

Il dinamismo spirituale della preghiera

- Percorrendo l'itinerario degli esercizi tieni sempre presente che lo Spirito Santo soffia quando vuole, cioè quando Lui lo ritiene opportuno per la nostra salvezza. Questo significa che in ogni momento della giornata Dio può farsi sentire e può agire. Tuttavia, come abbiamo già detto, c'è un tempo "privilegiato" per la sua comunicazione ed è il tempo di preghiera personale che tu ora vivi ogni giorno.
- Continua la tua ordinaria comunione con Dio, prega come fai normalmente, al mattino e alla sera, forse con le Lodi e i Vespri, con la Santa Messa feriale, il rosario, il gruppo di preghiera, ecc. Tieni però presente che adesso il tempo di preghiera personale diventa il più importante della tua giornata, non l'esclusivo certo, ma il tuo appuntamento quotidiano con Dio. Essendo Dio un Padre buono e un Pastore buono, ti aspetta; tu puoi ritardare o anticipare il tuo incontro con Lui, ma uno spazio nella giornata per Lui glielo devi proprio riservare, uno spazio che sia solo per Lui e per te, uno spazio che permetta il vostro camminare insieme, in modo sincero e serio.
- Quando si prega veramente si vive un momento di comunione profonda con Dio, un momento in cui Lui comunica con noi e in cui noi comunichiamo con Lui. Come in tutti i momenti di comunicazione autentica, anche nella preghiera c'è una dinamica e un'evoluzione interna. Dal punto di vista pedagogico e in base all'esperienza vissuta, si può ritenere che qualsiasi forma di preghiera ha sempre tre momenti che possiamo per ora indicare così: il momento dell'ingresso, in cui si stabilisce la comunicazione con Dio; il momento centrale, in cui si realizza la comunicazione con Dio; il momento dell'uscita, in cui si conclude, ma senza interromperla, la comunicazione con Dio. Oltre ai tre momenti interni, indicati chiaramente da sant'Ignazio nelle Note e nelle Addizioni degli *Esercizi spirituali*, come poi si vedrà, la preghiera deve essere seguita da un momento di riflessione, più o meno lungo, per poterne cogliere i frutti e valutare l'andamento.
- Vedremo ora, a poco a poco, di migliorare la tua attuale relazione con Dio, partendo proprio dalla comunicazione della tua preghiera. Sappiamo che Dio vuole

comunicare e anche che è un ottimo comunicatore. Infatti, nella Sacra Scrittura si trova una vera e propria "teologia della Parola": la creazione avviene attraverso la parola (Gen 1), Dio chiama Abramo con la parola (Gen 12), libera il popolo d'Israele e stabilisce un patto con parole (Es 20), i profeti comunicano la parola di Dio (Is 6), Gesù è la Parola incarnata di Dio (Gv 1). Di fronte alla comunicazione di Dio a noi spetta di predisporci per riceverla e risponderci, imparando a gestire noi stessi, le nostre capacità e le nostre facoltà, imparando ad accogliere l'autocomunicazione di Dio in tutta la sua pienezza, nella sua valenza significativa e in quella salvifica.

Annotazioni per avere qualche idea degli esercizi che seguono e per aiutare sia chi deve darli sia chi deve riceverli.

[ES 1.1]

- Fin dall'inizio degli esercizi la prospettiva di sant'Ignazio è pedagogica e spirituale: egli intende con le sue osservazioni aiutare le persone coinvolte negli esercizi. Tu nota, però, come il Santo non parli di "predicatore", ma di "colui che dà gli esercizi"; infatti, non si tratta qui di predicare, ma solo di offrire delle indicazioni e di condividere ciò in cui si crede. Inoltre, nota che il verbo usato da sant'Ignazio è lo stesso usato dagli evangelisti per descrivere il gesto di Gesù durante l'ultima cena: "diede" loro. La relazione tra colui che dà gli esercizi e colui che li riceve ricorda così la prospettiva eucaristica, si dà dal cuore, ricordando le parole di Gesù "Questo è il mio corpo ... Questo è il calice del mio sangue ...". Chi conduce gli esercizi offre a colui che prega i contenuti della rivelazione cristiana, gli insegnamenti di sant'Ignazio, ma anche la sua personale esperienza di preghiera e di Gesù Cristo. Il "dare" gli esercizi coinvolge la persona stessa della guida, di colui che li dà, così come il "fare" gli esercizi coinvolge tutta la persona che prega. Esistono certo delle differenze di coinvolgimento, che in seguito ti illustrerò, ma sta di fatto che entrambi devono seguire le indicazioni che lo Spirito Santo pone nei loro cuori.