

La grande avventura della preghiera

«Quando preghi, entra nella tua stanza e chiudi la porta, dice il Vangelo. E in effetti si prega meglio a casa che in chiesa, dove le chiacchiere regnano incontrastate. Se non è in corso una celebrazione o una qualsiasi funzione, la gente si sente autorizzata a conversare, lungamente e non necessariamente sottovoce. Proprio come al cinema: se il film non è ancora iniziato o c'è l'intervallo, perché tacere? Possiamo tranquillamente parlare sino allo spettacolo successivo. Se vuoi pregare in chiesa ricordati di portarti i tappi per le orecchie o le cuffiette per coprire il cicaleccio con una meditazione presa da internet o un po' di musica sacra. Rosmini scrisse un libro sulle cinque piaghe della santa Chiesa; per me, una è senz'altro quella delle chiacchiere in chiesa».

Un lettore

Uno dei nemici più grandi della preghiera è la distrazione. E non solo della preghiera, ma della nostra intera esistenza: pensiamo alle nostre relazioni e a quante volte succede che anche alle persone care non diamo la giusta attenzione, perché distratti da qualcos'altro; oppure a quanto spesso lo studio o il lavoro vengano disturbati dalle continue notifiche dei social sullo smartphone, che a giusto titolo si potrebbe definire strumento di distrazione di massa; o ancora sulle strade, quanti incidenti si potrebbero evitare se fossimo più concentrati sulla guida. Abbiamo bisogno di recuperare maggiore attenzione alla vita che viviamo, altrimenti finisce che siamo sempre altrove e non presenti nel presente.

La faccenda si fa ancora più delicata se cerchiamo del tempo per fermarci e guardare alla nostra interiorità o entrare nella preghiera. Per poter fare questo, i padri del deserto si isolavano dal mondo, nel senso che fisicamente andavano in luoghi distanti dai centri abitati e dai rumori delle occupazioni quotidiane. Tuttavia, la *fuga mundi* di cui spesso si parla in relazione ai monaci del deserto non è tanto

un desiderio di non occuparsi delle cose del mondo (nel quale viviamo e di cui il Signore ci invita a prenderci cura), ma è la volontà di fuggire dalle distrazioni del mondo, cioè da quei legami che di frequente rischiano di impedirci di vivere relazioni attente e autentiche.

Per il raccoglimento personale, sicuramente il silenzio attorno a noi è una condizione essenziale, e non è facile da trovare, anche in luoghi dove ce lo si aspetterebbe, come nelle chiese. Una delle forme di disturbo, come ha messo in evidenza il nostro lettore, sono le chiacchiere, soprattutto prima e dopo le celebrazioni (a volte, anche durante...). Ci sono diversi pareri su questo punto: alcuni sostengono che il tempo che precede la celebrazione sia un'occasione di socialità, vissuta tra persone che condividono la stessa fede e che trovano in quel momento una possibilità di incontro. Questo è vero, e credo sia giusto salutare, chiedere «come stai?», augurare una buona giornata... ma si può fare con semplicità, senza che diventi un lungo colloquio, il quale facilmente scade nel gossip. Teniamo conto che la parola preme dentro di noi, percepiamo l'urgenza di dire qualcosa, di riempire lo spazio: quando ce ne viene offerto un po', spesso sentiamo il bisogno di parlare, perché il silenzio imbarazza. Forse, però, il tempo del dialogo con gli altri può essere preso in un'altra occasione... qualcuno protesterà: «Altri momenti non ci sono, perché siamo sempre di corsa e quando c'è la possibilità di fermarsi bisogna sfruttarla a pieno!». Da un lato è vero, ma forse stiamo scegliendo noi di vivere così e finisce che ci accontentiamo di colloqui superficiali, perché non si può pensare di avere uno scambio profondo nel breve tempo prima della Messa, alla quale magari siamo arrivati di corsa. Il problema è che tutto questo si riflette anche sulla nostra relazione con Dio, sulla nostra preghiera: rischiamo di viverla di fretta e riempiendola con le nostre parole. Così è difficile entrare in relazione con il Signore, o perlomeno la preghiera inciderà poco sulla nostra vita. Se vogliamo stare veramente

con una persona, se vogliamo conoscerla davvero, c'è bisogno di tempo e di dedizione e di uno spazio in cui si possa condividere una certa intimità. Tanto più questo vale con il Signore. E siccome la sua voce parla nel «sussurro di una brezza leggera» (come troviamo nel bellissimo incontro che Elia ha con Dio sull'Oreb, cfr. 1Re 19,11-13), è necessario mettere a tacere anzitutto le voci e i rumori esteriori. Per questo è importante trovare il luogo adatto per pregare; in tal senso, il *Catechismo della Chiesa cattolica* indica che «la chiesa, casa di Dio, è il luogo proprio della preghiera liturgica per la comunità parrocchiale. È anche il luogo privilegiato dell'adorazione della presenza reale di Cristo nel Santissimo Sacramento». Mentre, «per la preghiera personale, questo luogo può essere un "angolo di preghiera", con la Sacra Scrittura e con delle icone, per essere là, "nel segreto" davanti al nostro Padre». Infine, altri luoghi indicati per la preghiera sono i monasteri, i santuari e l'esperienza del pellegrinaggio (cfr. CCC 2691). Quindi, le chiese vengono intese soprattutto come luogo di preghiera comunitaria, mentre la preghiera personale richiede una maggiore custodia dello spazio e del tempo, vivibile in posti più appartati. Ma anche quando il silenzio e la quiete si riescono a trovare, ci sono altre voci che si intrufolano nella nostra preghiera: pensieri, soprattutto, che ci ostacolano nello stare con il Signore. Molto spesso, poi, siamo abituati a dire tante parole noi e poco ad ascoltare... Da dove partire, allora? Dall'umiltà di non voler riempire troppo di noi anche la relazione con il Signore, scegliendo invece di far spazio a Lui e alla sua voce. Come? Il silenzio è un primo passo, ma, come sappiamo, non basta, perché ogni spazio vuoto è uno spazio pieno di tensione: ce lo insegna anche la natura, il vuoto vuol essere colmato. E allora ripartiamo da una parola che non sia la nostra, ma da quella di Dio: dal Vangelo, che ci aiuta a conoscere, attraverso Gesù, il Padre e il suo disegno di amore per noi. Questo è solo l'inizio della grande avventura della preghiera.

Nei mesi di **luglio** e **agosto** torna l'iniziativa annuale della Comunità dei Servi di Maria di Isola Vicentina (Vicenza). Il tema di quest'anno è «Osare la pace. Con il cuore disarmato sullo stile di san Francesco». Momenti spirituali, concerti, dialoghi, teatro, esperienze, camminate meditative, visite guidate, mostre ed eventi per bambini. Tra i partecipanti, padre Ermes Ronchi, don Maurizio Patriciello, don Gigi Verdi. www.smariadelcengio.it

Le borgate romane, da Centocelle e Alessandrino a Primavalle e Montespaccato, fino al Trullo, Magliana, Tor Marancia e Torpignattara, stanno ospitando, **fino al 13 settembre**, il Roma Borgata Festival, un festival diffuso tra mercati rionali, scuolabus anni Settanta, bar di quartiere, parchi urbani e cortili Ater, che trasforma le periferie in un sistema vivo di palcoscenici diffusi. Tra gli eventi, teatro, danza, musica, circo contemporaneo, residenze e laboratori. www.romaborgatafestival.it



EMIDIO VALLORANI

Dal **15 al 19 luglio**, Certaldo (FI), il borgo medievale che ha dato i natali a Boccaccio, si trasforma in palcoscenico diffuso, per accogliere la 38ª edizione di Mercantia, l'amatissima rassegna internazionale del teatro di strada. www.mercantiacertaldo.it

La 29ª edizione del Gran Paradiso Film Festival è incentrata su un attualissimo tema: «Dominio e coesistenza». Dal **27 luglio** al **9 agosto**, tra Cogne, le valli del Gran Paradiso e la dimensione online, il Festival tornerà a proporre il cinema di natura come forma di racconto, conoscenza e interpretazione del presente. www.gpff.it

«Mediterraneo, culla del mito, crocevia di culture, mare che accoglie»: questo il tema del 52º Festival della Valle d'Itria, uno tra i più importanti festival musicali d'Italia, che si terrà a Martina Franca (TA) e in alcuni luoghi del territorio pugliese dal **14 luglio** al **2 agosto**. www.festivaldellavalleditria.it



Torna dal **7 luglio** al **3 agosto** la rassegna InCastro Festival, giunta all'8ª edizione, con un programma dedicato alla danza e all'arte contemporanea che attraversa alcuni dei luoghi più suggestivi della costa tirrenica siciliana. Cuore progettuale del triennio «Opere Gentili», il festival dedica il 2026 al tema «Resistere», inteso come pratica poetica e politica di presenza, come atto gentile e radicale. Un invito rivolto a vivere la Sicilia come spazio di incontro, ricerca e visione. <https://incastrofestival.com/>