

5. DOVE PREGARE

“Dov'è il tuo tesoro, là sarà anche il tuo cuore” (Mt 6,21)

Da bambino mi piaceva costruirmi nascondigli e tane. Poteva essere dentro una scatola di cartone, o sotto la scrivania di papà, nell'armadio di mamma o sotto le coperte. Diventava il mio luogo magico, *off-limits*, in cui stare da solo, in intimità, come rannicchiato in uno spazio di libertà e sicurezza. Era un luogo di progettazione e di confini, in cui ritrovare l'equilibrio tra il dentro e il fuori di me. Nessuno poteva entrare, ad eccezione di pochi amici fidati.

Continuo ad avere bisogno anche oggi, nella mia vita adulta, di sostare in questa specie di **“cella del cuore”**, per ritrovare me stesso ed incontrarmi con l'Amico più fidato, che “mi è intimo più di ogni cosa intima”, l'unico vero Ospite che ha accesso a tutti “i segreti” del mio cuore, che ne “scruta gli affetti e i pensieri” (*Ap 2,23*). Questa cella è il luogo vitale di cui tutti abbiamo bisogno, ed è il vero *luogo* della preghiera e dell'incontro con il Signore della Vita. Finché non sei là, puoi essere in qualunque posto, ma non pregherai mai veramente. Quando arrivi là, ti accorgi improvvisamente di essere come travasato da te stesso nel Tu che ospiti e dal quale sei ospitato, e di poter dunque rifugiarti in un nascondiglio inoppugnabile, una vera fortezza inaccessibile: il Cuore stesso di Dio. Sì, perché se entrando in me stesso non trovassi altro che il mio io, sarebbe qualcosa, ma ancora troppo poco... Se penetro invece fino in fondo nel mio spirito, incontro un Altro, e il mio cuore si trova nel Cuore di uno più grande di me. È questo Cuore che vorrei proporti di **abitare** nella preghiera.

Diceva lo stesso Dio Padre a Santa Caterina: “Il vostro luogo, dove voi stiate, sia Cristo crocifisso unigenito mio Figliuolo, abitando e nascondendovi nella caverna del costato suo. In quel cuore aperto troverete la carità mia e del prossimo vostro”. Posso nascondere il mio cuore, coi suoi affetti, sentimenti, pensieri, qualunque essi siano, nel Suo Cuore aperto, tutto Amore per me, perché avvenga misteriosamente uno scambio, e Lui possa prendere su di sé e come estinguere in Sé ogni preoccupazione, angoscia, peccato, lontananza, per regalarmi i Suoi stessi sentimenti e ricolmarmi di quella carità che non potrei mai avere da me stesso, ma che è dono dello Spirito che la riversa in me (cfr. *Rm 5,5*). **Il fianco aperto di Gesù** sulla croce è il luogo per eccellenza della preghiera, il ponte tra il Cielo e la terra, la porta spalancata all'abbraccio. È un luogo mistico, dove mistico non vuol dire etereo o inaccessibile, ma intimo e attraente per tutti coloro che sanno ridiventare piccoli come bambini.

Angelo Card. De Donatis



Gesù nel **Vangelo secondo Matteo** lo dice chiaramente: il nostro cuore ci indica qual è il nostro vero tesoro. E il tuo cuore dov'è?

*«Non accumulate per voi tesori sulla terra, dove tarma e ruggine consumano e dove ladri scassinano e rubano; accumulate invece per voi tesori in cielo, dove né tarma né ruggine consumano e dove ladri non scassinano e non rubano. Perché, **dov'è il tuo tesoro, là sarà anche il tuo cuore**» (Mt 6,19-21).*



Il **Salmo 84** ci fa sentire veramente beati nella casa di Dio, dimorando in Lui. È lì che il cuore trova la vera gioia, la giusta via:

*2 Quanto sono amabili le tue dimore,
Signore degli eserciti!*

*3 L'anima mia anela
e desidera gli atri del Signore.
Il mio cuore e la mia carne
esultano nel Dio vivente.*

*4 Anche il passero trova una casa
e la rondine il nido
dove porre i suoi piccoli,
presso i tuoi altari,
Signore degli eserciti,
mio re e mio Dio.*

*5 Beato chi abita nella tua casa:
senza fine canta le tue lodi.*

*6 Beato l'uomo che trova in te il suo rifugio
e ha le tue vie nel suo cuore.*

*7 Passando per la valle del pianto
la cambia in una sorgente;
anche la prima pioggia
l'ammanta di benedizioni.*

*8 Cresce lungo il cammino il suo vigore,
finché compare davanti a Dio in Sion.*

*9 Signore, Dio degli eserciti, ascolta la mia
preghiera, porgi l'orecchio, Dio di
Giacobbe.*

*10 Guarda, o Dio, colui che è il nostro
scudo, guarda il volto del tuo consacrato.*

*11 Sì, è meglio un giorno nei tuoi atri
che mille nella mia casa;
stare sulla soglia della casa del mio Dio
è meglio che abitare nelle tende dei
malvagi.*

*12 Perché sole e scudo è il Signore Dio;
il Signore concede grazia e gloria,
non rifiuta il bene
a chi cammina nell'integrità.*

*13 Signore degli eserciti,
beato l'uomo che in te confida.*



Santa Margherita Maria racconta una sua esperienza di intimità con il Signore, la preghiera che diventa consegna del proprio cuore e riposo nel Suo Cuore:

«Una volta, davanti al santo Sacramento, mi ritrovai tutta investita da questa presenza divina, così forte che mi dimenticai di me stessa e del luogo dov'ero. Allora mi abbandonai a questo divino Spirito, **consegnando il mio cuore** alla forza del suo amore.

Lui mi fece riposare a lungo sul suo petto divino e lì mi fece scoprire le meraviglie del suo amore e i segreti inesplicabili del suo sacro Cuore, che mi aveva sempre tenuto nascosti. Quando me lo aprì per la prima volta, fu in modo così forte e toccante, che non mi lasciò ombra di dubbio, considerati gli effetti che questa grazia produsse in me. [...] Lui mi disse: “Il mio Cuore divino arde così tanto d'amore per gli uomini e per te in particolare, che, non potendo contenere in se stesso le fiamme della sua carità ardente, deve diffonderle per mezzo tuo e manifestarsi agli uomini per arricchirli dei suoi preziosi tesori. Io te li rivelo, affinché tu sappia che contengono le grazie santificanti e salvifiche [...]”.

In seguito, mi chiese il mio cuore, che gli supplicai di prendere, cosa che fece e **lo mise nel suo adorabile Cuore**, dove me lo fece vedere simile a un piccolo atomo che si consumava in quella fornace incandescente.

Ritiratolo di lì come una fiamma ardente in forma di cuore, lo rimise nel posto da cui l'aveva preso, dicendomi: “Ecco, mia amata, un prezioso pegno del mio amore, che chiude nel tuo costato una piccola scintilla delle sue più vive fiamme, affinché ti serva da cuore e ti consumi fino all'estremo momento”» (*Autobiografia*).



Ascoltiamo il **Vangelo secondo Giovanni** che ci porta ai piedi della croce, lì dove è stato aperto il nostro accesso al Cuore di Dio:

«Gesù, sapendo che ormai tutto era compiuto, affinché si compisse la Scrittura, disse: "Ho sete". Vi era lì un vaso pieno di aceto; posero perciò una spugna, imbevuta di aceto, in cima a una canna e gliela accostarono alla bocca. Dopo aver preso l'aceto, Gesù disse: "È compiuto!". E, chinato il capo, consegnò lo spirito.

*Era il giorno della Parasceve e i Giudei, perché i corpi non rimanessero sulla croce durante il sabato - era infatti un giorno solenne quel sabato -, chiesero a Pilato che fossero spezzate loro le gambe e fossero portati via. Vennero dunque i soldati e spezzarono le gambe all'uno e all'altro che erano stati crocifissi insieme con lui. Venuti però da Gesù, vedendo che era già morto, non gli spezzarono le gambe, ma uno dei soldati con una lancia **gli colpì il fianco**, e subito ne uscì sangue e acqua. Chi ha visto ne dà testimonianza e la sua testimonianza è vera; egli sa che dice il vero, perché anche voi crediate. Questo infatti avvenne perché si compisse la Scrittura: Non gli sarà spezzato alcun osso. E un altro passo della Scrittura dice ancora: Volgeranno lo sguardo a colui che hanno trafitto» (Gv 19,28-37).*



Il Cuore di Gesù è sempre aperto per accoglierci, accostiamoci a Lui e preghiamo:
Gesù, mite e umile di cuore, ascolta la nostra preghiera

- Rinnova, Signore, il nostro modo di pensare e insegnaci a discernere la tua volontà. *R.*
- Accoglici nel tuo Cuore, dove possiamo trovare la vera pace. *R.*
- Aiutaci ad amarci, a stimarci a vicenda, a soccorrerci premurosamente condividendo le necessità. *R.*
- Donaci di essere sempre lieti nella speranza, costanti nelle tribolazioni, perseveranti nella preghiera. *R.*
- Allontana da noi ogni pigrizia nel fare il bene e ogni compromesso con il male. *R.*



Cerca un **luogo** dove poter stare in solitudine con il Signore (la tua camera, una Chiesa vuota, un bosco...). Chiedigli di tenerti dentro al Suo Cuore, e rimani lì in silenzio, abbandonandoti a Lui, svuotando la mente da qualsiasi altra cosa, gustando semplicemente la sua presenza.