

Lettera n. 19

Spedita in giugno.

Arretrati e materiale vario in: www.viveremeglio.org

Coordinatore: Dr. Mario Rizzi (mario.rizzi@tin.it)

SOMMARIO:

LA PREGHIERA

Messaggio di tenerezza

Pensieri di papa Giovanni

Pensieri di madre Teresa

Pensieri di Giuseppe Mazzini

Pensieri di san Tommaso Moro

Pensieri di M. K. Gandhi

Pensieri di Maitre Philippe

BIBLIOGRAFIA

LA PREGHIERA

MESSAGGIO DI TENEREZZA

Questa notte ho fatto un sogno, ho sognato che camminavo sulla sabbia accompagnato dal Signore, e sullo schermo della notte erano proiettati tutti i giorni della mia vita.

Ho guardato indietro ed ho visto che ad ogni giorno della mia vita, proiettati nel film, apparivano orme sulla sabbia: una mia ed una del Signore. Così sono andato avanti, finché tutti i miei giorni si esaurirono. Allora mi fermai guardando indietro, notando che in certi posti c'era una sola orma...

Questi posti coincidevano con i giorni più difficili della mia vita; i giorni di maggior angustia, di maggior paura e di maggior dolore...

Ho domandato allora: "Signore, Tu avevi detto che saresti stato con me tutti i giorni della mia vita, ed io ho accettato di vivere con te. Ma perché mi hai lasciato solo proprio nei momenti peggiori della mia vita?".

Ed il Signore rispose: "Figlio mio, io ti amo e ti dissi che sarei stato con te tutta la vita, e che non ti avrei lasciato solo neppure per un attimo, e non ti ho lasciato... I giorni in cui hai visto solo un'orma sulla sabbia, sono stati i giorni in cui ti ho portato in braccio".

Anonimo Brasiliano

PENSIERI DI PAPA GIOVANNI (1)

"Pronunciare bene le parole delle preghiere è certo cosa gentile verso il Signore, ma non soffrirci se ti distrai. La preghiera è elevazione della mente a Dio. A questo dobbiamo tenere, le parole importano meno" (3/10/1948).

"Pregare il Signore, ma tenere chiuso il cuore alla carità verso il prossimo non significa essere religiosi e meritare le benedizioni di Dio. Il Signore benedice chi dà con cuore buono e retto e sa portare bene la croce" (24/6/46).

"La rinuncia assoluta della propria volontà, per seguire la volontà del Signore, anche se qualche volta espressa per il tramite di persone e cose poco gradite, questa è la perfezione. Costa ma la ricompensa è grande e tanto più preziosa. Del resto tutto ciò che sta nel Padrenostro è preziosissimo e divino: Nome, Regno e Volontà del Signore. Io non cerco e non mi preoccupo che di fare in tutto la volontà di Dio" (3/10/1957).

PENSIERI DI MADRE TERESA (2)

"La preghiera, per essere fruttuosa, deve venire dal cuore e deve essere capace di toccare il cuore di Dio. Guardate come Gesù insegnò ai discepoli a pregare. Chiamate Dio vostro Padre, lodate e glorificate il suo nome. Fate la sua volontà come fanno i Santi in Paradiso, chiedete il pane quotidiano, spirituale e terreno, domandate perdono dei vostri peccati e chiedete di essere capaci di perdonare agli altri; invocate anche la grazia di non cadere in tentazione e la grazia finale di essere liberati dal male che è in noi e intorno a noi".

PENSIERI DI GIUSEPPE MAZZINI (3)

"L'origine dei vostri Doveri sta in Dio, la definizione dei vostri Doveri sta nella sua Legge". "Dio esiste. Noi non dobbiamo né vogliamo provarvelo: tentarlo, ci sembrerebbe bestemmia, come negarlo, follia. Dio vive nella nostra coscienza, nella coscienza dell'Umanità, nell'universo che ci circonda. La nostra coscienza lo invoca nei momenti più solenni di dolore o di gioia".

"La vita è missione. La virtù è sacrificio. Da queste due massime in fuori io non so più nulla, tolte queste diventerei ateo, libertino, birbante... Da quatt'anni ch'io soffro, e penso, queste due massime mi son radicate nell'anima e formano il mio evangelo. Se la vita non è una missione, se non ha uno scopo, che cos'è? E perché Dio ce l'ha data? Il sacrificio solo è santo, Cristo ve l'ha detto in parole ed in fatti. E noi non abbiamo a cacciar nel fango la nostra croce perché è pesante".

"Noi siamo quaggiù per trasformare il creato, per fondar sulla terra, quanto possiamo, una immagine del regno di Dio".

PENSIERI DI SAN TOMMASO MORO (4)

"Fermiamoci un poco a riflettere devotamente sull'immagine del nostro condottiero, Gesù il Cristo, prostrato in preghiera. Se vi rifletteremo con attenzione, un raggio di quella luce che illumina ogni uomo che viene al mondo rischiarerà il nostro animo; e riusciremo a vedere, riconoscere, deplorare e infine correggere quel nostro abituale modo di pregare che non è solo negligenza, pigrizia o torpore, ma addirittura ottusità, insensatezza, insensibilità di pietra.

Quasi tutti ci rivolgiamo a Dio onnipotente non con devota reverenza, ma con assonnata pigrizia. Pretendiamo che ci ascolti; ma io temo proprio che pregando in quel modo, anziché fargli cosa grata e rendercelo propizio, lo irritiamo fino al punto di muoverlo a collera.

Se una volta, appena finito di recitare le preghiere, provassimo a ricostruire tutto quello che ci è passato per la mente durante quel breve tempo, quante sciocchezze emergerebbero alla memoria? Quante futilità, a volte quante sconcezze? Certo ci stupiremmo che in quell'esiguo tratto di tempo il nostro pensiero abbia peregrinato per tanti luoghi lontanissimi l'uno dall'altro, perdendosi in tante disperate, varie e oziose faccende.

Credo che se per esperimento qualcuno si proponesse di far vagare la mente nelle più svariate direzioni, probabilmente non riuscirebbe a toccare in così poco tempo tante cose e così eterogenee come quando la mente se ne va girovagando per conto suo mentre le labbra mormorano meccanicamente le preghiere d'ora e quelle di uso comune.

Così, se qualcuno avesse curiosità o desiderio di sapere quali immagini affollano i nostri sogni mentre dormiamo, non saprei trovare migliore similitudine che paragonare i fantasmi che occupano la nostra mente nel sonno alle strampalate divagazioni che occupano da svegli la mente di coloro che pregano in modo fiacco e torpido (ammesso che pregare così sia essere svegli); con la sola differenza che le cervelotiche stravaganze che mulina il loro pensiero mentre le labbra macinano vuoti suoni, sono a volte così insensate e così sconvenienti che, se fossero sogni, nessuno di loro, svegliandosi, avrebbe l'impudenza di raccontarle neppure a dei mozzi di stalla".

PENSIERI DI M. K. GANDHI (5)

"La nostra fede deve essere come una lampada sempre accesa che non rischiara solo noi stessi ma tutto ciò che vive accanto a noi".

"E' possibile odiare qualcuno quando sappiamo che Dio abita in tutti?".

"L'obbedienza di un figlio ai genitori è certamente una forma di preghiera. Se è così come dobbiamo obbedire a Colui che è il Padre Eterno di noi tutti!".

"La preghiera non ha bisogno della lingua ma del cuore. Senza il cuore la preghiera non ha alcun valore".

PENSIERI DI MAITRE PHILIPPE (6)

All'incirca duemila anni or sono, Nostro Signore Gesù Cristo ha detto a quelli che erano con Lui: "Vegliate e pregate". Oggi vi dico la stessa cosa: "Vegliate e pregate, il tempo del raccolto è vicino".

Un melo in un frutteto ha delle mele; alcune sono più mature, altre verdi, altre guaste. Quelle che sono più mature dovrebbero restare e le cattive andarsene. Ma no; le più mature (voglio dire coloro che sono più evoluti spiritualmente) si dicono: "Noi ce ne andiamo e lasciamo gli altri". Poi sopraggiunge un vento. Credete voi che venga per caso? No. Era necessario. Esso fa cadere alcune mele per terra. Infine giunge il proprietario e cosa raccoglie? Le mele mature, poiché è detto: "Nessuno conosce la sua ora". Vegliate e pregate. E ciò deve essere detto tre volte, perché bisogna vegliare sulla propria anima, sul proprio spirito e sul proprio corpo.

E' detto che il Cristo verrà come un ladro. Sull'albero tutte le mele si credono buone; ma le prime mature si sacrificano per le altre, perché appartengono alla famiglia del proprietario.

Quando le forze oscure cercano di impadronirsi di voi, dovete fare degli sforzi per vincerle, perché tali forze non sono altro che l'orgoglio, la pigrizia e la cattiveria. (6.9.1900).

Sono l'orgoglio o la pigrizia, la grande indulgenza verso noi stessi che ci impediscono di agire bene. Ci viene l'intenzione di fare qualcosa di buono, ma siamo stanchi... lo faremo domani. Nel frattempo il male può penetrare in noi, diventando nostro padrone e scacciando l'intenzione benevola. Per questo Gesù ha detto: "Vegliate e pregate, affinché il demonio non entri in voi". (3.6.1897).

Quando l'uomo vede gli ostacoli moltiplicarsi intorno a sé, vuol dire che è abbandonato a se stesso. Allora dovrebbe pregare, e troverà forza e la consolazione nella preghiera. Dio non abbandona mai i suoi figli, chiede soltanto che facciamo degli sforzi per diventare migliori. Dio non abbandona neppure chi rifiuta di diventare migliore.

Da quando il Verbo s'è fatto carne (27.9.1901), le preghiere degli uomini vengono ascoltate e possono saperare i limiti della materia. Il Cristo è infatti venuto affinché potessimo rivolgerci al Padre. (5.3.1902).

Pregare, non vuol dire pronunciare molte parole, ma annullarsi con tutti i sensi in Dio. Prima di pregare bisogna raccogliersi in modo che tutto il vostro essere, tutto il vostro spirito, preghi con voi e collabori con voi. Bisogna che la scintilla divina preghi in noi e per noi.

BISOGNA PREGARE PER IMPARARE A PREGARE (6)

Si insegna a un bambino la sua preghiera; quando è diventato vecchio, si ricorderà ancora di quella preghiera che i suoi genitori gli hanno insegnato a due o tre anni, ed è forse la sola cosa dell'infanzia di cui si ricorderà. E quella preghiera, ogni volta che il bambino la reciterà, andrà anche a profitto dei suoi genitori. (13. 12.1894).

Il primo venuto che recita alcune volte il Padre Nostro si dimostra umile; e l'umiltà è sempre necessaria affinché una preghiera venga ascoltata.

Bisogna chiedere prima a Dio, poi al proprio angelo custode.

Non rivolgetevi ad uno spirito, rivolgetevi a Dio.

Pregate Dio. Poco importa se un antico apostolo o un santo che si trova dall'altra parte vi aiuta a far pervenire la vostra preghiera, voi non dovete occuparvene. (21.4.1903).

La sola preghiera non può salvare; ma essa dà modo al nostro angelo custode di guidarci nel giusto cammino. E' necessario pregare spesso, prima di dormire, al risveglio, e infine elevare continuamente la nostra anima verso Dio. (23.2.1895).

Più si procede nel cammino spirituale, più si è fragili e più bisogna pregare, perché gli attacchi del nemico sono più numerosi.

E' utile pregare, non per alleviare le proprie pene, le sofferenze, ma per domandare la forza, il coraggio. La nostra preghiera non viene sempre ascoltata, e per fortuna, perché se Dio ascoltasse le nostre preghiere, spesso esse l'offenderebbero.

Ma è utile pregare perché ci mantiene allenati. Chi smettere di pregare, un giorno o l'altro si ritrova a non poter più pregare.

Preghiamo dal profondo del cuore, perché vi sono in noi degli Esseri luminosi che gioiscono con la nostra preghiera. (S. 5.1902).

Se dal profondo del cuore parte una preghiera, vi sono degli Esseri che la sentono. Per essi è come il sole, e lo è anche per tutto l'organismo. Se un cattivo pensiero ci impedisce di pregare, per tali Esseri rappresenta uno scandalo. (11.2.1902).

La preghiera eleva l'anima e bisogna pregare non soltanto per noi, ma per coloro che non possono pregare, per quelli che sono nelle tenebre. (21.11.1894).

Bisogna pregare per quelli che non fanno o non possono farlo. Non è affatto necessario pregare per i morti; lasciamoli là dove stanno e restiamo dove siamo noi. Vi affermo che chiedendo per quelli che non possono farlo, chiedendo di sopportare le loro pene, voi date ad essi l'esempio per cui, a loro volta, potranno sopportare quelle dei propri fratelli. E' un mezzo potente per entrare nel Regno di Cieli. (20.9.1894).

Chi recita il Padre Nostro, che ci viene dal Cielo attraverso il Figlio, nel profondo del cuore è unito per intenzione con Nostro Signore. Essa è stata data per incoraggiare i suoi discepoli ed è tuttora una preghiera molto valida perché gli esseri invisibili e negativi che stanno intorno a noi, sentendo questa preghiera sono costretti a riflettere. Sono questi esseri ad indurci in tentazione.

Nel momento in cui recitiamo il Padre Nostro, essi restano disarmati e ci lasciano stare. Comunque chi cammina sul sentiero spirituale non dice mai la frase: "Non ci indurre in tentazione". In effetti nella preghiera originale non compaiono tali parole, ma queste: "Aiutaci a non soccombere alle tentazioni".

Dio, infatti, non può essere l'autore delle nostre tentazioni. Comunque Egli permette che Satana ci tenti, per farci comprendere che non siamo nulla senza di Lui. La tentazione alla quale resistiamo è il miglior strumento per la nostra crescita spirituale.

La preghiera è inutile se è mal fatta. Colui che ci ha messi sulla terra sa cosa ci occorre, e non bisogna domandargli aiuto se non quando proprio non ce la facciamo più ad andare avanti da soli. A volte, invece, chiediamo aiuto a Dio quando abbiamo tutto il necessario per poter fare una vita dignitosa.

Che fate quando pregate? Chiedete di non avere tribolazioni, di avere tutto ciò di cui avete bisogno. Ebbene! Permettetemi di dirvi che io definisco pigrizia queste preghiere e la pigrizia non entra nel Cielo. (3.7.1894).

Ciò che le persone desiderano non è sempre quel che va bene per esse. Si dice: sia fatta la Tua volontà, ma nella preghiera chiediamo ciò che va bene per noi, pertanto mettiamo prima la nostra volontà e poi quella di Dio.

Pregando bisognerebbe chiedere l'alleggerimento delle proprie sofferenze solo quando il fardello che ci è stato affidato sembra troppo pesante. (20.9.1894).

Se diciamo: "Dio mio, ho tante pene, accordami la calma e la tranquillità", ci verrà dato del coraggio, le pene saranno un po' lenite; ma dobbiamo ricordare che sulla terra la felicità non esiste, al contrario bisogna lottare, lottare senza posa per poter crescere. (4.6.1896) .

E' nelle grandi avversità, quando ci crediamo perduti, che ci vengono dati grandi aiuti; non bisogna mai disperare, ma lottare con coraggio e rassegnazione per superare i piccoli ostacoli, perché ce ne verranno di più grandi; ma allora saranno per noi meno penosi, perché avendo superato quelli precedenti saremo più saggi ed avremo più forza interiore. (4.2.1895) .

DIO NON È MAI LONTANO DAI SUOI FIGLI (6)

Il motivo per cui Dio non sente la preghiera di tutti quelli che pregano, non è che Egli sia lontano da essi, ma che essi sono lontani da Lui, poiché Egli è ovunque.

Pregate; ma quando pregate abbiate cura di scacciare lontano da voi il rancore, e quando dite: "Rimetti a noi le offese come noi le rimettiamo agli altri", cercate di perdonare in cuor vostro a chi vi ha fatto del male. Se non lo fate coloro che riceveranno la vostra preghiera resteranno scandalizzati nel vedere quello che portate nel vostro cuore.

E' difficile pregare bene, per questo non si è sempre esauditi.

Per essere esauditi occorre:

- Amare i propri genitori.
- Essere servitori del Padre, sottomettersi alla Sua volontà.
- Sapere che siamo tutti figli spirituali dello stesso Padre, che non siamo affatto nati dalla carne, né dalla volontà dell'uomo. E' Dio che ci ha creati.
- Amare il prossimo più di se stessi.
- Non giudicare il proprio fratello. (14.11.1900).

Bisogna anche aver cura di migliorare il modo come noi trattiamo i nostri fratelli. Soltanto allora il Cielo ascolterà la nostra voce.

Se restaste soltanto una mezza giornata senza avere cattivi pensieri, cattive parole, senza parlare degli assenti, senza giudicare nessuno, la preghiera che fareste dopo verrebbe ascoltata dal Cielo. Come voi sapete io penso che "è meglio non pregare che pregare male", perché se voi pregate dopo aver fatto del male a qualcuno e dite: "Io amo il mio prossimo", dite una menzogna e le menzogne sono formalmente proibite dalla legge del Cielo.

Continuate a pregare, anche se non sarete ascoltati, anche se vi siete appena lasciati andare, o avete commesso un altro peccato, perché con la preghiera alleggerirete il male che avete appena fatto. Tutti i

vostri cattivi pensieri, tutte le vostre parole inutili, saranno altrettanti ostacoli che troverete un giorno sulla via del Cielo. 14.4.1903).

Perché la preghiera sia intesa, deve partire dal fondo del cuore. Per questo dobbiamo aver sofferto, perché la sofferenza eleva l'anima. Non bisogna evitare il dolore, ma accettarlo sapendo che ci aiuta a crescere e sottomettersi alla volontà di Colui che ci ha creato ed amare il nostro prossimo. (3.1.1895; 6.3.1902).

LA NECESSITÀ DELLA SOFFERENZA (6)

Quando noi recitiamo: "Dacci oggi il nostro pane quotidiano", questo vuol dire: "Padre, dacci il pane dell'anima che è la sofferenza". La sofferenza è il nutrimento dell'anima come il frumento è il nutrimento del corpo. Se ci nutriamo, è per vivere, e la vita dell'anima è la comunione con Nostro Signore. Come comunicare con Lui? Donando anche per i nostri fratelli una parte della nostra felicità... (7.1.1903).

Vi sono diversi modi di soffrire. Certe persone soffrono in espiazione per se stesse, altre per la loro famiglia, altre come missione per i loro fratelli. (31.7.1893).

Ognuno ha proprio la quantità di sofferenza che può sopportare. Ma, quando si soffre troppo, è un dovere cercare di alleviare le proprie pene. (5.11.1889).

BIBLIOGRAFIA

1) "Preghiere", Seminario Missionario Giovanni XXIII,

24039 Sotto il Monte (Bergamo) (1991).

2) Madre Teresa di Calcutta - "Le mie preghiere",

Biblioteca Universale Rizzoli.

Rizzoli Editore (Milano) (1988).

3) Ferdinando Durand "Religione e socialità di Giuseppe Mazzini",

Associazione Mazziniana Italiana,

Edizioni Evoluzione Europea (Cremona) (1980).

4) San Tommaso Moro - "Nell'orto degli ulivi",

Edizioni Ares (Milano) (1985)

5) M. K. Gandhi - "Ogni giorno un pensiero",

E.M.I Cooperativa Servizio Missionario.

via Rocati 12, 40134 (Bologna) (1983).

6) Alfred Hael, "Vita e parole di Maitre Philippe",

Roma, 1994.

* * *