

Bonifacio Baroffio

## ESSERE PREGHIERA

*Meditazioni sulla preghiera  
a partire da un'esperienza*

*editrice a.v.e.*  
1991

### 2. La qualità delle nostre parole

La parola viene spersonalizzata e il grosso guaio è che, aumentando i mezzi delle comunicazioni, diminuisce in maniera inversamente proporzionale lo spessore e la qualità di queste

comunicazioni. Si dice un numero sempre maggiore di cose, ma l'uomo scompare dalle parole e così rischiamo anzitutto di non dire più delle parole giuste e, in secondo luogo, di non prestare più attenzione alle parole e alla realtà che c'è dietro alle parole altrui.

La preghiera è quella comunicazione in cui io mi metto di fronte a Dio e, sollecitato dalla sua presenza, esprimo il mio essere. Ciò avviene quasi sempre attraverso le parole, ma se le mie parole non sono personali al di fuori della preghiera non lo saranno neppure nella preghiera. Il mondo, un certo mondo benevolo, ci condanna a una specie di schizofrenia dicendo: voi comportatevi da buoni cittadini durante le vostre attività, poi, quando volete, noi ci rassegniamo e vi permettiamo di pregare in alcuni momenti a sé stanti. Come se le parole impiegate nella preghiera fossero parole diverse, dette con uno spirito diverso; come se la preghiera potesse essere emarginata dalla vita, isolata dal contesto di tutta la nostra esistenza.

Ecco la fatica del cristiano: la fatica di recuperare la dimensione personale della parola, prendere come modello d'azione e di pensiero la parola di Dio e fare poi lo sforzo sovrumano di vivere al di fuori della preghiera questa tipica dimensione personale della parola. Alla corrente culturale che cerca di cosificare l'uomo, reificarlo, renderlo cosa, noi opponiamo la corrente dello spirito che personalizza ogni realtà, comprese le cose. Ogni realtà è qualcosa di vivo ed è un elemento che Dio ci fa incontrare per svelare il suo mistero.

Proviamo prima di tutto a ripensare un poco a come Dio usa la parola e allora vediamo che c'è una differenza abissale. Nel migliore dei casi, anche istruiti da una certa filosofia, diciamo che le parole sono vere quando c'è una corrispondenza, tutta una concatenazione, tra la parola e il fantasma, l'idea che ci sta dietro, la realtà che la parola vuol esprimere. Di solito affermiamo che le nostre parole sono vere perché dicono qualcosa di vero e ciò che ne consegue è un'idea della comunicazione come un fornirsi vicendevolmente delle notizie.

La comunicazione di Dio va molto al di là, perché la parola di Dio non ci dà semplicemente una notizia su Dio, la parola è Dio; Dio dicendo se stesso si dona, non comunica una notizia su di sé, comunica la sua vita: «E il Verbo si fece carne... e il Verbo era Dio». Bisogna recuperare nella preghiera e al di fuori della preghiera la qualità delle nostre parole.

Ieri mattina, ieri pomeriggio, quali parole abbiamo detto? Qual era la portata di queste parole? Convenevoli? Parole che abbiamo dovuto dire perché ci siamo trovati costretti a intessere un dialogo con persone che ci sono capitate tra i piedi o parole che volevano nascondere qualche cosa senza essere bugie? Parole che hanno detto cose giuste e belle, ma... abbiamo detto delle parole attraverso le quali abbiamo aperto ai fratelli l'accesso al nostro cuore? Le parole che abbiamo detto erano noi stessi?

È molto difficile poterlo dire soprattutto quando ci si limita a una sola giornata; però c'è la riprova: le parole che mi hanno detto ieri i fratelli come le ho ascoltate? Che cosa sono state? Le ho dovute sorbire e sono state oggetto di curiosità? Ho avuto qualche interesse? Attraverso quella parola ho ascoltato il fratello oppure ho strumentalizzato quella parola per violentare il fratello, cioè mi sono accaparrato delle parole del fratello per un mio comodo, un mio interesse e senza giungere a una vera condivisione di vita? Che cosa sono le parole nella nostra vita? Non è che la parola esaurisca tutta la comunicazione, ne vedremo altre forme, ma certamente la parola è la forma di comunicazione più comune. Se nei colloqui con i fratelli noi diciamo delle parole standardizzate (buongiorno, buonasera...) soltanto per una cosiddetta buona educazione, rischiamo di metterci davanti a Dio con lo stesso stato d'animo, con lo stesso vuoto di contenuto esistenziale.

(pp 30-32)

## XI. La preghiera impegno senza fine

### 1. *Un cammino mai concluso*

Le meditazioni qui raccolte non riescono a esaurire l'ambito della preghiera. Penso che se stessimo un anno insieme, potremmo parlare tutti i giorni, certo non sempre io solo, comunicandoci l'un altro quello che viviamo di fronte a Dio: le incertezze del cammino, le gioie soprattutto. Già i nostri padri erano arrivati alla conclusione che la preghiera è una fatica, in quanto è il lavoro senza fine.

Quando si svolge un'attività o si prende un impegno, arriva il momento in cui si può dire: «Il lavoro è terminato». Se questo non avviene nella vita di un uomo, nell'ambito di una, due, tre generazioni, anche le opere più colossali, più vistose hanno un termine. La preghiera mai, perché è un viaggio che non ci porta a raggiungere gli estremi confini delle grandezze dell'uomo, ma ci porta nell'infinito di Dio, nella vita stessa di Dio. È per questo che non dobbiamo meravigliarci di scoprire sempre nuove vie, nuove possibilità, nuovi cammini.

È come quando si va in montagna: si è in cammino in salita e si crede che quella sia la vetta; ma quando si è sulla vetta, se ne vedono altre. Tutta la nostra vita è un alternarsi di cammini: c'è lo slancio per raggiungere una vetta e il vedere, il percepire la mèta così vicina non ci abbatte nello sconforto, ma suscita in noi la speranza di arrivare presto; quando poi si è su, ci rincuora la bellezza dell'itinerario che si apre davanti a noi.

Nella vita spirituale l'appagamento di ogni desiderio, il termine di ogni cammino è un desiderio più profondo, è un cammino che apre un ulteriore itinerario di fede: la preghiera è un'attività che non ha termine.

## 2. *La preghiera è la stessa per tutti*

Avrei potuto impostare queste meditazioni diversamente, riflettendo, ad esempio, su quello che è la preghiera alla luce della Bibbia, ma mi sembrava qualcosa di scolastico; oppure su quello che dovrebbe essere la preghiera in teoria, ma ciò voleva dire fermarsi su tante teorie. Per questo ho scelto una via che non so se vien condivisa: la via di un'esperienza con le sue fragilità e le sue riprese quotidiane. Vorrei però precisare una cosa. Se quanto ho detto riflette, non può fare a meno di riflettere, un'esperienza particolare — la mia esperienza come persona nata in un dato ambiente, con alcuni anni di vita monastica alle spalle... — non esiste però una preghiera monastica, una preghiera laicale o una preghiera presbiterale. C'è semplicemente la preghiera cristiana. Quello che si dice della preghiera vale per ogni battezzato, nessuno escluso. Le diversità consistono soprattutto nel dosare i tempi più che nelle forme; nulla di più. Dico questo perché in ogni ambiente, quando c'è una sollecitazione alla preghiera, a un impegno più profondo con Dio, si gioca un po' allo scarica barile. I monaci dicono: «Noi sappiamo già come pregare, questa è una faccenda che riguarda tutt'al più i laici»; i laici dicono: «Ma questa è una preghiera da monaci o da preti» e i preti poi se la sbrigano dicendo che è dell'uno e dell'altro.

Stiamo attenti quindi a non scherzare con Dio e a non prendere in giro noi stessi, perché quello che si dice della preghiera, quello che nella Chiesa diviene esperienza di preghiera è un patrimonio che riguarda tutti, è un bene di tutti.

## 3. *È una via personale*

D'altra parte bisogna mettere in guardia sempre da un pericolo: di assolutizzare le esperienze spirituali a tutti i livelli. Se io compio un cammino di preghiera è perché questo è il mio cammino e non posso pretendere che gli altri mi seguano. È un po' il guaio e la miopia di alcune correnti ecclesiali in cui qualcuno — che ha vissuto un'esperienza autentica di liberazione, di conversione all'amore di Dio — crede che tutti per salvarsi debbano fare quelle stesse cose, ripetere le stesse parole, gli stessi gesti. La preghiera è lo spazio della nostra libertà e dobbiamo stare sempre estremamente attenti quando si tratta di cammini

dello Spirito, anche quando leggiamo dei bei libri spirituali. Temo che i libri spirituali più che aiutare danneggino, se non sono letti con occhio critico. Ad esempio, leggendo san Giovanni della Croce a un certo momento facciamo la scoperta che quello che lui esprime in una pagina è proprio quello che stiamo vivendo e questo ci dà gioia perché è la conferma di un cammino. Fin qui va tutto bene; il guaio comincia quando domani leggo san Giovanni della Croce e vedo che la mia vita è diversa dalla sua. Allora mi prende l'angoscia o mi faccio violenza per poter vivere come lui dice l'asceta; ma mentre lui cammina di lì, il Signore chiama me a passare per di qua.

La vita spirituale è una salita alla montagna di Dio ma, come succede sulle montagne, ci sono cammini indipendenti l'uno dall'altro anche se hanno punti di contatto. Leggendo libri, riflettendo, ascoltando tutto sulla vita spirituale, possiamo prendere atto dei punti di contatto, fare forse qualche passo insieme, a volte un po' di più; ma siamo attenti a conservare la nostra libertà perché la preghiera è la via attraverso la quale Dio chiama ciascuno per nome secondo quello che siamo. Guai ad assolutizzare le esperienze! Non dobbiamo assolutizzare le esperienze degli altri nei nostri confronti e dobbiamo sempre stare attenti a non assolutizzare la nostra esperienza nei confronti degli altri.

Questo vale anche quando si vive a contatto con i giovani, per esempio, a livello di catechesi; ci poniamo spesso come modello e come verifica di quello che vivono gli altri e questo è errato. La difficoltà delle guide spirituali, dei maestri di spirito, consiste proprio nell'essere attenti allo Spirito e verificare l'autenticità dei cammini delle altre persone senza porre se stessi come misura e garanzia.

## 4. *Perfezione non è perfezionismo*

Un pericolo frequente nella preghiera è quello del perfezionismo: è la tensione spasmodica di arrivare a compiere un progetto che ci siamo costruiti noi. Per questo c'è sempre nel perfezionismo una vena di orgoglio e di presunzione. La perfezione sta nel riuscire con tutte le nostre forze ad accogliere il disegno di Dio nella nostra vita e ad amarlo. Su questo punto ci sono di luce e di guida i due passi paralleli del Vangelo in cui il Signore dice: «Siate perfetti come perfetto è il Padre vo-

stro che è nei cieli» (Mt 5,48) ed esplicita questa perfezione dicendo: «Siate misericordiosi come è misericordioso il Padre vostro» (Lc 6,36).

Il perfezionismo — che ci porta talora a fare delle cose assurde, a vivere delle teorie, a seguire delle chimere — è un'illusione. La perfezione cristiana è nella realtà della vita e non nei progetti e tanto meno nei sogni.

Per vivere la perfezione cristiana è necessario coltivare in noi tre dimensioni dello spirito: in primo luogo la chiarezza, poi la pazienza, infine la speranza. Il nostro sforzo razionale, l'intelligenza che è un dono di Dio, ci deve aiutare a cogliere almeno due punti: la nostra situazione, la nostra condizione vitale, chi siamo, in quale momento della nostra vita ci troviamo, in quale età dello Spirito. Qui bisogna essere chiari, senza paura; d'altra parte dobbiamo vedere con chiarezza il punto d'arrivo che è Dio nella comunione trinitaria. Se dal nostro cuore riusciamo a percepire il cuore di Dio, allora vedremo chiaramente anche l'itinerario che dobbiamo compiere.

La chiarezza però non significa precipitazione. Per arrivare a Dio ci vuole pazienza, quella crescita lenta che permetta a tutta la nostra persona di giungere a lui: non solo alla volontà e non solo alla fantasia perché tutto il nostro essere, tutta la nostra persona s'immerga nel mistero di Dio, s'impregni del suo amore, diventi incarnazione del Cristo. E qui ci vuole pazienza che ci impone dei passi molto brevi e molto concreti.

Una delle difficoltà più grandi della vita di preghiera è il voler bruciare le tappe; proprio perché si è visto in qualche modo il termine ultimo di ogni sforzo umano si desidera raggiungerlo subito. È qui che il Tentatore ci mette alla prova, ci fa vedere troppo facili certi cammini; così uno crede di fare tanta strada, ma alla fine si ritrova senza aver concluso niente e all'entusiasmo iniziale subentra la tristezza, la frustrazione, l'amarrezza, l'abbandono. Il voler bruciare al di là delle nostre possibilità è un rischio molto grande in ogni vita che si consacra a Dio. Dobbiamo dare ciò che siamo, ciò che possiamo, non di più.

Il cammino verso Dio è un cammino lungo, dolce e aspro; a volte è chiaro, a volte diventa oscuro. È per questo che ogni vita di preghiera può essere vissuta solo nella speranza, non confidando nella nostra presunta fortezza, nella nostra buona volontà, nella nostra intelligenza perspicace. Dobbiamo fondare tutto sull'amore e sulla fedeltà di Dio.

Chiarezza, pazienza, speranza dunque in un impegno che ci trovi disponibili a Dio e capaci di vivere ogni giorno non quello che noi immaginiamo, ma quello che il Signore ci chiede.

##### 5. *Né il poco né il molto: il tutto*

Dovremmo per questo abituarci a eliminare dalla nostra vita due categorie funeste che ci riducono a poveri ragionieri dello Spirito. Lo Spirito non si lascia calcolare dai ragionieri anche se chi legge è un ragioniere, abbia pazienza, non è di ragioneria che parlo.

Le due categorie deleterie nella vita dello Spirito sono il poco e il molto. A volte siamo afflitti perché preghiamo poco e talvolta questo poco causa in noi non solo tristezza, ma veramente quell'amarrezza di fondo che ci fa languire e intorbida la nostra coscienza. Anche il molto però è deleterio: quando crediamo di fare molto, questo suscita subito in noi dei veleni: l'orgoglio, la superbia...

Il Signore ci abitua a un'altra categoria. Basta pensare a quella vecchierella che ha messo due monete al tempio: poco o molto non interessa al Cristo; il Signore Gesù dice di lei che dà tutto, tutto. Dio non accetta né molto né poco, accetta tutto. Non il tutto perfezionistico e orgoglioso dell'uomo che corrisponde quindi a una certa valutazione astratta; ma il tutto che realmente oggi noi possiamo vivere. Questo tutto assume quindi connotazioni diverse: a volte è veramente pochissimo e a volte è moltissimo.

Davanti a Dio non dobbiamo chiederci se abbiamo fatto molto, se abbiamo fatto poco, se potevamo fare di più; dobbiamo chiederci se abbiamo fatto tutto, perché l'alternativa è niente: o a Dio ci si dona totalmente o non ci si dona affatto; non ci sono mezze misure. L'uomo, creato a immagine di Dio, deve abituarsi ad agire secondo le modalità di Dio che non si dona parzialmente; l'offerta di Cristo è l'oblazione totale della sua vita e l'amore che Dio riversa sull'uomo non è resto frammentario perché distribuito a tante persone, è un amore totale.

La totalità è dunque la categoria sulla quale dobbiamo verificare la nostra vita, ma con buon senso — quello che san Benedetto chiama la discrezione —, cioè sapendo che anche se oggi il tutto è poco, è abbastanza. Anche quando riesco a far poco

mi metto davanti a Dio serenamente senza complessi di colpa, senza frustrazioni perché è tutto quel che potevo fare. E quando posso far molto è tutto, non è granché, è semplicemente tutto, il tutto.

#### 6. *Gli ostacoli nel cammino spirituale*

Nel ripensare alla nostra vita, nell'affrontare il cammino spirituale, a volte troviamo degli ostacoli, i cosiddetti problemi. Vorrei dare subito un'indicazione: la maggior parte dei problemi nella vita spirituale non ha soluzione per un motivo molto semplice: i problemi non esistono. Alcuni veri problemi ci sono, ma sono pochi e se stiamo attenti ci accorgiamo che quelli che ci spaventano, in cui inciampiamo con grande frequenza non sono problemi: sono nostre fantasie, sono delle dilatazioni deformate e deformanti che ingombrano il nostro cuore, sono cose irreali alle quali pensiamo, che ci affliggono ma vagano a livello irreali.

Cerchiamo di fatto le soluzioni nella vita concreta, reale, ma i due piani non si incontrano mai perché non si possono incontrare. È per questo che i problemi molte volte non hanno soluzione: perché in realtà non esistono. Quando abbiamo delle difficoltà, prima di perdere tempo, di logorarci nel cercare chissà come uscire da queste situazioni, dobbiamo per prima cosa acquistare un po' di serenità e poi chiederci: «Ma il problema è vero?» Noi infatti siamo maestri di prestigio e da pulci facciamo elefanti con l'aiuto del Maligno. J

#### 7. *I buoni propositi*

Uno dei rischi delle esperienze intense di riflessione e di preghiera, degli esercizi spirituali... è quello che dopo una settimana di «imbottimenti» e di riflessioni uno faccia un bel programma per la vita futura, ma finisca per arenarsi nella situazione di «chi troppo vuole, nulla stringe». Si fanno propositi molto belli, ma tanto impegnativi che non si possono realisticamente affrontare e attuare. Alla fine di una settimana di riflessione e soprattutto di preghiera, dovremmo essere accorti nel vedere il cammino non dei prossimi giorni, ma dei prossimi mesi e dei

prossimi anni. Occorre proporci di fare un passo concreto, secondo una certa misura. I propositi dovrebbero essere pochi — forse uno solo — e piccolini piccolini, cioè cose che possiamo fare con facilità, non cose straordinarie e difficili che al primo ostacolo, al primo contrattempo non riusciamo più a realizzare e che, quindi, vengono accantonate.

Penso a due tipi di propositi. Non dico perché voi li facciate, semplicemente per indicare quello che potrebbe essere un proposito dopo una meditazione sul tema della preghiera. Un primo impegno potrebbe essere quello di recuperare nella nostra vita di preghiera il «Ti adoro, mio Dio», al mattino, ad esempio, o come formulazione, ma soprattutto come intensità di un rapporto con Dio che si riscopre ogni mattino. A noi manca la capacità di percezione di Dio perché non riusciamo più a stupirci della sua presenza; tutto è ovvio, tutto è scontato: ieri siamo andati a letto ed era naturale che stamattina ci svegliassimo, ci alzassimo, mentre non è affatto ovvio. Dopo qualche giorno di pioggia è ovvio che venga fuori il sole... ma chi lo dice? Ripetere ogni mattino «Ti adoro, mio Dio» ci può aiutare ad acquisire la capacità di trovare la presenza di Dio nelle cose più ovvie, più immediate e che sono tali proprio perché Dio è presente. Così la nostra vita già al mattino si apre con un altro respiro e questo Dio, di cui abbiamo percepito l'amore al mattino, ci sarà presente anche durante la giornata.

Un altro proposito potrebbe essere l'esame di coscienza, parallelo al «Ti adoro» del mattino, nel senso che è giusto di sera pensare anche ai nostri peccati. Verifichiamo la nostra vita sotto quell'aspetto, però dobbiamo stare molto attenti perché il pensare soprattutto o unicamente ai nostri peccati ci mette in un cerchio di egocentrismo assai raffinato: sono peccati e forse ci dispiaciamo, ma dietro il peccato ci siamo noi.

Il ricordo del peccato è necessario e si giustifica solo come uno scossone della nostra coscienza che deve giungere al dolore, alla compunzione, ma non per stare lì rattristata, bensì per aprirsi a Dio e alla sua misericordia. Più presto lasciamo l'ambito dei nostri peccati, meglio è; tanto non ne ricaviamo molto. Dobbiamo piuttosto arrivare alla misericordia di Dio.

L'esame di coscienza può anche essere una verifica delle magagne della giornata, ma dovrebbe comportare soprattutto la verifica di quelli che sono stati i doni di Dio oggi e del modo in cui io ho usato di questi doni: la mia vita, le forze che il Si-

gnore mi ha dato, le debolezze, le malattie che ho ricevuto, ciò che ho ascoltato, che Dio ha permesso, gli incontri con le altre persone, il lavoro, l'attività... La mia giornata è stata segnata da Dio? O in fin dei conti, il fatto di essere cristiano si ricava soltanto dalla presenza di un libro di pietà, della Bibbia in casa mia, e non dalla mia coscienza che Dio è il Signore della mia vita, un Signore che ogni giorno mi partecipa alla sua signoria, alla sua regalità, mi dà in mano l'esistenza e i mezzi per ricrearla e rinnovarla in Cristo Gesù?

Nella misura in cui pensiamo ai doni di Dio e facciamo la scoperta quotidiana del suo amore, ci rendremo conto che non sempre abbiamo corrisposto a questo amore; a volte l'abbiamo ignorato, talora l'abbiamo rifiutato... I peccati verranno fuori come conseguenza, ma sempre bisogna dare la priorità alla perfezione dell'amore.

Parafrasando un'esperienza di sant'Agostino si potrebbe dire: «Ama e prega come vuoi». Ama e prega come puoi, senza pretese, in ogni tua giornata, in quella giornata che sembra grigia, monotona, sempre uguale; in quella *routine* che rischia di schiacciarsi, di avviltirci, di alienarci. Tutto diventa invece un cammino di luce se ci sentiamo accolti da Dio. Pensando al proverbio arabo della formica nera nella notte nera, su una pietra nera, mi è venuta in mente un'altra parafrasi: un giorno qualunque, in una città qualunque, un uomo qualunque: Dio lo vede, gli sorride, lo ama.

#### 8. *Essere se stessi*

Vivendo in monastero capita di sentirsi dire: «Voi siete i perfetti». Quando l'ho sentito per la prima volta, ho detto: «Oh Signore, se i religiosi son perfetti, vuol dire che mia mamma è imperfetta, che mio padre è un povero diavolo condannato all'imperfezione!» Per essere amati da Dio non bisogna essere strambi o diversi dagli altri, bisogna essere se stessi. Il che significa che per il 90 o 95% siamo uguali agli altri uomini con gli stessi difetti, le stesse intemperanze, le stesse capacità di bene.

È nella vita qualunque che Dio si rivela come tale con il suo sorriso che tutti illumina; non occorre che ci inventiamo dei progetti umani clamorosi che ci soddisfano ma rischiano di far ombra a Dio. Dobbiamo vivere tutto questo con una grande libertà,

la libertà creativa che la Parola suscita quando viene ascoltata nell'amore, nella disponibilità; una libertà che ci permette di essere originali e creativi e di non assumere delle pose per far colpo sugli altri e per darci forse un po' di sicurezza.

Vi ricordo una parola del Vangelo, il richiamo incessante di Cristo: «Va', vendi tutto quello che hai... poi viene e seguimi». Un giorno quella Parola è stata ascoltata da una persona ricca, Antonio. Dapprima è rimasto turbato, poi ha accolto nel suo cuore questa Parola, ha sistemato la sorella perché aveva delle responsabilità civili ed è andato nel deserto. Questa Parola è risuonata nel cuore di un altro ricco, mille anni dopo all'incirca, e accolta nel cuore di questo giovane, la Parola non ha fatto il cammino verso la solitudine del deserto, ma, attraverso un breve deserto, ha condotto Francesco d'Assisi nel cuore del mondo, nella missione evangelizzatrice.

È la stessa Parola che, quando viene accolta con libertà, riesce veramente a provocare l'uomo e lo conduce a Dio e ai fratelli. Questa accoglienza implica una vita di preghiera.

Finisco col dirvi quello che Antonio nel deserto ha scoperto, anche lui indaffarato come noi a imparare a pregare, a chiedersi che cosa sia la preghiera e desiderando pregare. Quando si prega? La risposta di Antonio ci dovrebbe far meditare: «Preghi quando non ti accorgi più di pregare».