



Fratelli carissimi, vi raggiungo con questa lettera nella quale desidero condividere alcune riflessioni sulla preghiera. Scrivo mosso da un pensiero che mi accompagna da lungo tempo e che mi incoraggia ad affrontare una situazione che, unitamente ai fratelli Consiglieri generali, incontro nelle visite alle Circostrizioni del nostro Ordine: la fatica nel praticare la preghiera. Sono certo che tutti concordiamo nell'affermare a noi stessi, come pure nel comunicare alle persone che incontriamo nel nostro ministero e nel nostro lavoro, che la preghiera è elemento centrale nella vita di ogni battezzato e, in modo particolare, nell'esperienza di una persona che ha abbracciato la vita religiosa; ma la realtà non conferma questa rilevanza.

Preciso che non aggiungerò nulla ai trattati e manuali sulla preghiera; la produzione letteraria sul tema è ricca e abbondante. Vi chiedo di accompagnare la lettura di questo mio scritto leggendo il capitolo III delle nostre Costituzioni, dove troverete una sintesi bella e profonda, radicata nei valori propri della tradizione Francescana Cappuccina.

In data 2 luglio 2016, Papa Francesco, ringraziandomi per il dono fattogli pervenire per la festa di San Pietro da parte della nostra Curia generale, ha scritto queste testuali parole: *“La preghiera come umile affidamento a Dio e alla sua volontà, è sempre la via per uscire dalle nostre chiusure personali e comunitarie. È la grande via per aprirsi al Vangelo e testimoniare la speranza con l'entusiasmo dei discepoli fedeli a Gesù.”*

Qual è dunque l'intento di questo scritto? Desidero attivare in ognuno di voi una revisione sulla relazione con Dio; non nella teoria delle idee, ma nella concretezza della quotidianità. La fragilità, le fatiche non si riscontrano tanto nelle convinzioni sulla preghiera, ma piuttosto nella pratica quotidiana. Le fonti francescane narrano del grido addolorato di san Francesco *“l'Amore*

non è amato”

. A me viene da dire:

“La preghiera non è amata, è poco vissuta e praticata!”

1. 2. **“Saltare” la preghiera**

La nostra quotidianità è scandita da momenti dedicati alla preghiera, al lavoro, ai pasti consumati insieme, alla ricreazione e al riposo. L'incedere del tempo e dei nostri giorni procede nell'adesione ai ritmi e alle attività vissute nelle nostre fraternità. E' importante che nessuno di essi venga tralasciato, ma nemmeno enfatizzato a dismisura. I ritmi e le attività della nostra quotidianità dovrebbero aiutarci a vivere un sano equilibrio tra i vari momenti. L'esperienza però spesso attesta che siamo portati a compiere delle deroghe: e prime tra queste, è “il saltare” sia la preghiera mentale che quella comunitaria. Con facilità, l'attività pastorale con tutti i suoi impegni, la frequentazione di amici e l'uso dei mass media, diventano motivi per dispensarci dai tempi della preghiera comunitaria; non esito ad affermare che questo tipo di atteggiamento stia aumentando notevolmente nelle nostre fraternità. Sono convinto che quando la deroga diventa abitudine, la coscienza della nostra appartenenza al Signore nella vita consacrata diventa debole. E' vero: si onora e si ama Dio non solo pregando. La nostra relazione con Lui è costituita dalla vita evangelica, dalla carità, dalla donazione di sé nel lavoro che siamo chiamati compiere; ma se vengono meno i tempi della lode, del ringraziamento e del silenzio alla sua presenza, la relazione si allenta e le motivazioni del nostro agire si indeboliscono. Sorge il pericolo di cercare solo se stessi, preoccupati in primo luogo di gratificare le nostre aspettative. Quando la relazione con Dio diventa debole, ed essa non è più il riferimento fondamentale della nostra esistenza, rischiamo di vivere nell'ipocrisia di chi, professando di essere un religioso, un consacrato, si trova a vivere una dinamica di vita contraria a questo nome. Poniamoci insieme una domanda che traggio dal capitolo 10, 38-42 del vangelo di Luca e che riporto per esteso qui di seguito: *“Mentre erano in cammino, Gesù entrò in un villaggio; e una donna, di nome Marta, lo ospitò in casa sua. Marta aveva una sorella chiamata Maria, la quale, sedutasi ai piedi di Gesù, ascoltava la sua parola. Ma Marta, tutta presa dalle faccende domestiche, venne e disse: «Signore, non ti importa che mia sorella mi abbia lasciata sola a servire? Dille dunque che mi aiuti». Ma il Signore le rispose: «Marta, Marta, tu ti affanni e sei agitata per molte cose, ma una cosa sola è necessaria. Maria ha scelto la parte buona che non le sarà tolta».*” Noi cosa abbiamo scelto? “

La tradizione cappuccina, sin dall'inizio, proponendo di seguire l'esempio ora di Marta e ora di Maria, ci insegna a saper comporre armonicamente contemplazione e azione.” (Cost. 15, 4)

1. 3. **Insieme alla presenza di Dio**

Preghiamo veramente come frati, quando ci riuniamo nel nome di Cristo, in mutua carità, affinché il Signore sia realmente in mezzo a noi

(Cost. 46,2). Le nostre Costituzioni presentano la preghiera vissuta insieme come aspetto significativo della nostra identità. La nostra fraternità esiste perché è convocata da un Padre che ci rende fratelli. Questa paternità genera legami nuovi che superano quelli del sangue, delle affinità, delle simpatie, delle appartenenze etniche e geografiche. Siamo convocati a pronunciare il nostro "eccomi" al Dio, Padre del Signore nostro Gesù Cristo, che ci chiama alla comunione con Lui. L'ottavo CPO, alla proposizione n. 17 ha ribadito in modo inequivocabile: *"La ricerca dell'unione con Dio è il primo lavoro dei frati. I tempi della preghiera fraterna non sono un modo per trascurare le nostre attività lavorative e pastorali o uno sfuggire alle fatiche umane del lavoro, ma un servizio derivante dal nostro stato di vita di consacrati. Perciò nessun frate si auto-dispensi dal compito primario della preghiera liturgica e dell'orazione mentale, consapevole che quando prega intercede a favore degli uomini"* (Cost. 49,1).

Quando celebriamo la Liturgia delle ore, manifestiamo sia la nostra appartenenza alla Chiesa tutta, sia la comunione che essa genera. Apparteniamo al Popolo di Dio che vive ed è tenuto in vita dall'azione continua e fedele dello Spirito Santo. Facciamo spesso memoria di questi contenuti della nostra vita di fede, capace di rimotivare e rinnovare la nostra relazione con Dio nella preghiera.

1. 4. Tradizione e creatività

La preghiera fraterna merita cura e preparazione. Tutti noi apprezziamo se durante un momento di festa, anniversario, compleanno, onomastico, appaiono segni che manifestano la letizia e la gioia: un regalo, i fiori, un pranzo particolarmente curato o un dono per il festeggiato. Molto spesso invece la nostra preghiera comune è contrassegnata dalla monotonia, dalla fretta, quasi che lo scopo sia solo quello di assolvere ad un obbligo. Spesso i tentativi di introdurre qualche modalità celebrativa nella recita dei salmi, vengono mortificati e rifiutati. L'animazione sobria e creativa della preghiera favorisce la pratica della preghiera comune, ci scuote dall'abitudine, ci rende forse più attenti a partecipare a quanto stiamo compiendo. Perché non permettere inoltre che di tempo in tempo vi sia spazio per la spontaneità suggerita dallo Spirito? Il dovere di pregare insieme rimane un elemento essenziale della nostra vita religiosa ma non può essere l'unica ragione della nostra preghiera. Chiedo a ciascuno di voi e alle vostre fraternità: quando è stata l'ultima volta che in un Capitolo locale avete dedicato spazio per confrontarvi sulla vita di preghiera della fraternità e sulla celebrazione dell'Eucaristia con i fedeli che frequentano le nostre chiese?

1. 5. L'eucaristia celebrata in fraternità.

Apprendo con gioia che in alcune Circoscrizioni dell'Ordine si è introdotta la consuetudine di dedicare un giorno della settimana alla fraternità. I frati si ritrovano insieme per ritiri mensili, capitoli locali, studio e approfondimento di documenti vari, momenti di formazione permanente. E' molto bello e significativo che in queste giornate i frati celebrino insieme l'eucaristia. Riuniti attorno all'altare affermiamo e ci testimoniamo a vicenda che Gesù Cristo è la "pietra angolare" del nostro stare insieme come fratelli. L'eucaristia ci ricorda che abbiamo bisogno di essere perdonati; di perdonarci gli uni gli altri; che c'è una Parola da accogliere e da vivere; che c'è un'esistenza da offrire e da donare, così come ha fatto Colui che ci dona il suo Corpo e il suo Sangue. Fratelli, vi invito tutti, almeno una volta alla settimana a celebrare l'Eucaristia insieme nelle vostre fraternità. Posso testimoniare che i fedeli che frequentano i nostri conventi e le nostre chiese rimangono ammirati ed edificati nel vedere che i frati dedicano tempo a coltivare le relazioni fraterne e a vivere in modo autentico e concreto l'esperienza della vita fraterna con momenti di preghiera aperti a tutti. Le nostre Costituzioni ci sollecitano così: *"In tutte le nostre case si celebri ogni giorno una messa della fraternità. Se ciò non fosse possibile, si celebri frequentemente l'Eucaristia con la partecipazione di tutti i frati"* (48,2).

1. 6. Un silenzio colmo della sua presenza

Accanto all'eucaristia, alla celebrazione dell'Ufficio divino, la preghiera dei nostri frati si è alimentata per tanti secoli dell'orazione mentale costituita da tempi prolungati di silenzio. Le nostre origini sono radicate nella vita eremitica e molti dei nostri fratelli si sono distinti per una edificante vita mistica e per la compilazione di manuali e trattati riguardanti la vita di preghiera. Al numero 54,1 delle Costituzioni leggiamo: *"Custodiamo e promuoviamo quello spirito contemplativo che risplende nella vita di san Francesco e dei nostri antichi frati. Perciò dedichiamo ad esso un più ampio spazio coltivando l'orazione mentale."*

Proseguendo nella lettura del n. 54, al paragrafo 4, troviamo scritto

: *"E perché non si affievolisca mai in noi lo spirito di orazione e preghiera, ma si accenda ogni giorno sempre di più, dobbiamo dedicarci quotidianamente a questo esercizio"*.

Questa affermazione si rende più esplicita e concreta al n. 55,2: "

Ogni frate, dovunque si trovi, si procuri ogni giorno il tempo sufficiente per l'orazione mentale, per esempio un'ora intera."

In molte nostre fraternità l'orario prevede che questa ora sia frazionata in due tempi, uno al mattino e l'altro alla sera. Purtroppo c'è chi diserta sia la prima che la seconda.

Devo constatare con amarezza che l'orazione mentale è diventata debole e poco praticata nelle

nostre fraternità e sta perdendo la significatività e l'importanza che essa rappresenta in rapporto alla nostra identità. Stare insieme in silenzio alla presenza di Dio, all'inizio e alla fine della nostra giornata, non solo sostiene la nostra vita di fede, ma è un segno eloquente del nostro essere fratelli che magari vivono conflitti, fatiche e incomprensioni, ma stanno lì insieme, in coro o nelle nostre cappelle. Pregando silenziosamente insieme ci testimoniamo reciprocamente che ciò che ci tiene insieme è il Signore. Chiediamo allo Spirito Santo che, attraverso la nostra preghiera, ci doni uno sguardo interiore rivolto costantemente a Dio. La persona che prega, che è capace di silenzio, assume uno sguardo benevolo, misericordioso verso tutte le realtà che la circondano. Il settimo CPO afferma: *“l'eremo che per i primi Cappuccini sempre si situava ai confini della città, non è il luogo per distogliere lo sguardo, ma per avere una visione più ampia della realtà, contemplata a partire da Dio e dai poveri”* [\[1\]](#)

1. 7. L'uomo trasformato in preghiera [\[2\]](#)

Tommaso da Celano descrive con un'immagine suggestiva, la preghiera di San Francesco: *“Non era tanto un uomo che prega, quanto piuttosto egli stesso trasformato in preghiera”* (FF 692). Cosa dice a noi questa immagine? E' un qualcosa che appartiene all'edificante storia di un santo o è capace di suscitare in noi il desiderio di vivere un rapporto profondo e filiale con il Dio vivo e vero? Condivido con voi un'affermazione, semplice ma al tempo stesso profonda, di un santo monaco del Monte Athos: “

La preghiera è data a chi prega

!” Chi prega con umiltà e fedeltà si rende conto che “lo stare in disparte con Lui”, non è più una ricerca fondata sul proprio sforzo, ma è il buon cibo della propria quotidianità. La preghiera sarà quel respiro di cui parlano le nostre Costituzioni all'inizio del Capitolo terzo:

“La preghiera a Dio come respirazione d'amore, nasce dalla mozione dello Spirito Santo, per cui l'uomo interiore si pone in ascolto della voce di Dio che parla al cuore”

(45,1). Questo respiro d'amore, diventa sempre più puro e autentico se è sorretto dalla fedeltà quotidiana. Ricordo di aver letto un libro di un giovane rabbino, il quale raccontava che ogni giorno stava un'ora in silenzio davanti a Dio. Con il tempo si accorse di non poterne più fare a meno, il silenzio orante non era più una fatica ma un momento atteso.

1. 8. La Parola di Dio

Di San Francesco ci sono stati trasmessi parecchi scritti e in particolare anche l' *Ufficio della Passione del Signore* [\[3\]](#) . In tutti, e soprattutto in quest'ultimo, tocchiamo con mano quale profonda dimestichezza il Santo avesse con la Parola di Dio. L'aveva letta, meditata, masticata e fatta sua, in modo da poterla citare a piacimento e ricorrevvi in ogni istante. Questo è un invito pressante per tutti noi, presi sia singolarmente che comunitariamente, a coltivare la

lectio divina.

Dove si è introdotto in fraternità un tempo di ascolto e di confronto comune sulla Parola di Dio, si nota come diventa più facile intrattenersi anche su temi spirituali, su ciò che alimenta la vita spirituale di ciascuno di noi.

1. 9. Dio è ogni giorno nuovo

Confessiamolo: dalla preghiera ci attendiamo sempre un frutto sensibile, percepibile immediatamente. Questo è un desiderio santo, proprio del credente che anela a percepire la vicinanza del suo Dio. Invece ci sono giorni, mesi e anni, in cui non capita proprio nulla, sei seduto in coro e ti domandi: “cosa sono qui a fare?” e

ti rispondi

: “vado a fare qualcos'altro, vado a leggere un libro, continuo a preparare l'omelia”.

Viviamo nella società delle emozioni, è vero: e ciò che mi emoziona è ritenuto essere altamente significativo! Anche nella vita di preghiera, dopo che abbiamo vissuto esperienze forti, in cui abbiamo percepito con chiarezza la bellezza di stare con il Signore, nasce il desiderio che questa percezione duri sempre. Invece non

...

.....

.....

.....

.....

.....