

PREGARE NON SIGNIFICA «DIRE PREGHIERE»

La preghiera come azione di Dio

Non siamo noi i *soggetti* e protagonisti della preghiera, e tantomeno Dio è *oggetto* della nostra preghiera.

Nella preghiera «è lo Spirito che parla allo Spirito. Lo schema del soggetto-oggetto, del rivolgersi a qualcuno, viene trasceso: colui che parla mediante noi è lo stesso al quale ci rivolgiamo» (Paul Tillich, *Teologia sistematica*, vol. III).

All'inizio del nostro percorso, date queste premesse, sorge una domanda cui è importante cercare di rispondere: ciò che noi chiamiamo Dio, possiamo considerarlo un «*tu*» personale? Insomma, Dio è *persona*?

Si dovrebbe dire che Dio non è una persona (l'analogia, ci dice più ciò che non è che ciò che è). Dio è al di là dell'esperienza che noi facciamo delle persone e delle personalità. La nozione di «*persona*» che viene adoperata per distinguere Padre, Figlio e Spirito nella Trinità non è altro che un meccanismo concettuale per operare tale distinzione e non deve essere confusa con l'immagine di persona che noi deriviamo dalla ricca ma antropomorfica interpretazione che ha fornito

il personalismo, e che rischia di farci vedere Dio come troppo umano. Dio è analogo a una persona, e possiamo apprendere qualcosa su di lui (o meglio, possiamo sgombrarci da un po' dell'ignoranza che abbiamo su di lui) se gli applichiamo tale categoria in maniera veramente analogica. Ma, primariamente, Dio non è una persona. «Il Dio a cui rivolgiamo le preghiere viene definito come "persona". Ma ciò suggerisce l'idea di un Dio come di un individuo finito, e ci sono così tante cose che si dicono di Dio che rendono quest'idea assurda, al punto che c'è da chiedersi perché quest'idea viene avanzata» (D. Z. Phillips). Dio primariamente è Dio. «Dio non è qualcuno che...», insiste Gabriel Marcel. «Più io sono indispensabile e più Dio mi appare come "qualcuno che..."». [...] Dire che la preghiera è il nostro modo di parlare a Dio rischia di ridurre la preghiera a un dialogo con noi stessi (Matthew Fox, *Preghiera*).

La preghiera è lo spazio in cui Dio *accade* in noi nella misura in cui concediamo spazio al suo *compiersi*.

In Gv 1,9 leggiamo: «*Veniva nel mondo la luce vera, quella che illumina ogni uomo*». La preghiera è accoglienza, disponibilità a questa *luce* che gratuitamente e immeritatamente illumina *ogni uomo*, indipendentemente dalla propria credenza religiosa o condotta morale. Questa *luce* non è da intendersi come una realtà proveniente d'altrove, dall'esterno – magari dal *cielo* – che riceviamo facendo qual-

cosa, ma una realtà che, già presente in *ogni uomo*, potrà emergere sino ad irradiarsi a tutto l'uomo illuminandolo.

È importante a questo punto approfondire cosa s'intende quando si parla di *luce* in grado – grazie alla preghiera – d'illuminare e trasfigurare l'intera esistenza.

In ciascuno di noi è presente un *principio*, un *seme* divino che noi cristiani abbiamo imparato a chiamare *spirito* e che ad esempio le antiche *Upanishad* dell'India indicano con *Ātman/Brāhman*, l'eterna Realtà trascendente. Questa *luce*, questo *principio di vita*, ha bisogno di essere «liberato», aiutato a sbocciare. Va da sé che vivere la propria vita spirituale e dunque pregare non significherà altro che portare a maturazione quest'energia che è già nel proprio intimo e che reclama solo di poter deflagrare conducendoci così alla pienezza di noi stessi.

Siamo tutti chiamati a germogliare, o se vogliamo, a trasformarci-trasfigurarci ossia a rinascere dall'alto (cfr. il «rinascere dall'alto» di Gesù nel colloquio con Nicodemo, Gv 3,1ss.).

Da questo punto di vista comprendiamo come con la preghiera non produciamo nulla, non provochiamo nulla e non invociamo nessuno. Non si tratta di *attirare a sé*, ma di rendersi *disponibili* – dare

spazio, s'è detto sopra – all'azione di un altro. È semplice *attenzione* a quel principio di vita che nell'intimo fa crescere, dilata, espande e fa sbocciare l'umano, come il fiore che sboccia grazie alla luce che lo colpisce.

Interessante ciò che John Main scrive in riferimento alla *meditazione* – di cui tratteremo più avanti – ma che può riferirsi alla preghiera in generale:

La via meditativa è quella che ci fa aprire, per quanto ci è possibile in questa vita, al dono di Dio; e il suo dono supremo è Gesù Cristo. Egli è la nostra luce. È la nostra illuminazione. La pienezza del suo spirito dimora nel nostro cuore: spetta al cristiano rendersi consapevole di ciò – in tutta la sua forza e portento – nei recessi più profondi dello spirito. Quando meditiamo mattino e sera, accantoniamo ogni altra cosa e ci apriamo a quella luce; e mentre cerchiamo di seguirne l'indicazione, ne veniamo illuminati. Il prodigio della meditazione è che se riusciamo ad essere perseveranti nella sua pratica, tutto ciò che nella nostra vita non è in consonanza con la luce viene incenerito (*La via della non-conoscenza*).

Ora questa luce, questa energia, questo principio vitale, lo spirito che ogni uomo ha in sé da sempre, potrà emergere, illuminare e dilatare l'essere a patto che si creino le condizioni perché questo possa accadere. Il *principio di vita* non può emergere nel caos e nel luccichio di false luci. Non può *emergere* se siamo travolti e storditi dal

rumore, se in noi vi sono forze che trascinano all'esterno, disertando così il luogo dove esso dimora.

«Ecco: sto alla porta e busso» (Ap 3,20) dice Gesù, il *Vivente* (Ap 1,18), la *luce* (Gv 8,12). La Vita e la luce son già dentro di noi, il problema è che noi siamo spesso fuori di noi stessi, distratti ed estraniati. Occorre intraprendere un lungo viaggio verso la nostra dimora interiore, il nostro cuore, e venire così a contatto con il *vivente* che da sempre ci attende.

«Quando preghi entra nella tua camera, chiudi la porta e prega il Padre tuo che è nel segreto» (Mt 6,6). Quando preghi, scendi nella parte più intima di te e lì attingi alla tua sorgente interiore, indispensabile per farti vivere, dice Gesù.

La luce, lo Spirito, Dio è la perla preziosa, il tesoro nascosto (cfr. Mt 13,44) che già ci portiamo dentro, in quel luogo che abbiamo imparato a chiamare *cuore*¹.

¹ È ciò che il mito e la tradizione antica indicano con *caverna*, luogo dell'incontro con Dio. Nelle *Upanishad* viene chiamata *guba*. È il santuario interiore, il luogo al quale il pensiero non può accedere, la dimora del divino. Teresa d'Avila lo chiamerà «*castello interiore*», Eckhart «*fondo dell'anima*», Taulero «*scintilla dell'anima*». È la sede, o simbolo della fede, della vita da cui dipartono tutte le forme di vita manifeste.

Dove si poteva trovare l'Atman, dove abitava, dove batteva il suo eterno cuore, dove altro mai se non nel più profondo del proprio io, in quel che di indistruttibile ognuno porta in sé? Ma dove, dov'era questo io, questa interiorità, questo assoluto? Non era carne e ossa, non era pensiero né coscienza. Dove, dove dunque era? Penetrare laggiù, fino all'io, a me, nell'Atman: c'era forse un'altra vita che mettesse conto di esplorare? Ahimè! Questa via nessuno la insegnava, nessuno la conosceva. [...] Eppure era questa che bisognava trovare: scoprire la fonte originaria nel proprio io, e impadronirsene! Tutto il resto era ricerca, era errore e deviazione (Hermann Hesse, *Siddharta*).

Il cuore è il centro dell'intero essere umano ed è l'uomo intero a dovervi fare ritorno. Solo quando si è giunti nel cuore si opera la trasformazione e di qui inizia il movimento ascensionale. Non si darà trasformazione del mondo se non a partire dalla trasformazione di se stessi a partire dal cuore (*Racconti di un pellegrino russo*).

La preghiera è silenzio

Cosa intendiamo per *silenzio*? Non certamente mera assenza di parole; un uomo che non pronuncia parole non è silenzioso, è semplicemente muto. Il *silenzio* è una condizione esistenziale, che a lungo andare conduce a vedere la *luce* presente e splendente in noi.

Il *silenzio della Vita* non è una *vita di silenzio*, la vita silenziosa dei monaci, quella dell'eremo. [...] Il *silenzio della Vita* è l'arte di far tacere le attività della vita (che non sono la Vita) per giungere all'esperienza pura della Vita. Spesso identifichiamo la vita con le attività e identifichiamo il nostro essere con i nostri pensieri, sentimenti, desideri, volontà, con tutto ciò che facciamo e abbiamo. Immersi nelle attività della vita, perdiamo la capacità di ascoltare e ci alieniamo dalla nostra stessa origine: il *Silenzio*, il *Non-essere*, Dio.

Il Silenzio affiora nel momento stesso in cui ci collochiamo all'origine dell'essere. L'origine dell'essere non è l'essere, ma la *sorgente* dell'Essere – l'Essere è già da questa parte dello schermo. «*Io sono venuto perché abbiano la vita e l'abbiano in abbondanza*» (Gv 10,10) (Raimon Panikkar, *Spiritualità. Il cammino della vita*).

Per imparare a pregare, occorre rientrare in se stessi, creare spazi di silenzio nella nostra giornata, essenziali quali il mangiare, il bere, il respirare. Vivere sempre «fuori di sé» ci fa morire spiritualmente, perché di fatto si trascura ciò che è *essenziale*. Come il non respirare, il non mangiare, il non riposare conducono inesorabilmente alla morte.

Vivere il silenzio significa tacitare il proprio mondo interiore, significa smettere di far parlare le immagini, i pensieri, le parole, comprese «*le preghiere*». Pregare non vuol dire *pensare*, o *immaginare*:

«L'immaginazione serve a tappare i buchi attraverso i quali dovrebbe passare la grazia» (Simone Weil, *Attesa di Dio*).

Il *pensiero* è sempre qualcosa di aggiunto al nostro *vero sé*. Noi non siamo quello che pensiamo, con buona pace di Cartesio. La questione è fare *esperienza* di una realtà vitale che già abita in noi; non dobbiamo pensarla perché esista, è già data.

Qualsiasi concetto elaborato dalla mente per tentare di raggiungere e delineare la Natura Divina riesce soltanto a creare un feticcio, non a farla conoscere (Gregorio di Nissa, *Vita di Mosè*).

Il pensiero, come le immagini, le parole, i concetti servono per la conoscenza, che per quanto importante e necessaria, è sempre frammentaria. Solo l'*esperienza* riesce a cogliere la totalità e Dio è l'Uno. Per questo la preghiera non potrà mai essere un *atto intellettuale*. Semplicemente perché Dio è questione di *esperienza* e non di conoscenza.

L'uomo non deve accontentarsi di un Dio pensato. Perché non appena svanisce il pensiero, svanisce anche quel Dio (Meister Eckhart, *Sermoni tedeschi*).

Mentre il pensiero, le immagini sono materiale necessario per conoscere e imparare a gestire le cose del mondo, nella vita spirituale è vero proprio il contrario: quando taceranno il pensiero e le imma-

gini, Dio potrà finalmente emergere da dentro di noi. Egli non è un pensiero partorito dalla mente, ma Amore che nutre per via esperienziale. Un fuoco dipinto su un muro non scalda!

La preghiera inoltre non genera nulla, accoglie e basta. Come d'altronde le cose fondamentali della vita: la luce, l'aria, l'acqua, l'amore, non si producono ma semplicemente se ne fa esperienza, per questo potremmo arrivare a dire che la preghiera è forse l'atto umano più *inutile* che esista.

Potremmo definire la preghiera come uno stato di obbediente amore, ovvero lo stato in cui siamo totalmente a disposizione di Dio, senza desiderare o progettare alcunché, bensì situandoci nella pienezza del suo dono vitale, la pienezza del dono della nostra personale impareggiabile creazione. [...] La preghiera ha ben poco a che fare con il chiedere questo o quello. La preghiera è qualcosa di molto più semplice: è essere uno con Dio. Penso che sia difficile perché viviamo in una società prettamente materialistica; una società che vede ogni cosa in termini di possesso, e anche se possiamo apparire più attenti alle cose dello spirito, facilmente scivoliamo in un materialismo spirituale: anziché accumulare denaro, cerchiamo di accumulare grazie o meriti. La preghiera rappresenta la via alla spoliazione ed alla resa; cose per noi difficili perché siamo stati educati a perseguire il successo, ci è stato insegnato che vale soltanto vincere, non perdere. Eppure Gesù ci dice che se

vogliamo ritrovare la nostra vita, dobbiamo prima perderla (John Main, *Abbracciare il mondo*).

La preghiera è questione di *capacità*

Ma esiste una modalità per accedere e venire in contatto con questo *luogo interiore*, dove riposa la *luce* della vita? Sì, si tratta di un *atteggiamento* da acquisire, che potremmo definire *capacità*. La preghiera è infatti un divenire *capaci*. Ma stiamo attenti, non nel senso d'essere capaci «*di fare*» qualcosa (mentalità ancora utilitaristica), ma semplicemente di accogliere. Un contenitore è *capace* perché *vuoto*, e in questo modo in grado di ricevere un contenuto; esso non *deve fare e produrre* nulla. Così la preghiera rende semplicemente *capaci*, non di *fare* ma di *accogliere* il tutto.

La preghiera è una sosta

Il verbo fondamentale della preghiera è infatti *fermarsi*.

«*Esci e fermati alla presenza del Signore*» (1Re 19,9-11); «*Fermatevi, sappiate che io sono Dio*» (Sal 46,11).

La preghiera diverrà così un cammino che condurrà all'*ozio*, che non è il padre dei vizi.

Abbiamo fatto della vita un *neg-ozio*, ossia la negazione dell'*ozio*.