INTO YOURSELF

A CURA DI P. PAOLO ARIENTI

Questo spazio è per te. Anzi per un incontro che puoi fare, quello con il Signore. Consideralo un tuffo in te stesso, per ritrovare l'amore che ti ha pensato da sempre. Incredibile? Quasi! Per tanti si tratta di un orizzonte impensabile, inutile; per molti semplicemente non c'è tempo. Per qualcuno è roba primitiva.
Guardare dentro se stessi e cogliere, intuire un amore più grande, è il primo passo per la libertà vera. Sarà un passo da ripetere diverse volte e, se vorrai, sarà la porta della tua preghiera, la chiave che ti apre ad un orizzonte dove tu non sei più solo.

"NON SO PREGARE!"

Lo diciamo in tanti e spesso è vero: non sappiamo pregare. Forse perché confondiamo la preghiera con la sola richiesta, a volte carica di pretesa; forse perché altre volte siamo troppo formali e ci fermiamo alle formule, ai riti, alle cose da dire in quell'ordine un po' magico, come i bambini. Gesù sa che pregare non è facile e ci dà un suggerimento: entra nella preghiera ricordandoti innanzitutto chi sei, chi ti ama, chi è tuo Padre. Lasciati alle spalle i calcoli e le formule chimiche. Scendi nel tuo cuore.

✱ *Mettiti in silenzio qualche minuto. Farai fatica, ma poi scoprirai che nel silenzio qualcuno ti parla.*

Ma cosa occorre fare per pregare? Il Vangelo è un grande inno di fiducia: nell'amore del Signore, nel bene, nella vita. La prima cosa che serve per la preghiera, è allora accorgersi di questo amore. Il primo passo della preghiera è la benedizione: far affiorare nel mio cuore il "grazie" e fare in modo che questo "grazie" abbia il ritmo del mio respiro, che io mi sintonizzi con lui... Fino ad essere io stesso "grazie".

✱ *Stando ancora in silenzio, ripeti con calma la parola "grazie" e collegala a persone, situazioni, doni per cui puoi dire grazie.*

Solo con il "grazie" possiamo essere davvero in sintonia con Dio: ovvero solo così possiamo pregare davvero, respirare la sua gratuità. E quando siamo nell'atmosfera del gratuito, allora tutto diventa possibile: diventa possibile

chiedere, pregare per altri, anche supplicare... Diventa possibile esprimere una preghiera di perdono e, addirittura!, pregare per chi non ci vuole bene, per quello che Gesù chiama "i vostri nemici".

Continua il silenzio. Passa dal "grazie" ad alcune parole di confidenza, di richiesta, di affidamento. Allarga il tuo cuore e scoprirai che la preghiera non è mai un parlarsi addosso.

"LEGGO SOLO GERONIMO STILTON"

Un ragazzo qualche tempo fa disse: l'ultimo libro che ho letto, è stato Geronimo Stilton. Non era vero... Ma forse la battuta nascondeva un po' di amarezza. Associamo sempre la lettura con la noia. Facciamo fatica a trovare un libro bello, che ci entusiasmi. Proposta: prova a leggere con un po' di calma il discorso della montagna. Lo trovi nel vangelo di Matteo ai capitoli 5,6 e 7. L'ha pronunciato Gesù mentre tentava di far fare ai discepoli un passo avanti, sperando uscissero dalla superficialità della vita, del volere e basta, del non pensare e basta, del cercare solo le sensazioni e gli spettacoli consolanti.

Prova a leggere.
Prova a leggere e rileggere.
Prova a leggere, rileggere e cerchiare con la biro qualche parola che ti colpisce.
Prova a leggere, rileggere, cerchiare, meditare, standoci su, su qualche parola che ti colpisce.
Prova a scoprire che il Vangelo è forte!

"CHE C'È DI MALE?"

"Che male c'è... Che c'è di male" canta Pino Daniele. Ma questa frase non è solo una bella canzone. È purtroppo per tanti una verità scontata. Non si pensa più alle conseguenze delle proprie azioni, ma anche dei pensieri e delle parole. Basta chiedere scusa e dire "non ho fatto apposta"! Il Vangelo ha sempre insegnato che il perdono è un'altra cosa. Perdonare e farsi perdonare è come rinascere, è come afferrare un salvagente senza il quale annegherei nel male. È come scrostare la ruggine della cattiveria, ripulire un angolo di mondo, che altrimenti resterebbe sporco, incrostato, inospitale.

Si chiama esame di coscienza: chiedersi alla fine della girata o di un periodo come è andata, quanto bene ho prodotto, quanto male ho sputato. Ti suggeriamo tre semplici domande che però - a ben pensarci - abbracciano tutta la vita:
- *Come va con Dio? Come sta la mia fede?*
- *Come va con i fratelli? Come sto con gli altri?*
- *Come va con me stesso? Il mio tempo lo spreco? Le mie cose come le vedo? Il mio amare com'è? E la mia sessualità?*

È uno dei sette piccoli, grandi segni che i cristiani hanno a disposizione. Più che un esercizio, ha un nome tecnico più complesso e difficile: è un sacramento. Parliamo della confessione. Qualcuno è abituato a confessarsi per obbligo a Natale (siamo tutti più buoni!), al massimo a Pasqua. Invece confessarsi più spesso fa bene: ti esercita la coscienza, ti ricorda che il male è roba seria, come pure serio e bellissimo è il perdono.
Confessarsi non è un download di colpe fatto nell'hardisk di un prete. È la celebrazione dell'amore che mi reintegra, che mi dice ancora: «Tu sei fatto per amare, non per odiare!». E amore e odio conoscono nella vita un sacco di sfumature!

"NO ONE IS ALONE"

Spesso pensiamo il contrario, specialmente per le cose interiori. Si parla di "società atomica": siamo insieme, ma con bassa confidenza. La fede cambia. Deve cambiare: da bambino io divento ragazzo e poi giovane... Insomma cambio pelle, esigenze, esperienze, cuore... E la fede no? Anche la fede subisce trasformazioni. Parlarne con qualcuno è bello e utile. Non basta Facebook. Anzi alcune cose non andrebbero nemmeno scritte! Che bello poter trovare qualcuno, un giovane più grande, un adulto, un sacerdote... con cui confrontarsi. Che bella la frase di Paolo: «Quand'ero bambino, parlavo da bambino, agivo da bambino, pensavo da bambino; ora, divenuto adulto, ho abbandonato ciò che è da bambino» (1Cor 13).

Con un po' di coraggio chiedi al don se ti aiuta a camminare con te stesso e con la tua fede.

"MEGLIO SOLI CHE MALE ACCOMPAGNATI"

A volte ci scappa di pensarlo. Magari ci riferiamo a qualche compagnia un po' stana o ripensiamo a qualche delusione. Potremmo pensarla anche della chiesa e della Messa domenicale che negli ultimi anni è passata per tantissimi da obbligo assoluto a relitto del Giurassico. Si dà la colpa a tutto e a tutti: orario, canti, lettori, riti sempre uguali, predicatori... Persino alle vecchie che occupano i posti strategici in parrocchia.

Forse, se c'è una colpa, essa è come una moneta che ha sempre due facce: certa gente di chiesa non è visibile, è un po' rintanata, chiusa nella devozione... Certi giovani sono molto sbrigativi a buttare via la Messa perché sembra inutile, vuota. Ma ci pensiamo che nella Messa, da quella più sontuosa e annoiante a quella più sgangherata, stanno dentro la cena di Gesù, il suo valore profetico, il suo sogno di cambiare il mondo? E tu il mondo lo vuoi cambiare? Ti sta davvero bene così?

- *Non mollare la Messa. Datti da fare per renderla più giovane: i cristiani, anche i più anziani, hanno bisogno di te!*
- *Porta sempre a casa dalla Messa una parola, una frase, qualcosa che ti può mettere in discussione. Non essere mai passivo!*
- *Fai la comunione! Stendi la mano verso il pane di Gesù: se farai questo, dirai che hai fame delle grandi cose che hanno scaldato il cuore di Gesù e di tanti nella storia: Dio, la giustizia, la pace, una vita spesa per il bene... La via eterna!*

PREGHIERA DELL'ANIMATORE

Mettiti in silenzio. Recupera i tuoi grazie. Respira alla presenza di Dio. Poi, se vuoi, usa queste parole, adagio:

Signore,
Ecco il mio grazie perché sono qui davanti a te.
Ecco il mio respiro che prende il ritmo del tuo amore.
Ecco il mio tempo, la mia vita, la mia storia,
le persone che amo: tutto è qui, tra me e Te.

Benedico il tuo mistero di amore:
non so capirlo, ma so che tu prendi la mia vita nelle tue mani.

Ti lodo per il grande dono del Vangelo:
Gesù morto e risorto per noi.
Ti esalto per la forza dello Spirito che suscita nella chiesa e nel mondo
tante persone che vivono per il bene e per la speranza.

Ti prego: dona a me, alla mia comunità, ai miei amici lo stesso Spirito.
Insegnami ad amare più che a farmi amare.
Liberami dall'egoismo e dall'indifferenza.
Apri il mio cuore al servizio dei più piccoli e degli ultimi.

Lascia che io possa essere utile per i tuoi figli
che cercano un segno del tuo amore.

Amen.