite la Grazia santificante. Se credessimo non solo in astratto o speculativamente, ma anche praticamente e concretamente all'inabitazione della SS. Trinità nella nostra anima, non potremmo fare a meno di parlarLe con tutta la fiducia e la tenerezza che un figlio ha verso i suoi genitori (v. Suor Elisabetta della SS. Trinità).

●Coraggio, dunque, ci dice il Nostro Santo «Prendiamo l'abitudine di parlarGli da solo a solo, familiarmente, e con fiducia ed amore come ad un nostro amico, il più caro che abbiamo e che più ci ama»[6]. Non abbiamo bisogno dello yoga, dello zen, dello psicologo se davvero parliamo con Dio cuore a cuore. Invece «è un grande errore trattare con Dio con diffidenza e voler comparire alla Sua presenza come uno schiavo timido e vergognoso ed ancor maggiore è l'errore di pensare che la meditazione non sia che noia ed amarezza»[7]. Il Giansenismo, figlio del Protestantesimo ci ha abituati a questa grigia mancanza di fiducia amorosa nella Provvidenza divina. La dottrina cattolica ha condannato sia l'uno che l'altro. Quindi teniamocene alla larga.

La pratica

●Veniamo alla pratica: «altro non ci si domanda che, senza tralasciare i nostri doveri di stato, facciamo verso Dio quello che facciamo abitualmente, nella vita quotidiana verso gli uomini che ci amano e che noi riamiamo. Il nostro Dio sta dentro di noi. Non c'è portiera per chi desidera parlarGli; anzi Dio gusta che ci tratteniamo confidenzialmente con Lui»[8].

●Ma di cosa dovremmo parlare con Dio? Semplice, risponde S. Alfonso: «ParliamoGli dei nostri affari, dei nostri disegni, delle nostre pene, dei nostri timori, e di tutto quel che ci appartiene, ma col cuore aperto»[9]. Non è necessario parlarGli di alta

Teologia, dei “massimi sistemi”, no! Sono le cose quotidiane, che fanno parte della nostra vita abituale, che dobbiamo e possiamo esporGli.

●«DiciamoGli quel che ci occorre, non Lo consideriamo come un Principe altero, il quale vuol trattare solo di grandi cose e con grandi personaggi, ma come un carissimo amico. Egli si compiace di abbassarsi a parlare con noi, e gode che noi Gli comunichiamo i nostri affari più minuti e “triviali”»[10]. Ad esempio conoscevo un vecchio notaio molto distinto ed avanzato in santità, il quale soffriva (con rispetto parlando) di “emorroidi”, ma non ha osato dirlo a nessuno, neppure alla moglie, me lo confidò verso la fine della sua vita e mi disse che ne parlava con Dio, del quale soltanto non si vergognava. Ebbene se abbiamo qualche problema che possa sembrarci “delicato” (ognuno ha il suo carattere), parliamone a Dio e ci aiuterà, senza trascurare le cause seconde delle quali Dio vuole servirsi come di strumenti. «Scopriamogli, dunque, con libertà tutto il nostro interno, e preghiamoLo che ci guidi a fare perfettamente la Sua Volontà. [...] FacciamoGli sapere tutti i pensieri che ci tormentano, di timore, di tristezza...»[11].

●Anche quando «noi riposiamo, Egli non ci lascia, e pensa sempre a noi, affinché, quando durante la notte ci svegliamo, Egli ci possa parlare colle sue ispirazioni e possa ricevere da noi qualche atto d’amore, di offerta, di ringraziamento, per mantenere con noi, anche in quelle ore di notte, la sua dolce conversazione»[12]. Chi soffre d’insonnia cerchi di parlare dolcemente con Dio e ritroverà la pace del cuore ed anche “il sonno, il quale è come una farfalla, se la lasci posare dolcemente sul braccio vi rimane, se ti muovi bruscamente per prenderla vola via”, oppure come la gloria, la quale “più la cerchie più ti fugge, più la fuggi e più ti cerca” (S. Bernardo di Chiaravalle). Attenzione in cappella la mattina presto! Occorre esser desto.

●Se la desolazione «dura troppo e ci affanna, uniamo le nostre preghiere a quelle di Gesù sulla Croce e diciamoGli: “Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?”. Però ciò non ci serva per abatterci maggiormente, pensando che non meritiamo l’aiuto di un Dio d’infinita maestà, ma al contrario per ravvivare maggiormente la nostra fiducia, sapendo che Dio permette tutto anche il male per il nostro maggior bene. E così mettiamoci l’animo in pace, sapendo che mai nessuno, il quale ha

sperato in Dio, è stato abbandonato e diciamoGli: “nelle Vostre braccia io mi abbandono”, in Voi mi riposo e sempre mi riposerò, a Voi, dunque, soprattutto lascio la cura della mia salvezza eterna»[13].

- Il Salmo (I, 1) ci insegna divinamente: “ Senttete de Domino in bonitate”. Ossia Iddio, mediante Davide, ci ammaestra ad aver «più confidenza nella Sua Misericordia che timore della Sua Giustizia, perché Dio è immensamente più inclinato a beneficiare, che a castigare, come rivela S. Giacomo: “Superexaltat Misericordia Judicium”(II Ep., II, 13)»[14].

- Se commettiamo qualche difetto «non vergogniamoci di andare subito ai Suoi piedi a chiederGli perdono. Egli promette di accogliere quell’anima, che l’ha lasciato, subito ch’ella ritorni alle Sue braccia. Oh intendessero i peccatori con quanta pazienza il Signore li aspetta, il desiderio che ha, non già di castigarli, ma di vederli convertiti per abbracciarli e stringerli al Suo cuore!»[15].

- S. Alfonso ci invita a «ricorrere subito a Dio dopo le nostre infedeltà, ancorché le replicassimo cento volte il giorno, e di metterci subito in pace dopo le cadute e il ricorso fatto al Signore»[16]. Inoltre occorre che «procuriamo di parlare, quanto più spesso possiamo, con Lui continuamente e con tutta la fiducia possibile, poiché Egli non disdegnerà di risponderci e di parlarci con voci ben intelligibili all’anima, allorché ci saremo staccati dal conversare colle creature per trattenerci a parlare da solo a solo col nostro Dio»[17].

- Se riusciamo veramente a farci amico Gesù e a parlare con Lui, come facciamo coi nostri amici, allora la meditazione non solo non ci peserà, ma diverrà qualcosa di cui non possiamo fare a meno, come l’aria che respiriamo. Che S. Alfonso e la Madonna SS., Mediatrix di ogni Grazia, ci ottengano dallo Spirito Santo, il Perfezionatore e il Santificatore, la forza di “gridare con gemiti ineffabili: Abba, Pater!” (San Paolo).

d. CURZIO NITOGLIA

25 gennaio 2012

http://www.doncurzionitoqlia.com/preqare_familiarmente_con_dio.htm

[1] Ibidem, Chieti, Paoline, II ed., 1968, p. 25.

[2] Ib., p. 26.

[3] San Padre Pio da Pietrelcina si faceva cantare dal famoso tenore Beniamino Gigli, suo figlio spirituale, la famosa romanza “Mamma, per te la mia canzone vola” ed ascoltandola si commoveva sino alle lagrime.

[4] Ib., p. 31.

[5] Ib., p. 33.

[6] Ib., p. 34.

[7] Ivi.

[8] Ib., p. 35.

[9] Ib., p. 36.

[10] Ib., p. 42.

[11] Ib., p. 43 e 45.

[12] *Ib.*, p. 40.

[13] *Ib.*, p. 49.

[14] *Ib.*, 50.

[15] *Ib.*, p. 55.

[16] *Ib.*, p. 59.

[17] *Ib.*, p. 65.