

---

## **Papa Francesco: udienza, "l'ansietà ci fa male, siamo uomini e donne in fuga, sempre"**

"Ogni persona ha bisogno di uno spazio per sé stessa, dove coltivare la propria vita interiore, dove le azioni ritrovano un senso". Ne è convinto il Papa, che nella catechesi dell'udienza di oggi, svoltasi nella biblioteca privata e dedicata alla preghiera di Gesù, ha lanciato un monito preciso: "Senza vita interiore diventiamo superficiali, agitati, ansiosi". "L'ansietà come ci fa male!", ha esclamato a braccio: "Per questo dobbiamo andare alla preghiera. Senza la vita interiore sfuggiamo dalla realtà, e anche da noi stessi. Siamo uomini e donne in fuga, sempre". "La preghiera è un'arte da praticare con insistenza", ha spiegato Francesco: "Gesù stesso ci dice: 'Bussate, bussate, bussate'". "Tutti siamo capaci di preghiere episodiche, che nascono dall'emozione di un momento", ha fatto notare il Papa, "ma Gesù ci educa a un altro tipo di preghiera: quella che conosce una disciplina, un esercizio, e viene assunta entro una regola di vita. Una preghiera perseverante produce una trasformazione progressiva, rende forti nei periodi di tribolazione, dona la grazia di essere sostenuti da Colui che ci ama e ci protegge sempre".

M.Michela Nicolais