

Parrocchia S. Pietro ad Mensulas
IV° incontro sulla preghiera



GLI OSTACOLI NELLA PREGHIERA

27 gennaio 2012

Luca 10, 40-50

40 Ma Marta, tutta presa dalle faccende domestiche, venne e disse: «Signore, non ti importa che mia sorella mi abbia lasciata sola a servire? Dille dunque che mi aiuti». **41** Ma il Signore le rispose: «Marta, Marta, tu ti affanni e sei agitata per molte cose, ma una cosa sola è necessaria. **42** Maria ha scelto la parte buona che non le sarà tolta».

Che gli ostacoli nella preghiera sono un argomento serio e più importante anche della stessa definizione e descrizione della preghiera. Perché?

Perché tra di essi si celano delle vere e proprie tentazioni che talvolta provengono direttamente dal nostro nemico per eccellenza, il diavolo.

E, dal momento che il demonio non sopporta né il nostro progresso spirituale né essere mascherato, fa di tutto per impedirci di riconoscerlo presente e operante nelle nostre dinamiche spirituali e non solo.

Matteo 4, 1-11

1 Allora Gesù fu condotto dallo Spirito nel deserto, per essere tentato dal diavolo. **2** E, dopo aver digiunato quaranta giorni e quaranta notti, alla fine ebbe fame. **3** E il tentatore, avvicinatosi, gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, ordina che queste pietre diventino pani». **4** Ma egli rispose: «Sta scritto: *"Non di pane soltanto vivrà l'uomo, ma di ogni parola che proviene dalla bocca di Dio"*».

5 Allora il diavolo lo portò con sé nella città santa, lo pose sul pinnacolo del tempio, **6** e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, gettati giù; poiché sta scritto: *"Egli darà ordini ai suoi angeli a tuo riguardo, ed essi ti porteranno sulle loro mani, perché tu non urti con il piede contro una pietra"*».

7 Gesù gli rispose: «È altresì scritto: *"Non tentare il Signore Dio tuo"*».

8 Di nuovo il diavolo lo portò con sé sopra un monte altissimo e gli mostrò tutti i regni del mondo e la loro gloria, dicendogli: **9** «Tutte queste cose ti darò, se tu ti prostri e mi adori». **10** Allora Gesù gli disse: «Vattene, Satana, poiché sta scritto: *"Adora il Signore Dio tuo e a lui solo rendi il culto"*».

11 Allora il diavolo lo lasciò, ed ecco degli angeli si avvicinarono a lui e lo servivano.

Vi è poi una difficoltà di classificazione rispetto agli ostacoli e alle varie tentazioni, perché, la preghiera, dialogo divino, impegna tutta la persona umana. In qualsiasi vera conversazione tutte le nostre facoltà ed energie interiori partecipano al nostro atto: l'intelletto, la memoria, la fantasia, la volontà e il sentimento. Lo stesso corpo vi partecipa attivamente.

La preghiera cristiana non è dunque solo un fatto teologico e un mistero, ma, come espressione e gesto umano, è anche un fatto psicologico, con esigenze concrete che la condizionano e, al contempo, la rendono varia (e a volte complessa) nei suoi modi e nelle sue manifestazioni.

Il dialogo dell'anima con Dio è perciò facilitato (o reso difficile) da particolari condizioni esterne di tempo e di luogo, come anche da un comportamento esterno e interno in armonia (o in disarmonia) con l'azione sacra che stiamo per compiere.

Noi siamo stati creati come un unicum di anima e corpo per cui ogni nostra dimensione interagisce necessariamente con le altre e, mentre le condiziona, né è al contempo condizionata a sua volta. Ciò sia in positivo che in negativo.

Vi sono dunque, in noi, sia fattori esterni che interni i quali giocano un ruolo ben preciso nelle dinamiche spirituali e, in questo caso, nella vita di preghiera. Detti fattori, mentre da una parte possono favorire la preghiera, dall'altra possono fungere da ostacoli e da vere vie d'accesso alle suggestioni del maligno.

Vorrei soffermarmi a considerarne due di cui parlano i testi spirituali e Mistici del calibro di S. Teresa d'Avila e S. Giovanni della Croce: le distrazioni e l'aridità.

Quante volte ci sarà capitato di metterci in preghiera e di venire invasi da una serie di pensieri che vagano da un universo all'altro della nostra mente! Oppure quante volte ci saremo sentiti davvero come un pezzo di terra secca, spaccata, arida più di un coccio!

Questo soprattutto quando abbiamo intrapreso la preghiera mentale o meditazione!

Dobbiamo chiarire innanzitutto che ci possono essere due tipi di distrazioni: **volontarie**, frutto della nostra libera adesione a pensieri estranei a Dio e dovute alla poca preparazione nella preghiera, al mancato rispetto del raccoglimento, al mancato silenzio, etc...; **involontarie**, quelle che cioè, ci tormentano nonostante i nostri sforzi per liberarcene.

Le distrazioni, costituiscono l'ostacolo principale che incontriamo nella vita di preghiera e il più mortificante, perché rivelatore della nostra miseria, più ancora che le aridità: a volte esse si abbattono sulla nostra anima al punto da gettarla nello scoraggiamento fino a farle abbandonare la preghiera stessa.

La prima causa delle distrazioni va cercata nel fatto che noi siamo facilmente impressionabili nei nostri sensi: una persona facilmente suggestionabile o di ricca fantasia, sarà molto più soggetta alle distrazioni di un'altra che non lo è molto.

I colpi possono essere più forti in occasione di eventi particolari o di fronte a situazioni e preoccupazioni che investono ed assorbono ogni nostra energia.

Col progredire dell'anima nella vita di perfezione, le distrazioni si fanno sempre più rare e la preghiera comincia a diventare sempre più un atteggiamento spontaneo e naturale dell'anima che non deve più tormentarsi per raccogliere le parti sparse del suo essere.

Non pensiamo però, di potercene liberare definitivamente: anche i Santi hanno subito distrazioni a non finire che, per lo più, vengono dal maligno che insidia l'uomo per tutta la sua vita.

San Giovanni della Croce dice che una volta che l'anima raggiunge uno stato di comunione profonda con Dio, non potendo più penetrare al suo interno, il demonio cerca di assalirla almeno al di fuori con varie distrazioni, dolori, affanni, spaventi nella parte sensitiva per vedere se con tale mezzo gli riesce di inquietarla.

L'anima quindi deve combattere sempre, non solo per avanzare, ma anche per mantenersi nello stato in cui si trova.

Quale atteggiamento dobbiamo avere di fronte ad esse? Anzitutto **non bisogna disanimarci** né turbarci. Trattandosi di una specie di infermità dell'anima, di difficoltà che subiamo contro la nostra volontà, non solo non tolgono valore alla preghiera, ma addirittura ne sono causa di maggior merito.

Se non possiamo eliminarle, **sopportiamole** con pazienza e soprattutto con perseveranza. Diventeranno così uno strumento di purificazione.

L'umiltà rimane il primo e ultimo atteggiamento dell'anima in ogni situazione della vita spirituale. Con questa trionferà di sicuro contro ogni ostacolo che le impedisce il suo cammino verso Dio.

Non da ultimo, l'aiuto del **padre spirituale** al quale bisogna confidare con sincerità ed estrema fiducia tutta la realtà della propria anima.

Un'altra difficoltà che sopraggiunge nella vita di orazione è costituita dalle aridità.

L'anima, all'inizio della vita spirituale, gusta generalmente gioie molto intense e numerose, soprattutto se si tratta di conversioni da una vita immersa nel peccato.

La preghiera, le cerimonie liturgiche, gli esercizi di pietà, le stesse penitenze, hanno per i convertiti una specie d'incanto speciale e sono fonte di dolcezze che ne rendono la pratica facile e attraente.

Queste dolcezze hanno, nella vita spirituale, una funzione molto importante e sono anche provvidenziali a livello psicologico: incoraggiano, infatti, l'anima nel cammino, sostengono la sua debolezza e incostanza, la spingono a continuare.

Quando però l'anima progredisce si corre il rischio che sembri che queste dolcezze spariscono, lasciando nell'aridità l'anima che deve continuare il suo cammino non più sospinta dalle consolazioni, ma con la sola forza di volontà, respingendo ogni noia e pigrizia.

Spesso, però, lo stato di aridità viene causato in noi dalla tiepidezza, un germe terribile e rovinoso, il quale trae origine dalle passioni immortificate, dall'amor proprio divenuto signore dell'anima, dalle vane curiosità che, riempiendoci ed immergendoci nuovamente nel mondo del peccato, ci impediscono di slanciarci in Dio, costringendoci ad una vita grama, senza luce e senza amore.

Un atteggiamento abituale di infedeltà non può che condurre l'anima alla tiepidezza, alla mediocrità e quindi alla colpevole aridità.

Non sempre, però, l'aridità è colpevole ed indice di regresso spirituale.

Vi sono tante anime, le quali, ad un certo momento, vengono private di ogni conforto e tuttavia rimangono fortemente decise a darsi tutte al Signore. In questo modo viene rafforzata la volontà dell'anima che ne esce come da una prova, completamente rinvigorita e fortificata.

Come uscire dalla aridità?

Innanzitutto riaffermando una fedeltà assoluta alle pratiche di pietà, malgrado l'apatia di cui si viene investiti e poi attraverso una lotta energica contro ogni forma di turbamento e di scoraggiamento.

Infine bisogna abbandonarsi completamente e con fiducia nelle mani di Dio e alla sua volontà sapendo che, se permette queste prove, ci dona anche le grazie per sopportarle e superarle.