
Papa all'udienza: "Nel Padre Nostro c'è tutto". Imparare dagli anziani e da un pellegrino russo

“Insegnaci a pregare, chiedono i discepoli a Gesù. E Gesù ci insegna la preghiera vocale, il Padre Nostro. E lì c'è tutto, in quella preghiera”. Lo ha detto, a braccio, il Papa, nella catechesi dell'udienza di oggi, dedicata alla preghiera vocale e trasmessa in diretta streaming dalla Biblioteca privata del palazzo apostolico. “La prima preghiera umana è sempre una recita vocale”, ha fatto notare Francesco: “Per prime si muovono sempre le labbra. Anche se tutti sappiamo che pregare non significa ripetere parole, tuttavia la preghiera vocale è la più sicura ed è sempre possibile esercitarla. I sentimenti invece, per quanto nobili, sono sempre incerti: vanno e vengono, ci abbandonano e ritornano. Non solo, anche le grazie della preghiera sono imprevedibili: in qualche momento le consolazioni abbondano, ma nei giorni più bui sembrano evaporare del tutto. La preghiera del cuore è misteriosa e in certi momenti latita”. “La preghiera delle labbra, quella che si bisbiglia o che si recita in coro, è invece sempre disponibile, e necessaria come il lavoro manuale”, ha affermato il Papa citando il Catechismo della Chiesa cattolica. **L'esempio scelto è quello degli anziani che, in chiesa, bisbigliano le preghiere imparate da bambini:** “Quella preghiera non disturba il silenzio, ma testimonia la fedeltà al dovere dell'orazione, praticata per tutta una vita, senza venire mai meno. Questi oranti dalla preghiera umile sono spesso i grandi intercessori delle parrocchie: sono le querce che di anno in anno allargano le fronde, per offrire ombra al maggior numero di persone. Solo Dio sa quando e quanto il loro cuore fosse unito a quelle preghiere recitate: sicuramente anche queste persone hanno dovuto affrontare notti e momenti di vuoto. Però alla preghiera vocale si può restare sempre fedeli”. “È come un'ancora”, ha aggiunto a braccio: “aggrapparsi alla corda per restare lì, fedeli”.

“Abbiamo tutti da imparare dalla costanza di quel pellegrino russo,

di cui parla una celebre opera di spiritualità, il quale ha appreso l'arte della preghiera ripetendo per infinite volte la stessa invocazione: ‘Gesù, Cristo, Figlio di Dio, Signore, abbi pietà di noi, peccatori!’”. Alla fine dell'udienza, il Papa ha citato il libro **“Racconti di un pellegrino russo”**, un celebre testo ascetico scritto fra il 1853 e il 1861 da un certo Nemytov, un contadino oppure un mercante russo, raccomandandone la lettura per capire cos'è la preghiera vocale. “Se arriveranno grazie nella sua vita, se l'orazione si farà un giorno caldissima tanto da percepire la presenza del Regno qui in mezzo a noi, se il suo sguardo si trasformerà fino ad essere come quello di un bambino, è perché ha insistito nella recita di una semplice giaculatoria cristiana”, ha detto Francesco: “Alla fine, essa diventa parte del suo respiro”.

“Per favore, non cadere nella superbia di disprezzare la preghiera vocale”,

l'appello a braccio: “È la preghiera dei semplici, quella che ci ha insegnato Gesù: ‘Padre nostro che sei nei cieli...’. Le parole che pronunciamo ci prendono per mano; in qualche momento restituiscono il gusto, destano anche il più assonnato dei cuori; risvegliano sentimenti di cui avevamo smarrito la memoria. E ci portano per mano verso l'esperienza di Dio. E soprattutto sono le sole, in maniera sicura, che indirizzano a Dio le domande che Lui vuole ascoltare. Gesù non ci ha lasciato nella nebbia. Ci ha detto: ‘Voi, quando pregate, dite così!’. E ci ha insegnato la preghiera del Padre Nostro”. “Le parole sono nostre creature, ma sono anche nostre madri, e in qualche misura ci plasmano”, la tesi enunciata all'inizio della catechesi: “Le parole nascono dai sentimenti, ma esiste anche il cammino inverso: quello per cui le parole modellano i sentimenti. La Bibbia educa l'uomo a far sì che tutto venga alla luce della parola, che nulla di umano venga escluso, censurato. Soprattutto il dolore è pericoloso se rimane coperto, chiuso dentro di noi”.

”Un dolore chiuso dentro di noi ,che non può esprimersi, sfogarsi, può avvelenare l’anima: è mortale”,

ha messo in guardia Francesco fuori testo: “Nessuno di noi nasce santo, e quando questi sentimenti cattivi bussano alla porta del nostro cuore bisogna essere capaci di disinnescarli con la preghiera e con le parole di Dio”, il monito: “Gli scrittori sacri non vogliono illuderci sull’uomo: sanno che nel suo cuore albergano anche sentimenti poco edificanti, addirittura l’odio. Se davanti alla violenza non esistessero le parole, per rendere inoffensivi i cattivi sentimenti, per incanalarli così che non nuocciano, il mondo ne sarebbe tutto quanto sommerso”.

M.Michela Nicolais