

VOLUME **45** QUADERNI CASR



# **EUCARISTIA**

**FORZA RISANANTE**

I sacramenti occupano una posizione di rilievo in tutta la proposta spirituale e morale del de Liguori. Essi sono visti come la medicina che permettono all'uomo di partecipare alla salvezza donataci da Cristo. In modo particolare, nel secondo e nel terzo capitolo della *Pratica di amar Gesù Cristo*, Alfonso approfondisce l'eucaristia come segno dell'amore di Dio per noi:

"Era ormai vicina la festa della Pasqua. Gesù sapeva che era venuto per lui il momento di lasciare questo mondo e tornare al Padre. Egli aveva sempre amato i suoi discepoli che erano nel mondo, e li amò sino alla fine" (Gv 13,1). Prima di morire volle lasciarci il segno del suo amore, l'eucaristia (Cap. 2, n. 1).

## Un grande dono

Alfonso non si stanca di indicare nell'eucaristia il centro di tutta l'economia sacramentale. Il credente, ricevendo questo sacramento, partecipa all'offerta d'amore di Gesù sul Calvario a Dio Padre; unendosi a Cristo nell'amore, si apre sempre più alla comunione trinitaria. Su tale base, la vita cristiana non può che articolarsi in prospettive di fiducia:

Se poi per i nostri grandi limiti temiamo di cadere sotto l'incalzare della tentazione, ascoltiamo il suggerimento che ci viene dalla Parola di Dio: "Corriamo decisamente la corsa che Dio ci propone, ma teniamo lo sguardo fisso in Gesù, che non ha tenuto conto della morte vergognosa in croce, perché pensava alla gioia riservata in cambio di quella sofferenza" (Eb 12,1-2). In passato abbiamo peccato perché dimentichi delle sofferenze del nostro Redentore. Ora, davanti a noi sta chi ha patito per noi ed è pronto a soccorrerci. Perché temere? Ci fa coraggio santa Teresa. "Io non capisco certe paure: *demonio, demonio!* Mentre possiamo dire *Dio, Dio* e farlo tremare! Tutte le nostre preoccupazioni servono a ben poco se non poniamo in Dio tutta la nostra fiducia" (Cap. 3, n. 2).

Di tutto questo la fede è garanzia che deve rendere capaci di respingere ogni dubbio:

Mistero di speranza e di amore sono per noi la passione di Cristo e l'eucaristia e mai potremmo crederlo se la fede non ce lo garantisse. Un Dio onnipotente si fa uomo, sparge tutto il suo sangue morendo su una croce, e perché? per ripagare i nostri peccati e salvarci. Non solo. Per unirsi tutto a noi ci dona il suo corpo sacrificato sulla croce ... Basterebbe questo per consumare d'amore il nostro cuore! Nessun peccatore, quindi, dissoluto che sia, se veramente

pentito, potrà dubitare dell'amore di Dio, sempre ricco di misericordia e pronto al perdono. "Come può negarmi la grazia necessaria alla salvezza - Ci conforta san Bonaventura - chi tanto ha fatto e sofferto per salvarmi?" (Cap. 3, n. 6).

## **Eucaristia: forza risanante**

L'ultimo dono di Cristo, prima della sua morte, è l'eucaristia, la quale da sola "infiama l'anima" e rende possibile la comunione amorevole tra Dio e l'uomo. L'eucaristia quindi, per il de Liguori, è l'incontro personale con il Redentore in cui l'uomo viene conformato a Cristo. L'amore che Gesù ci offre nell'eucaristia, risana le nostre ferite e ci apre alla comunione d'amore con Dio Padre.

Il problema della nostra salvezza Cristo l'ha fatto suo, e quindi i nostri peccati, benché non li abbia commessi lui, pure li ha chiamati *suoi* e ne ha chiesto il perdono; ha pregato con tanto amore per quelli che lo vogliono amare, come se avesse pregato per se stesso. E quanto ha chiesto, l'ha anche ottenuto, perché Cristo e noi siamo una cosa sola: o ambedue amati, o ambedue odiati! Ma per il fatto che Cristo non potrà mai essere odiato, noi saremo sempre amati, sempre che a lui ci teniamo uniti. Anzi saremo amati più di quanto potremmo farci odiare, dal momento che l'eterno Padre ama più il Figlio di quanto possa odiare i peccatori. "O Padre - dice Gesù - voglio che anche quelli che mi hai dato siano con me dove sono io" (Gv 17,24) (Cap. 3, n. 3).

La morte di Cristo in croce ha distrutto la morte e ci ha uniti per sempre a Dio Padre. Con il dono della sua vita Cristo ci ha riscattati dalla nostra povertà per donarci la ricchezza vera:

Niente, dunque, potrà turbarmi se tutto dipende da quelle stesse mani per me inchiodate sulla croce. Niente potrà atterrirmi più di quanto Cristo può assicurarmi. Mi assedino pure i peccati commessi, mi tendano insidie i demoni ..., ma se chiedo perdono a Cristo, che mi ha amato fino a morire, come potrò dubitare della salvezza? Sono troppo importante se un Dio è morto per me! Gesù è il porto sicuro, il pastore premuroso di chi confida in lui. Egli ha fatto sua la nostra causa, è venuto a saldare i nostri debiti, ci ha comprati col suo sangue non per abbandonarci ma per arricchirci. Come potrà, dunque, fuggirci, voltarci le spalle chi per noi è andato incontro agli oltraggi, alle percosse? Possono i figli dubitare di un padre che li cerca, li ama? Come possiamo pensare che Cristo si sia dimenticato di noi, se in ricordo e pegno di amore ci ha lasciato se stesso nell'eucaristia? (Cap. 3, n. 3).



## L'Eucaristia e le Costituzioni CSSR

**EUCARISTIA.** Il mistero di Cristo si rivive nell'E. (29). La vita comunitaria sia alimentata specialmente con l'E. (27), sorgente e culmine di tutta la vita apostolica (29) e mezzo di unione fraterna (26). Poiché il mistero eucaristico esprime e costruisce la comunità, si raccomanda vivamente la concelebrazione e celebrazione comunitaria, il ringraziamento dopo la comunione, la visita e l'adorazione al Santissimo Sacramento (028, a). L'importanza della preghiera mentale, che rende più fruttuosa la partecipazione al mistero eucaristico (31). **COMUNIONE EUCARISTICA.** Colloquio col Signore dopo aver ricevuto l'Eucaristia (028, a). **CONCELEBRAZIONE EUCARISTICA.** Si raccomanda vivamente la c. o la celebrazione comunitaria (028, a). **LITURGIA – LITURGICO.** La partecipazione piena alla Redenzione si raggiunge nella L. (12; 29). La celebrazione L. comprende l'Eucaristia e la L. delle Ore (30). La vita comunitaria si alimenta con la L. (27). La preghiera mentale rende più fruttuosa la partecipazione alla vita L. (31).

Ciro Vitiello *Lessico familiare redentorista della PGVR*

L'Eucaristia è il sacramento del sacrificio di Gesù Cristo, e pertanto costituisce il culmine e la fonte della vita della Chiesa e dell'evangelizzazione. La centralità dell'Eucaristia emerge da tutta la tradizione redentorista, che attinge alle opere del fondatore Sant'Alfonso Maria de Liguori, particolarmente dal libretto *Del sacrificio di Gesù Cristo con una breve dichiarazione delle preghiere che si dicono nella Messa*, la spiritualità per conoscere, celebrare e vivere il mistero di Cristo Redentore. L'Eucaristia è da considerare nel duplice aspetto di sacrificio e di sacramento.

- Nell'Eucaristia è presente il sacrificio di Gesù Cristo, come memoria di cui è "continuazione".
- Nella conoscenza dell'Eucaristia come sacrificio non vengono trascurati gli elementi dei sacrifici dell'Antico Testamento, specialmente quello pasquale, le cui note (oblazione, immolazione, consumazione, partecipazione) si riscontrano nella celebrazione della Messa.
- La celebrazione della Messa è sacrificio di lode e di ringraziamento ma soprattutto di propiziazione e di purificazione, dove il Signore perdona le colpe e riconcilia i peccatori a sé.
- Il sacrificio eucaristico è il compimento del mistero di salvezza. L'Eucaristia compendia tutti gli interventi di Dio, dall'incarnazione alla parusia, e all'Eucaristia fanno riferimento tutti gli altri sacramenti.
- L'Eucaristia è il sacro convito che unisce intimamente a Cristo, conserva e perfeziona la vita spirituale, annunzia e prepara la risurrezione e la gloria. Perciò la celebrazione è completa con la comunione alla quale naturalmente tende. La comunione frequente, e anche quotidiana assicura una vita sacramentale pienamente partecipata.

- Dall'Eucaristia proviene tutta la perfezione della vita spirituale: per i sacerdoti che devono sempre degnamente celebrare, per i religiosi che devono unire al Mistero l'offerta della loro vita, per i laici impetiti nella famiglia e nella società.
- La celebrazione dell'Eucaristia, per essere fruttuosa, richiede "devozione", cioè: preparazione (conoscenza del mistero e apparecchio immediato) e ringraziamento (meditazione e prolungamento nella giornata).
- La presenza eucaristica di Cristo continua dopo la celebrazione. Da questa deriva l'adorazione del Sacramento, necessaria per chi vuol condurre una vita cristiana ispirata alla liturgia, soprattutto per chi è chiamato al sacerdozio e alla vita consacrata.
- Il sacrificio eucaristico alimenta la grazia del Battesimo: partecipato e vissuto, impegna il credente nella realtà quotidiana in cui vive.
- Essendo sacramento dell'amore, nell'Eucaristia è contenuto l'essere amati e l'amare i fratelli con la stessa carità di Cristo, diventando come lui, pane spezzato per la vita del mondo.
- Una Chiesa autenticamente eucaristica è una Chiesa missionaria. Per questo l'Eucaristia non è solo fonte e culmine della vita della Chiesa, lo è anche della sua missione.
- La prima e fondamentale missione che viene dal Mistero celebrato è la testimonianza della vita.

## ***La strada "pratica" che conduce all'amore***

La proposta spirituale alfonsiana non si limita ad illustrare la grandezza della carità di Dio. Il Dottore della Chiesa indica anche la strada "pratica" per rimanere in unione d'amore con Dio. Per salvarsi, occorre che ogni persona si lasci contagiare dall'amore infinito del Padre in Cristo. Sentirà allora il bisogno di prendere i mezzi per aprirsi sempre più a questo amore. La sintesi, che il Santo ne traccia nel capitolo ottavo della *Pratica di amar Gesù Cristo*, resta tuttora stimolante per ogni battezzato:

«Per lasciare lo stato di tiepidezza e rimettersi sulla strada della perfezione suggerisco cinque mezzi: *desiderio della perfezione! volontà risoluta di raggiungerla! meditazione! comunione frequente! preghiera*» (n. 1).

## **La tiepidezza**

Per Alfonso uno dei mali che ci allontanano dall'amore di Dio è la tiepidezza. Essa nasce dal poco amore che abbiamo verso Gesù Cristo e si manifesta nelle piccole cose come: le bugie volontarie, le mormorazioni, le impazienze, le imprecazioni, i risentimenti, le derisioni del prossimo, i rancori ... Egli scrive:

La tiepidezza che ostacola la perfezione è quella detta *evitabile* e si ha con i peccati veniali commessi deliberatamente, giacché tali peccati, con la grazia di Dio, si

possono realmente evitare, anche nella nostra presente condizione. Santa Teresa era solita dire: "Da peccato avvertito, piccolo che sia, vi preservi Dio!". Peccati di tal genere sono le bugie volontarie, le piccole mormorazioni, le imprecazioni, i risentimenti, i pettegolezzi, le parole *segnalate*, le presunzioni, i rancori cavati in fondo al cuore, un affetto disordinato a persona di diverso sesso. "Questi peccati - scrive s. Teresa - sono una specie di vermi che non muoiono finché non hanno rosato le virtù!". E altrove la stessa santa avverte che "con i piccoli peccati il demonio si fa strada in cose più gravi" (Cap. 8, Introduzione).

## **I rimedi alla tiepidezza**

Il de Liguori non si accontenta di indicare come radice della tiepidezza il poco amore, ma suggerisce anche la strada per la santità in qualunque stato di vita ci troviamo:

### ***Il desiderio della santità***

Primo mezzo, dunque, è il desiderio della perfezione. I santi desideri sono le ali che ci sollevano da terra, perché, come insegna san Lorenzo Giustiniani, da una parte infondono la forza necessaria per tendere alla perfezione, e dall'altra rendono più agevole il cammino. Chi desidera veramente la perfezione e non desiste dal perseguirla, prima o poi la raggiungerà. Chi invece non ne sente un vivo desiderio, non solo fa regressi, ma diventa sempre più imperfetto. Giustamente osserva sant'Agostino che sulla via di Dio il non progredire è lo stesso che regredire. Chi non si sforza di avanzare è costretto a ripiegare, travolto dalla corrente della natura corrotta. Gravissima poi è l'affermazione: *Dio non vuole tutti santi!* L'apostolo Paolo, infatti, ci ricorda: "Questo vuole Dio, la vostra santificazione" (ITs 4,3). Dio vuole tutti santi e ognuno nel proprio stato di vita: il religioso da religioso, il laico da laico, il sacerdote da sacerdote, lo sposato da sposato, il commerciante da commerciante, il militare da militare e così via (Cap. 8, n. 1.1).

### ***La volontà di giungere alla santità***

Non basta desiderare di diventare santi. Per giungere alla vita piena c'è bisogno della nostra tenacia e dell'affidamento alla grazia divina:

Prima decisione da prendere è questa: piuttosto la morte che un peccato volontario, anche leggero. È vero che a nulla valgono i nostri sforzi senza l'aiuto di Dio, ma intanto è richiesta la nostra collaborazione. Penserà Dio, poi, a soccorrere la nostra debolezza. Tale decisione, mentre ci dà coraggio, ci spinge anche ad andare avanti con la sicurezza di essere in grazia di Dio. "La certezza di essere in grazia di Dio - scrive san Francesco di Sales - non ci viene dalle emozioni che ci dona il suo amore, ma dal fermo e irrevocabile proposito di mettere la nostra vita nelle sue mani, evitando qualsiasi peccato". Questo significa *essere delicato di coscienza!* Attenzione, però! Una cosa è la *coscienza delicata*, altro lo *scrupolo*. La delicatezza di coscienza è necessaria alla santità, mentre lo scrupolo è un difetto e arreca danno. Ecco perché bisogna ubbidire al direttore spirituale e cacciare gli scrupoli, che generano solo inutili e ingiustificate tensioni. E necessario, inoltre, scegliere il meglio del meglio: non solo ciò che piace a Dio, ma ciò che maggiormente piace a Dio. Dice san Francesco di Sales che bisogna iniziare con una forte e decisa volontà di essere tutto di Dio, incondizionatamente, e poi frequentemente confermare tale decisione (Cap. 8, n. 1.2).

## ***L'orazione mentale***

Sant'Alfonso suggerisce come terzo mezzo per raggiungere la santità l'orazione mentale. Scaturisce da essa la spinta per pregare sempre. Approfondendo le verità eterne (novissimi, morte, giudizio, inferno e paradiso), diventiamo capaci di resistere alle tentazioni e di superare le difficoltà. Occorre però che tutto sia illuminato dall' amore che si irradia dal Crocifisso e che la riflessione lasci libero il cuore di parlare con fiducia con Dio.

Terzo mezzo per farci santi è la meditazione. Scrive Giovanni Gersonne che chi non medita le verità eterne, è un miracolo se vive da cristiano. Senza l'orazione mentale viene a mancare la luce necessaria e si brancola nelle tenebre. Le verità della fede non sono oggetto dei sensi, ma della mente; ora, se non le teniamo presenti con la meditazione, corriamo il pericolo di annasparsi nel buio; ci attacchiamo ai beni materiali e disprezziamo quelli eterni. "Noi siamo portati a giudicarci perfetti - scrive santa Teresa - ma quando Dio ci apre gli occhi, appunto con la meditazione, allora scopriamo tutte le nostre imperfezioni" ... Chi dunque tralascia l'orazione mentale, lascerà anche di amare Gesù Cristo. La meditazione è quella beata fornace in cui si accende e si alimenta il fuoco del santo amore (cf. Sal 39,4). "Chi non pratica la meditazione - dice santa Caterina da Bologna - si priva del santo legame che unisce l'anima a Dio; e il demonio, trovandola tiepida nell' amore di Dio, facilmente la spingerà a cogliere il frutto

proibito". Santa Teresa, d'altra parte, ci assicura che chi persevera nella preghiera, malgrado tutte le tentazioni del demonio, il Signore lo guiderà al porto della salvezza. Chi non abbandona la meditazione presto o tardi raggiungerà il suo traguardo. Il demonio si industria molto a distogliere le anime dalla preghiera perché, se queste vi perseverano, si deve ritenere sconfitto. Molti poi sono i favori celesti che ci assicura la preghiera: eleva l'anima a santi pensieri, suggerisce affetti devoti, genera sante aspirazioni e ferma decisione di darsi tutto a Dio, come anche porta l'anima a rinunciare, per Dio, a ogni affetto disordinato (Cap. 8, n. 1.3).



## L'Orazione mentale e le Costituzioni CSSR

**PREGHIERA MENTALE.** I congregati dentro e fuori casa diano un'importanza prioritaria alla p. mentale (31); coltiveranno lo spirito di contemplazione che sviluppa e rinforza la fede (24).

Antonio Perillo *Lessico familiare redentorista della PGVR*

## ORAZIONE MENTALE

L'orazione mentale è come l'ossigeno per la "vita nello Spirito", è il retroterra indispensabile della stessa preghiera, che senza la meditazione alla fine si indebolisce. L'orazione mentale è necessaria a tutti per perseverare nella grazia e per progredire nella carità. «È certo che uno dei mezzi più grandi per farsi santo è l'orazione mentale, come dicono tutti i maestri di spirito... La luce, la forza e il fervore che sono necessari per camminare alla perfezione, nell'orazione si acquistano. Perciò tutti i santi sono stati uomini di orazione» (*Riflessione ai Vescovi, in Opere Complete*, vol. III, Torino 1847, p. 871). I contenuti dell'orazione mentale per S. Alfonso sono sempre le verità che sollevano e danno Speranza come: la misericordia di Dio, la sua bontà e il suo amore, i misteri di Gesù Cristo, l'intercessione di Maria. In particolare la Passione perché qui, più che in qualunque altro argomento, si percepisce l'amore di Dio verso gli uomini. La passione di Gesù è "la meditazione buona per tutti". Riassumiamo brevemente il modo di fare Orazione mentale secondo Sant'Alfonso:

- 1. Una breve preparazione (atti di fede nella presenza di Dio, di umiltà e di domanda di luce);**
- 2. La meditazione (fermandosi su qualche verità eterna e sui Misteri di Cristo, servendosi abitualmente di qualche libro);**
- 3. Scaturiscono dalla meditazione tre frutti: a.) fare affetti (atti di fede, di ringraziamento, di umiltà, di speranza, ma soprattutto atti di amore e di**



contrizione); b.) pregare (chiedendo a Dio principalmente amore e perseveranza); c.) risolvere (l'orazione deve terminare con una risoluzione concreta che coinvolga la vita).

4. E alla fine la conclusione che consiste nel ringraziare Dio dei lumi ricevuti; il proporre di osservare le risoluzioni fatte; e di chiedere a Dio, per amore di Gesù e di Maria, la forza di osservare i propositi fatti

(cf *Regolamento di vita di un cristiano*, in *Opere Ascetiche*, vol. X, Roma 1968, pp. 282-284).

Questo metodo che S. Alfonso suggerisce può essere utile anche a noi oggi, soprattutto se nella meditazione ci disponiamo ad "ascoltare" la Parola, lasciando che essa penetri nella mente e nel cuore, per poi ritornare a lui come preghiera. Il momento dell'orazione è la risposta dell'uomo che ha così assimilato le potenzialità vitali della Parola, tramite la meditazione. Quando la Parola, letta e meditata, riesce a riscaldare d'amore la mente e il cuore per Dio, è il momento di passare alla contemplazione. Che fa riposare tranquillamente l'animo in Lui, in una comunione di pace e di amore. Da questa semplice e profonda unione, provocata dalla meditazione e dalla preghiera, derivano tanti frutti che condurranno necessariamente ad una conversione continua ed ad una vita vissuta nella carità.

### ***Nutrirsi di Cristo eucaristia***

Il quarto mezzo, che Alfonso indica per percorrere con sicurezza la strada della santità, è la comunione frequente. Occorre però riceverla degnamente. A questo fine, egli suggerisce alcuni mezzi molto utili ad ogni battezzato: astenersi da ogni difetto, l'orazione mentale, la mortificazione dei sensi e delle passioni ... Si preoccupa però anche di evidenziare l'inconsistenza delle ragioni di coloro che ritengono di doversi tenere lontani dalla comunione per la propria indegnità:

Quarto mezzo per raggiungere la perfezione e perseverare nella grazia di Dio, è la partecipazione frequente all' eucaristia ... Ci sono, tuttavia, alcune anime, estremamente timide, che sebbene invitate dal proprio direttore spirituale alla comunione frequente, se ne astengono, giustificandosi che non ne sono degne. Ma, sorella mia, non sai che più tralasci la comunione e più te ne rendi indegna? Senza eucaristia avrai meno forza e commetterai più peccati. Andiamo! Ubbidisci piuttosto al tuo direttore spirituale e lasciati guidare da lui. I peccati non pienamente volontari non impediscono di comunicarti. In fondo il tuo maggior peccato è proprio questo: non ubbidire al direttore spirituale! Ci sono altri, poi, che si scherniscono dicendo: *"Ma io ho fatto una vita di peccati!* Ebbene, non sai che più sei ammalato e più hai bisogno del medico e delle medicine? E Gesù eucaristia è medico e medicina. *"Proprio io che pecco continuamente - dice s. Ambrogio - devo continuamente procurarmi la medicina"* . Qualche altro

dirà: "Ma il confessore non mi dice di comunicarmi spesso ... ". E se anche non te lo dicesse, chiediglielo tu! "Ma questa non è superbia?" si replicherà. Sarebbe superbia se pretendessi di comunicarti senza il suo parere, non quando tu umilmente gliela chiedi. Questo pane del cielo reclama la nostra fame. Gesù desidera essere desiderato. Il pensiero di ricevere ogni giorno l'eucaristia tiene l'anima lontana dal peccato e sempre disponibile a uniformarsi alla volontà di Dio. "Ma - ribatterà qualche altro - io non ne avverto il necessario fervore! ... ". Beh, se si parla di *fervore sensibile*, dico subito che non è necessario e Dio normalmente non lo concede neanche alle anime più predilette. Basta il fervore della volontà decisa ad essere tutta di Dio e di avanzare nel suo amore. Giustamente Giovanni Gersone dice che chi tralascia la comunione, perché non ne avverte tutta la devozione, fa proprio come chi non si accosta al fuoco perché non si sente già riscaldato! (Cap. 8, n.l.4).

## **La preghiera**

La preghiera nella proposta alfonsiana riveste un ruolo centrale per aprirsi e crescere nell'amore di Dio. Non va dimenticato infatti che lo stesso Magistero della chiesa ci indica Alfonso come uno dei grandi maestri della preghiera. Il Santo insiste sulla sua necessità, essendo il mezzo di cui nessuno può fare a meno. Il fulcro del suo ragionamento sta nello stretto rapporto tra la preghiera e la grazia, come viene evidenziato soprattutto ne *Il gran mezzo della preghiera*, uno dei suoi scritti che ha maggiormente segnato la pietà popolare negli ultimi secoli. La volontà salvifica di Dio, egli spiega, è assoluta, ma ha bisogno, della libera adesione della libertà dell'uomo, che può avvenire solo attraverso la preghiera. Questa perciò non solo è utile, ma è "necessaria per salvarci". Oltre che predisporci al riconoscimento della volontà di Dio, la preghiera ci permette di dire il nostro sì convinto ed a cooperare con la grazia, che Dio non si stanca di donarci. Nella *Pratica di amar Gesù Cristo* egli scrive:

È nella preghiera che Dio ci rivela il suo immenso amore ... Se, dunque, siamo poveri, la colpa è tutta e solo nostra. E non meritiamo compassione, perché vogliamo restar poveri. Si può, infatti, aver compassione di un mendicante che, davanti a un ricco signore disposto a concedergli di tutto, purché ne faccia richiesta, preferisce restar povero perché non vuol chiedere? Ora il nostro Dio, dice l'apostolo Paolo, è pronto ad arricchire chiunque lo chieda: "Il Signore è immensamente generoso verso tutti quelli che lo invocano" (Rm 10,12). Con l'umile preghiera tutto si ottiene da Dio. E la preghiera non solo è *utile* ma *necessaria* per salvarci.

Per vincere le tentazioni abbiamo assoluto bisogno di Dio. Ora, davanti a tentazioni più forti ci potrebbe anche bastare la *grazia sufficiente*, la grazia che Dio concede a tutti; ma purtroppo, per la nostra natura incline al male, non ci basta. Quindi abbiamo bisogno di una *grazia speciale*. Questa grazia l'ottiene solo chi prega. Chi non prega, non l'ottiene e si dannava (cap. 8, n. 1.5).

Se, dunque, vogliamo conservarci in grazia di Dio fino alla morte, dobbiamo fare un po' i *pezzenti* con Gesù Cristo e chiedergli così, continuamente, la carità: "Gesù mio, misericordia; non permettere che io mi allontani da te; Signore, assistimi; Dio mio aiutami". Questa era la preghiera quotidiana dei Padri del deserto: "O Dio, vieni a salvarmi; Signore, vieni presto in mio aiuto" (Sal 70,2). Questa preghiera dobbiamo farla anche noi, soprattutto nelle tentazioni. Diversamente saremo perduti. Nella preghiera, poi, dobbiamo avere grande fiducia, perché Dio ha promesso di esaudire chi l'invoca: "Chiedete e otterrete" (Gv 16,24). E come possiamo dubitarne, se Dio stesso - come dice sant'Agostino - si è obbligato ad esaudire: *con la sua promessa si è fatto nostro debitore*. Quando ci raccomandiamo a Dio, facciamolo con la certezza di ottenere da lui quanto gli chiediamo. Ce lo suggerisce Cristo stesso: "Tutto quello che domanderete nella preghiera, abbiate fiducia di ottenerlo e vi sarà dato" (Mc 11,24) (cap. 8, n. 1.5).



## La preghiera e le Costituzioni CSSR

**PREGHIERA IN SENSO GENERALE.** I Redentoristi devono essere perseveranti nella p. (20). Quando non è possibile l'annuncio diretto, offrono la testimonianza della carità con la p. (9). Cerchino di aver lo stesso spirito di p. di sant'Alfonso (26). Oltre la celebrazione eucaristica e la Liturgia delle ore, hanno il diritto e il dovere di dedicare un'ora al giorno alla p., o in privato o in comune (30). Invocheranno senza mai stancarsi lo Spirito Santo (10): per collaborare più efficacemente al mistero della Redenzione (10), per comprendere e vivere il mistero della castità (59), e per promuovere efficacemente le vocazioni (80). Come atti particolari di p. vengono indicate le azioni liturgiche e le celebrazioni comunitarie della Parola (27; 28), il ringraziamento dopo la comunione, la visita al Santissimo Sacramento e la recita del Rosario (028 a, b; 32). Gli infermi e gli anziani con la loro vita di p. possono costituire fonte di ispirazione per i giovani (034). Ai candidati si insegna a cercare Cristo nella p. (056).

**PREGHIERA COMUNITARIA.** La comunità redentorista è comunità di p. (26-33; 028; 029). La vita comunitaria fa sì che i congregati mettano insieme p. e propositi (22); per questo si riuniranno

---

---

insieme per pregare (30). Ogni comunità sceglierà forme di p. comunitaria (30). Le norme di vita devono fomentare le condizioni favorevoli alla p. (041, c). Tutti devono contribuire in dialogo fraterno a creare un clima favorevole alla p. (45). Gli St. (Vice-) Provinciali determineranno quante volte al giorno debbono adunarsi per la p. (30; 028, c). Si reciti in comune almeno una parte dell'ufficio divino (028, b). I congregati faranno ogni giorno l'esame di coscienza: è lodevole farlo durante la p. comunitaria (41, 2°).

---

Antonio Perillo *Lessico familiare redentorista della PGVR*

## PREGHIERA

Pregiera Dio non nega ad alcuno la grazia della preghiera, dalla quale si ottiene da Dio l'aiuto a vincere ogni tentazione (...). E dico, e replico, e replicherò sempre sino che ho vita, che tutta la nostra salute sta nel pregare;(...) pregate, pregate, e non lasciate mai di pregare ; perché, se pregherete sarà certa la vostra salvezza; ma se lascerete di pregare sarà certa la vostra dannazione» (*Del gran mezzo della preghiera*, in *Opere Ascetiche*, vol. II, Roma 1962, p. 171). Queste affermazioni forti e chiare di S. Alfonso possono lasciare perplessi e disorientati. Una domanda allora nasce spontanea: Se non recito le *preghiere mi danno per sempre?* Pregare non è dire le preghiere, dire delle parole, magari recitandole a memoria o leggendole... anche distrattamente. Pregare non si riduce a leggere dei libricini, in cui sono già scritte tante preghiere. Pregare non è dire il Padre nostro, l'Ave Maria, il Gloria al Padre prima di addormentarsi. Ma allora che cos'è la preghiera? In che cosa consiste il pregare? S. Teresa D'Avila con poche parole ne esprime il contenuto più profondo e genuino: "L'orazione, non è altro, per me, che un intimo rapporto d'amicizia, un frequente trattenimento da solo a solo con Colui dal quale sappiamo di essere amati". Questa definizione della preghiera ci dice che il dialogo fra Dio e l'uomo è un'esperienza esistenziale, di vita vissuta, una profonda amicizia, anzi di più è rapporto di figliolanza. La preghiera diventa pertanto il rapporto più alto della realtà umana. Ed è su questa strada che si comprende la vera essenza della preghiera. Che non riguarda né la durata, né la forma o il modo del nostro pregare, ma piuttosto il riconoscimento e la coscienza della presenza di Dio nella nostra vita e nella storia. Pregare è incontrarsi con Dio, è lasciarsi amare da lui, è amarlo, parlargli; ma soprattutto è ascoltarlo, lodarlo, ringraziarlo, adorarlo; è intercedere per i fratelli, è chiedere con fiducia qualunque cosa, certi del suo amore di Padre. Pregare non è quindi dire parole, ma incontrare Dio. Pregare è voler stare con Dio, come due amici che trascorrono del tempo a dialogare, a conoscersi, a sostenersi. Pregare non si esaurisce nel dire parole, ma coinvolge tutta la vita, perché permette a Dio di entrare nella propria esistenza. Si comprendono allora i richiami forti di S. Alfonso sulla necessità della preghiera come fonte della salvezza perché pregare è incontrare, accogliere Cristo Gesù ed iniziare con lui un meraviglioso dialogo di amore che necessariamente trasforma e cambia l'esistenza. La preghiera che non porta alla conversione del cuore, della mente e delle azioni, non è autentica. «Non chiunque mi dice: Signore, Signore, entrerà nel Regno dei cieli, ma colui che fa la volontà del Padre mio che è nei cieli» (Mt. 7, 21). "L'incontro autentico con il Cristo cambia la vita": ecco l'obiettivo della preghiera. Se la preghiera fa incontrare Dio, allora non si può non convertirsi a lui, non si può non riconoscere il proprio peccato e pentirsi di vero cuore. Inizia un cambiamento radicale della propria esistenza, dove il cammino di fede e la vita cristiana vengono sostenute e nutrite, nella carità e nella misericordia, dalla forza della preghiera.

