

Preghiera e Spirito

Spesso, quando inizio la preghiera, apro il testo della Lettera ai Romani, laddove si dice che nemmeno sappiamo che cosa sia conveniente domandare (cfr. 8,26a) e dico: "Signore, vedi che non so pregare? Però tu hai promesso lo Spirito in aiuto alla mia debolezza". [...]

Quindi per me imparare a pregare vuol dire imparare ad affidarci allo Spirito che ci muove a recitare il Padre Nostro, fino a raggiungere quel bellissimo stato d'animo su cui ho meditato tante volte in tanti momenti della mia vita: "Non preoccupatevi di come o di che cosa dovrete dire, perché vi sarà suggerito in quel momento ciò che dovrete dire: non siete infatti voi a parlare, ma è lo Spirito del Padre vostro che parla in voi" (Mt. 10, 19-20).

Oltre a questa disposizione fondamentale di abbandono allo Spirito, vorrei suggerirne qualche altra che Gesù ha messo in luce. Soprattutto quattro: il nascondimento, la sobrietà delle parole, la perseveranza e la fiducia filiale. Pregando davanti a Dio, ognuno può scegliere quale di questi atteggiamenti gli è più necessario. Certamente è necessaria la fiducia filiale: il Padre non mi lascerà mancare il pane quotidiano quando glielo chiedo. Altrettanto necessaria è la perseveranza: donaci Signore di perseverare! E naturalmente abbiamo bisogno del nascondimento, perché la preghiera sia nascosta, sconosciuta al mondo e conosciuta solo da Dio. Abbiamo inoltre bisogno di una certa sobrietà, che consiste non tanto nel pregare poco, ma nell'imparare una preghiera distesa, non nervosa, che non cerca di forzare Dio, ma si affida amabilmente a Lui.

(Card. C.M. Martini, Esercizi spirituali 1999)