

preghiera

Al passo dei santi

a cura delle Figlie della Chiesa (*Santa Maria del Silenzio*, Roma)

per l'adorazione eucaristica, luglio



Introduzione

La santità è fatta di apertura abituale alla trascendenza, che si esprime nella preghiera e nell'adorazione. Il santo è una persona dallo spirito orante, che ha bisogno di comunicare con Dio. È uno che non sopporta di soffocare nell'immanenza chiusa di questo mondo, e in mezzo ai suoi sforzi e al suo donarsi sospira per Dio, esce da sé nella lode e allarga i propri confini nella contemplazione del Signore. La preghiera fiduciosa è una risposta del cuore che si apre a Dio a tu per tu, dove si fanno tacere tutte le voci per ascoltare la soa-

ve voce del Signore che risuona nel silenzio. In tale silenzio è possibile discernere, alla luce dello Spirito, le vie di santità che il Signore ci propone. Diversamente, tutte le nostre decisioni potranno essere soltanto "decorazioni" che, invece di esaltare il Vangelo nella nostra vita, lo ricopriranno e lo soffocheranno. Per ogni discepolo è indispensabile stare con il Maestro, ascoltarlo, imparare da Lui, imparare sempre. Se non ascoltiamo, tutte le nostre parole saranno unicamente rumori che non servono a niente.

(*Gaudete et Exsultate*, 147)

Dalla prima Lettera ai Tessalonicesi di S. Paolo apostolo 5, 1-23

Riguardo poi ai tempi e ai momenti, fratelli, non avete bisogno che ve ne scriva; infatti voi ben sapete che come un ladro di notte, così verrà il giorno del Signore. E quando si dirà: «Pace e sicurezza», allora d'improvviso li colpirà la rovina, come le doglie una donna incinta; e nessuno scamperà. Ma voi, fratelli, non siete nelle tenebre, così che quel giorno possa sorprendervi come un ladro: voi tutti infatti siete figli della luce e figli del giorno; noi non siamo della notte, né delle tenebre. Non dormiamo dunque come gli altri, ma restiamo svegli e siamo sobrii. Quelli che dormono, infatti, dormono di notte; e quelli che si ubriacano, sono ubriachi di notte. Noi invece, che siamo del giorno, dobbiamo essere sobrii, rivestiti con la corazza della fede e della carità e avendo come elmo la speranza della salvezza. Poiché Dio non ci ha destinati alla sua collera ma all'acquisto della salvezza per mezzo del Signor nostro Gesù Cristo, il quale è morto per noi, perché, sia che vegliamo sia che dormiamo, viviamo insieme con lui. Perciò confortatevi a vicenda edificandovi gli uni gli altri, come già fate. Vi preghiamo poi, fratelli, di aver riguardo per quelli che faticano tra di voi, che vi sono preposti nel Signore e vi ammoniscono; trattateli con molto rispetto e carità, a motivo del loro lavoro. Vivete in pace tra voi. Vi esortiamo, fratelli: correggete gli indisciplinati, confortate i pusillanimi, sostenete i deboli, siate pazienti con

tutti. Guardatevi dal rendere male per male ad alcuno; ma cercate sempre il bene tra voi e con tutti. State sempre lieti, pregate incessantemente, in ogni cosa rendete grazie; questa è infatti la volontà di Dio in Cristo Gesù verso di voi. Non spegnete lo Spirito, non disprezzate le profezie; esaminate ogni cosa, tenete ciò che è buono. Astenetevi da ogni specie di male. Il Dio della pace vi santifichi fino alla perfezione, e tutto quello che è vostro, spirito, anima e corpo, si conservi irreprensibile per la venuta del Signore nostro Gesù Cristo. Colui che vi chiama è fedele e farà tutto questo!

Dall'Esortazione Apostolica *Gaudete et Exsultate* di Papa Francesco (nn. 153.155-157)

La preghiera, proprio perché si nutre del dono di Dio che si riversa nella nostra vita, dovrebbe essere sempre ricca di memoria. La memoria delle opere di Dio è alla base dell'esperienza dell'alleanza tra Dio e il suo popolo. Se Dio ha voluto entrare nella storia, la preghiera è intessuta di ricordi. Non solo del ricordo della Parola rivelata, bensì anche della propria vita, della vita degli altri, di ciò che il Signore ha fatto nella sua Chiesa. È la memoria grata di cui pure parla sant'Ignazio di Loyola nella sua «Contemplazione per raggiungere l'amore», quando ci chiede di riportare alla memoria tutti i benefici che abbiamo ricevuto dal Signore. Guarda la tua storia quando preghi e in essa troverai tanta misericordia. Nello

preghiera

stesso tempo questo alimenterà la tua consapevolezza del fatto che il Signore ti tiene nella sua memoria e non ti dimentica mai. Di conseguenza ha senso chiedergli di illuminare persino i piccoli dettagli della tua esistenza, che a Lui non sfuggono. Se veramente riconosciamo che Dio esiste, non possiamo fare a meno di adorarlo, a volte in un silenzio colmo di ammirazione, o di cantare a Lui con lode festosa. La lettura orante della Parola di Dio, più dolce del miele (cf. Sal 119,103) e «spada a doppio taglio» (Eb 4,12), ci permette di rimanere in ascolto del Maestro affinché sia lampada per i nostri passi, luce sul nostro cammino (cf. Sal 119,105). L'incontro con Gesù nelle Scritture ci conduce all'Eucaristia, dove la stessa Parola raggiunge la sua massima efficacia, perché è presenza reale di Colui che è Parola vivente. Lì l'unico Assoluto riceve la più grande adorazione che si possa dargli in questo mondo, perché è Cristo stesso che si offre. E quando lo riceviamo nella comunione, rinnoviamo la nostra alleanza con Lui e gli permettiamo di realizzare sempre più la sua azione trasformante.

Interiorizzazione

Quando pensava alle cose del mondo, provava molto piacere, ma quando stanco le lasciava si trovava vuoto e scontento. Quando pensava di andare a Gerusalemme scalzo, di mangiare solo erbe e di fare tutte le altre cose dure che vedeva che avevano fatto i santi, non solo si consolava quando vi stava

pensando ma anche dopo aver lasciato questi pensieri restava contento e allegro.

(dall'Autobiografia, citato da Ricardo Garcia Viloslada, *Sant'Ignazio di Loyola*, San Paolo)

Litanie del Preziosissimo Sangue

Signore, pietà.	<i>Signore, pietà</i>
Cristo, pietà.	<i>Cristo, pietà</i>
Signore, pietà.	<i>Signore, pietà</i>
Cristo, ascoltaci.	<i>Cristo ascoltaci</i>
Cristo, esaudiscici.	<i>Cristo, esaudiscici</i>

Padre celeste, Dio, *abbi pietà di noi*
 Figlio redentore del mondo, Dio, *abbi pietà di noi*
 Spirito Santo, Dio, *abbi pietà di noi*
 Santa Trinità,
 unico Dio, *abbi pietà di noi*

Preghiera di S. Ignazio

(dagli Esercizi Spirituali, n. 234)

Prendi, Signore, e ricevi
 tutta la mia libertà,
 a te, Signore, lo ridono;
 la mia memoria,
 tutto è tuo,
 la mia intelligenza
 di tutto disponi
 e tutta la mia volontà,
 secondo la tua volontà:
 tutto ciò che ho e possiedo;
 dammi solo il tuo amore e la tua grazia;
 tu me lo hai dato,
 e questo mi basta. Amen