

CHIAMATA ALLA SANTITÀ

preghiera incessante

santa Giovanna de Chantal

- ✓ La preghiera, secondo la nostra fondatrice santa Giovanna de Chantal, è il canale che unisce il nostro cuore con quello di Dio.
- ✓ La preghiera attira le acque del cielo che discendono e salgono da Dio a noi e da noi a Dio.
- ✓ È il primo atto della nostra fede; di conseguenza bisogna dire della preghiera quello che l'Apostolo dice della fede, che senza di essa è impossibile piacere a Dio.
- ✓ Essa è la voce con la quale noi domandiamo a Dio e a Gesù Cristo, unico nostro liberatore, che ci salvi, perché viviamo in noi così grandi esperienze di infermità che, se egli non ci sostenesse ad ogni istante con nuove grazie, noi periremmo.
- ✓ Si può dire, in un certo senso, che tutto ciò che facciamo, perfino il mangiare e il dormire, è una preghiera, se fatto semplicemente nell'ordine, senza aggiungervi né diminuirvi niente coi nostri capricci e vane elezioni; vale a dire, noi obbediamo semplicemente alla Volontà di Dio.
- ✓ Una delle più eccellenti preghiere è il desiderio amoroso del nostro cuore verso Dio e la sofferenza delle cose che ci dispiacciono. Essa s'incontra allora con la pazienza che è la prima delle virtù, e l'anima che si solleva così umilmente in mezzo alle sue distrazioni deve credere di aver pregato, come se non avesse per nulla sofferto.
- ✓ Quando preghiamo Dio dobbiamo essere come un vaso aperto ed esposto davanti a Lui, affinché Egli versi la sua grazia poco a poco, secondo la sua volontà, e rimanere anche quasi contente di riportarci via questo vaso vuoto, come se fosse stato riempito del tutto. Alla fine avverrà che questo Dio ci verserà quest'acqua divina se noi ci presentiamo spesso con questa fede viva e con un intero disinteresse di tutto quello che si può desiderare da Lui, perché spesso si crede di tornare vuoti, quando si è pieni dello Spirito di Dio, benché lo si ignori.

san Francesco di Sales

Ora, ti auguro tanta buona volontà per seguire di cuore il mio consiglio:

durante il giorno mantieniti alla presenza di Dio; dà uno sguardo all'azione di Dio e alla tua. Scoprirai che Dio ha sempre gli occhi rivolti verso di te e ti guarda con infinito amore. Tu dirai allora: O Dio, perché anch'io non ti guardo senza stancarmi, come tu guardi me? Perché tu pensi tanto a me e io così poco a te? Dove ci troviamo, anima mia? Allo stesso modo che gli uccelli hanno i nidi sugli alberi per potercisi rifugiare quando ne sentono il bisogno, e i cervi hanno i loro cespugli e i loro rifugi, dove si raccolgono e si mettono al riparo, godendosi il fresco e l'ombra in estate, così, il nostro cuore, ogni giorno, deve cercare e trovare un posto per potersi, all'occorrenza, raccogliere: o sul Calvario, o nelle piaghe di nostro Signore, o in qualche luogo

vicino. Qui potrà sostare e ritemperarsi, pur tra le occupazioni esteriori, e difendersi, se necessario, come in una fortezza, dalle tentazioni.

giaculatorie
e buoni pensieri

Ricordarti sempre di raccoglierti spesso nella solitudine del tuo cuore, mentre materialmente ti trovi coinvolta nelle conversazioni e negli affari; quella solitudine mentale non deve in alcun modo essere impedita da quelli che ti stanno intorno; infatti non si trovano intorno al tuo cuore, ma al tuo corpo; il tuo cuore può rimanere in solitudine in compagnia di Dio.

Aspira dunque spesso a Dio, con slanci di cuore brevi, ma ardenti: canta la sua bellezza, invoca il suo aiuto, gettati in spirito ai piedi della croce, adora la sua bontà, interrogalo spesso sulla tua salvezza, donagli mille volte al giorno la tua anima, fissa i tuoi occhi interiori sulla sua dolcezza, tendigli la mano come fa il bambino con il suo papà, perché ti guidi.

Questo è il modo di innalzare le orazioni giaculatorie...Se il nostro spirito si mette a frequentare con intimità e familiarità il suo Dio, rimarrà profumato delle sue perfezioni; questo esercizio non disturba l'andamento della giornata, perché può trovare posto tra gli affari e le occupazioni. Il pellegrino che prende un sorso di vino per sollevare il cuore, benché per fare questo sostenga un po', non si può dire che interrompa il viaggio, anzi recupera le forze per poi portarlo a termine con più celerità e maggiore facilità.

Nell'esercizio del raccoglimento spirituale e delle preghiere giaculatorie si trova la profonda radice della devozione: può supplire alla mancanza di tutte le altre forme di orazione, ma se manca questo non c'è modo di rimediare.

Senza questo esercizio non è possibile la vita contemplativa, anzi, sarà mal condotta anche quella attiva; senza questo il riposo è ozio, il lavoro preoccupazione, perciò ti supplico di abbracciarlo con tutto il cuore, senza staccartene mai!

"Vi prego di tenere sempre il vostro cuore in alto, facendogli amare la bella eternità che vi attende...Vivete in mezzo alla molteplicità delle occupazioni aspirando sempre a quella pace durevole verso la quale camminate e per la quale ardete e soffrite"