

RITIRO SPIRITUALE DEGLI STUDENTI BARNABITI DI ROMA

Dal 15 al 21 settembre, i giovani barnabiti dello Studentato Internazionale S. Antonio Maria Zaccaria di Roma (religiosi che provengono da nazioni diverse: Albania, Filippine, India, Italia, Paraguay) sono stati in ritiro spirituale a Campello sul Clitunno (PG). Gli esercizi spirituali sono stati guidati da padre Paolo M. Rippa e sono stati centrati sulla preghiera.

a) La preghiera

“Erano perseveranti e concordi nella preghiera” (At 1,14).

- *La preghiera è dialogo con Dio:* Tutta la rivelazione biblica è dialogo. 1) Adamo (Gen 3,8-13); 2) Noè (Gen. 6,13-22); 3) Abramo (Gen 12,1-20); 4) I patriarchi (Gen 26-50); Mosè (Es. 3,1-6).

- *La preghiera di Cristo al Padre:* Dobbiamo necessariamente rifarci al Signore Gesù Cristo che prega e ai suoi insegnamenti sulla preghiera: 1) Battesimo (Lc 3,21-22); 2) Trasfigurazione: Lc 9,28-36; 3) Il *Pater Noster* (Lc 11, 1-4); 4) Risurrezione di Lazzaro (Gv 11, 41ss); 5) Preghiera personale che assume anche forma pubblica (Lc, 2, 41ss; Mt 21,13; Lc 4,16); 6) Tradizionali preghiere di benedizione a Dio (Mt 14,19; 26,30; Lc 24,30); 7) Momenti culminanti e drammatici della esistenza terrena (Mt 26,36-46; Lc 23,34; Gv 12,27; 17,1-26).



gli studenti a Campello sul Clitunno

b) Catechesi sulla preghiera

“Non sprecare parole” (Mt 6,7).

- Gesù ci insegna a pregare: Due vere “catechesi” sulla preghiera in Mt 6 e Lc 11.

- Elementi necessari alla preghiera: 1) Interiorizzazione – lo Spirito Santo abita in noi (Rm 5,5; Ga 14, 6); 2) Senza sprecare parole (Mt 6,8); 3) Il perdono (Mt 9,13;12,7).

- Perché pregare? Gesù ha sempre pregato intensamente non certo per lasciarsi solamente il ‘buon esempio’. Egli prega perché è il Figlio di Dio; prega perché come Figlio ha bisogno del contatto propriamente filiale, dunque affettuoso, obbediente, vitale, costante con il Padre (Mt 26,39; Mc 14,36, Lc 22, 42).



gli studenti in preghiera

• Che cosa significa pregare? La preghiera cristiana è anzitutto ascolto. Dio ci parla: questo è lo straordinario della nostra fede. Dio ha scelto di rivelarsi a noi.

c) Contesto attuale e preghiera

“... Può essere che un cristiano non abbia tempo di leggere un libro, non abbia tempo di leggere un giornale, non abbia tempo di vedere la TV, ma non è concepibile che un cristiano non trovi il tempo per leggere la Parola di Dio” (Card. Martini).

• Il significato della preghiera nell’attuale contesto culturale: Ora, solo la preghiera, ponendo il cristiano faccia a faccia con Dio, per il mistero della sua presenza, apre in lui gli occhi della fede, che permettono di vedere Dio nei poveri e nei sofferenti: e la fede si alimenta nella preghiera.

• Lo Spirito prega e deve pregare per noi: Tutto il capitolo ottavo della lettera di Paolo ai romani sottolinea come sia lo spirito a suscitare nel cristiano la preghiera e guidarla, comunicandogli, tra l’altro, il pensiero di Dio che solo lui conosce. Quindi lo Spirito Santo è l’anima della preghiera.

• Esiste un metodo che introduce nella preghiera? Si arriva alla preghiera sia per grazia che per sforzo umano; e chiede di cercare momenti di silenzio in cui lasciarsi guidare da Dio.

d) La preghiera secondo SAMZ

“Non basta, carissimo, la meditazione; è necessario unirsi con Dio, elevare la mente, fare l’orazione e in più contemplare”.

• Orazione vocale: detta anche orazione esteriore, è ordinata all’orazione mentale. Non è fine a se stessa, ma subordinata a quella interiore. Per questo il Santo diceva: “Chi non trasforma l’orazione vocale in mentale infallibilmente non farà, ancorché tutto il giorno di fora via e con parole recitasse salmi e altre orazioni”.

• Orazione mentale: 1) Natura: è preceduta dalla meditazione, con la quale da SAMZ è spesso abbinata (Lc 3; Cs 12,18), e conduce alla contemplazione. Afferma che è il cibo e il nutrimento dei proficenti; 2) Divisione: Esistono quattro sorte di orazione e di spirituale refezione di mente; 2.1) Orazione: praticamente consiste



S. Antonio Maria Zaccaria

in un dialogo con Dio; 2.2) Postulazione: Una delle definizioni tradizionali della preghiera suona: “*Petitio decentium a Deo* – richiesta a Dio di cose convenienti” (Giovanni Damasceno, *De fide orthodoxa*, 3,24; cf. *Summa Theologiae*, II. 83, 1.5.17); 2.3) Deprecazione: SAMZ dice in proposito: “E acciocché siate facilmente esauditi interponetegli il prezzo del sangue di Cristo e di tutti i santi; interponetegli l’amore che egli porta al genere umano”; 2.4) Azione di grazie: è il culmine dell’orazione. Il Santo Fondatore sostiene: “E questo è lo stato che consiste nell’azione ovvero nel rendere sempre”; 3) Presupposti: Il Santo pone fra le condizioni dell’orazione in primo luogo il silenzio. Seconda condizione è la let-

tura e la meditazione di cose devote; 4) Tempi: SAMZ indica il tempo che i suoi figli dovranno dedicare all’orazione; 4.1) Ai laici: Rivolgendosi a Carlo Magno, dà queste indicazioni: “eleva sempre la mente verso Dio”; 4.2) Ai religiosi: Le Costituzioni barnabite del 1579 stabiliranno una mezz’ora mattutina, con possibilità di prolungamento a un’ora, e una mezz’ora serale, più un quarto d’ora d’orazione ‘da destinarsi all’esame di coscienza prima del riposo notturno’; 5) *Frutti*: Li indica il Fondatore in Costituzioni XVIII, rivolgendosi al riformatore; 5.1) l’effetto fondamentale dell’orazione è l’illuminazione interiore di colui che la pratica; b) la divinizzazione dell’uomo: “con lui tu parli, con lui tu conversi e tu puoi senza bugia chiamarti un dio in terra”.

e) C’è chi recita le preghiere e c’è chi prega

“In quei giorni, Gesù si recò sul monte a pregare, e trascorse tutta la notte in orazione a Dio” (Lc 6,12).

- La preghiera autentica è presenza.
- La preghiera è un dialogo con un Tu. All’orante sta a cuore l’intensità della comunione, la qualità della relazione.
- Quando si recita, la preghiera è caratterizzata dalla velocità (con pericolo di cadere nella noia e nella monotonia).

f) La Bibbia è fonte di preghiera

“Nella Scrittura sono racchiusi mirabili tesori di preghiera” (DV 15).

- Una domanda: per pregare è necessario usare le formule tradizionali? Le “formule” servono, sono utili, se non necessarie, e non sono da buttare. L’uomo, infatti è una realtà vivente che si esprime attraverso movimenti strumentali.
- La preghiera incarnata: la preghiera del cristiano si caratterizza per l’obbedienza; ossia sulla contrapposizione al formalismo e al vuoto rimbombante, all’esibizionismo irrilevante ed alla quantità fragorosa ma inefficace.
- Le cinque direzioni della preghiera: 1) In su: loda e adora Dio; 2) Indietro: ringrazia per quello che ha fatto; 3) Dentro: prega per te stesso e i tuoi bisogni; 4) Attorno: prega



i punti cardine della Lectio divina

per la famiglia e amici;
5) Fuori: prega per la città, la nazione e il mondo.

g) **Esercizio di Lectio Divina semplificata**

“Preghiera come fatto di interiorità: Mt 6,5-8”.

- Contesto: Siamo nel bel mezzo del discorso della montagna, dove Gesù fa del suo messaggio una fiaccola luminosissima che rivoluziona tanti criteri e modi di essere mondani.

- Approfondimento: v. 6 “*Tu invece, quando preghi, entra nella tua camera*”. Veramente il testo originale dice: entra nella tua dispensa [το ταμειον]:

una stanza interna alla casa, senza finestre, dove si tenevano i viveri. Questa stanza è dunque il luogo segreto della preghiera più personale e profonda.

- Meditiamo attualizzando: Bombardati come siamo da messaggi, inviti, richieste, proposte di ogni genere (su telefonino, via internet, TV, altri media e richiami del grande supermercato di questa società) abbiamo assolutamente bisogno di trovare, concretamente, spazi e tempi per entrare in noi stessi, ascoltare veramente la Parola in profondità.

j) **Per la revisione di vita comunitaria**

“Quando la comunità, maturata o non maturata nella preghiera, si fa simbolo positivo o negativo” (Radiografia di una comunità sana o ammalata).

a) La comunità è sana:

- Quando i confratelli competenti sui temi proposti sono ascoltati con la maggior attenzione.

- Quando l’opinione di ciascun confratello è ascoltata, accolta ed esaminata secondo il merito, o rifiutata dopo attenta riflessione.



parola di Dio e Rosario: luce per l'anima

- Quando un confratello che è incorso in qualcun errore, viene sostenuto dalla comunità che comprende le sue intenzioni e lo aiuta a correggersi.

b) La comunità è ammalata:

- Quando solamente alcuni dei confratelli manifestano spontaneamente

le loro opinioni ma difficilmente i propri sentimenti e più difficilmente ancora i propri progetti.

k) **Significato della preghiera**

1) “Che cos’è, dunque, la preghiera?”

- Pregare vuol dire realizzare un incontro che sempre trasforma cuore e vita.

- Pregare è stare in ascolto di Dio.

- Pregare significa aprirsi a Dio perché ci comunichi la gioia di amare.

2) “68 Testi sulla preghiera tratti dalla ‘Filocalia’”: (in greco Φιλοκαλία, letteralmente, amore della bellezza) è una raccolta di testi di ascetica e mistica della Chiesa cristiana ortodossa.

- Prega nella pace e nella serenità, canta con intelligenza e con capacità salirai come aquila che volteggia nell’alto dei cieli.

- Se sei teologo, devi pregare nella verità; se preghi nella verità, sei teologo.

- La preghiera è un’attività propria della dignità della mente, o meglio costituisce il vero uso della mente.



la preghiera nel Getsemani

Cristóbal Ávalos Rojas