

Donami un cuore aperto

Pregare è sempre una faccenda personale. Io dico a Dio ciò che mi preme. Talvolta, però, è bene che un altro ci presti le parole con cui poi noi troviamo le nostre proprie parole.

In questo libro ho scritto delle preghiere che toccano temi intimi della mia anima: ringraziare e esprimere fiducia, accettare me stesso, trovare un modo di vivere con le mie paure e preoccupazioni. È cosa salutare esprimere nella preghiera i propri sentimenti. Ciò che viene trascurato tende a fissarsi nell'anima.

Se invece viene portato davanti a Dio, la preghiera può trasformare il cuore e riempirlo di fiducia e riconoscenza. Le preghiere della prima parte di questo libro (*Pregchiere del cuore*) vogliono essere un aiuto a esprimere davanti a Dio ciò che si ha nel proprio cuore, ma spesso non trova le parole.

Nella seconda parte (*Pregchiere di benedizione*) ho formulato preghiere che chiedono a Dio la sua benedizione: per gli spazi e i tempi della nostra vita quotidiana, soprattutto però per le persone per le quali amo pregare.

Molte nostre preghiere sono preghiere di intercessione. Quando prego per un'altra persona, la preghiera trasforma per lo meno me stesso. Io ricevo più speranza per l'altro. Mi sento a lui unito. In tal modo gli vado incontro con atteggiamento diverso, più aperto, più fiducioso e pieno di maggior speranza. Questo cambierà anche l'altro. L'efficacia della preghiera di intercessione, tuttavia, va oltre una simile spiegazione puramente psicologica. Dobbiamo aver fiducia che Dio stesso pensa alle persone e che la preghiera crea una sua specifica realtà.

Le preghiere della terza parte (*Pregchiere nel corso dell'anno*) intendono fornire un aiuto a vivere con consapevolezza i tempi salutari dell'anno liturgico. Nel corso dell'anno liturgico siamo messi a confronto con temi importanti per la nostra anima. Mentre il nostro intimo viene interpellato e si esprime nella preghiera e nella celebrazione delle feste, a poco a poco tutte le zone della nostra anima sono toccate dall'amore

risanante di Dio. Ogni tempo riceve così la sua propria impronta. E noi ci accorgiamo che ogni tempo è un tempo che guarisce e porta salvezza, un tempo in cui Gesù Cristo opera oggi in me ciò che ha compiuto allora per le persone che egli ha incontrato.

Lo scopo della preghiera è di portarmi, dopo tutto quello che ho detto e presentato a Dio, al silenzio. Le preghiere della quarta parte (*Preghiere del silenzio*) devono introdurre a questo spazio interiore del tacere, che descrivo anche nella quinta parte (*Preghiere senza parole*).

Quando le parole tacciono, pregando senza parole possiamo metterci totalmente alla presenza di Dio con i gesti del corpo – con un cuore aperto, pronto ad accogliere Dio.

In tal modo sperimentiamo ciò che *Evagrio Pontico*, nel quarto secolo, ha detto riguardo alla preghiera: «È il dono più grande da parte di Dio. Non c'è nulla di più prezioso sulla terra. Che cosa può esserci, infatti, di più grande del parlare a Dio in modo del tutto personale e del vivere totalmente alla sua presenza?».