

---

## Le armi della penitenza: la preghiera

In che senso la preghiera è un'arma della penitenza? Essa sembra essere piuttosto l'espressione trasversale di tutta la vita spirituale, quale comunicazione con Dio e celebrazione della sua presenza nella nostra vita. Forse si intende "più preghiera del solito", ovvero di dedicarsi "di più" alla preghiera in Quaresima? È possibile: senz'altro i temi e le atmosfere di questo tempo liturgico inducono i più sensibili a tornare in sé, a esaminarsi, e a fare la revisione di vita; d'altronde ci siamo già espressi sui rischi di vedere nella Quaresima un tempo "speciale" per la preghiera, rispetto a quanto, nella vita di un cristiano maturo, dovrebbe esserci sempre: l'esame di coscienza, appunto, la meditazione, la conversione continua.

Oppure si intende un tipo di preghiera specifico, tipo i sette Salmi penitenziali, o qualche espressione di attrizione, ecc.?

**La preghiera intesa come opera penitenziale si comprende solo in relazione alle altre due "armi della penitenza", e cioè il digiuno e l'elemosina. Già lo scriveva san Pietro Crisologo: "Ciò per cui la preghiera bussa, lo ottiene il digiuno, lo riceve la misericordia. Queste tre cose, preghiera, digiuno, misericordia, sono una cosa sola e ricevono vita l'una dall'altra. Il digiuno è l'anima della preghiera e la misericordia la vita del digiuno. Nessuno le divida, perché non riescono a stare separate.**

Con il digiuno, che è stata la prima delle opere penitenziali che abbiamo esaminato perché è in fondo quella che ci atterrisce di più, la preghiera ha un legame molto particolare: il digiuno in qualche modo rappresenta l'offerta che accompagna la preghiera, in senso propiziatorio ed espiatorio; ma anche, e forse è la cosa più interessante, nel digiuno abbiamo modo di esplorare il nostro limite, la nostra fragilità, la nostra vulnerabilità. Tutte le nostre dipendenze e puerilità gridano nel digiuno, e quanto di noi abitualmente pensiamo, ritendendoci molto avanti, si dissolve nella rude realtà del bisogno di un debole.

**Ebbene, proprio in questo stato la preghiera ha senso, perché la essa è Parola e Spirito, e ci permette di contattare, per quanto fugacemente, l'Unico che è davvero oltre i limiti della nostra povera carne, e che non è certo il nostro lo ideale, la variante di noi stessi messa sul piedistallo delle nostre patetiche aspettative su noi stessi.**

La preghiera che accompagna il digiuno ci ridimensiona, mostrando che la nostra grandiosità, che è tutta nella nostra testa, e che va in pezzi quando lo stomaco è vuoto e ci afflosciamo, può e deve lasciare spazio all'Unico davvero forte, davvero vivo, davvero autosufficiente. Se il digiuno mette a stecchetto il nostro corpo, la preghiera fa fare la dieta all'ego, ricordandoci che solo in Dio, proprio perché è oltre, ma al contempo vicinissimo a noi, la nostra carne tremebonda può trovare pace, può trasformarsi, e diventare carne di comunione tra Dio e l'uomo, nel "sì" perfetto e irrevocabile del primo e in quello da ridirsi quotidianamente del secondo.

**Se il digiuno resetta il nostro rapporto con le cose e i bisogni, la preghiera resetta quello con Dio, e ci ricolloca nella figliolanza, nello stomaco vuoto del "figliol prodigo" che siccome ha fame torna dal Padre, perché sa che solo da Lui troverà da mangiare.**

Ci assedia l'angoscia di mille criticità potenziali, che vanno dal risalire del picco dell'attuale pestilenza, all'ipotesi di un conflitto mondiale: cerchiamo in tutto questo lo sprone a una preghiera umile, accorata, che ammetta al contempo la nostra incapacità di uscire da soli dal male, e il nostro bisogno di un Salvatore.

