OREUNDICI
crescita umana e spirituale nel quotidiano

PAPA
FRANCESCO

PREGARE il PADRE NOSTRO

GLI SCOIATTOLI N.03 GIUGNO 2019 I.R.

PREGARE IL PADRE NOSTRO

PAPA FRANCESCO

Indice

PRESENTAZIONE *7*

INSEGNACI A PREGARE 8

UNA PREGHIERA CHE CHIEDE CON FIDUCIA 13

AL CENTRO DEL DISCORSO DELLA MONTAGNA 17

BUSSATE E VI SARÀ APERTO 22

"ABBÀ, PADRE!" 27

PADRE DI TUTTI NOI 32

PADRE CHE SEI NEI CIELI 37

ASSOCIAZIONE ORE UNDICI 42

Presentazione

Gesù pregava come prega ogni uomo del mondo. Eppure, nel suo modo di pregare, vi era racchiuso un mistero, qualcosa che sicuramente non era sfuggito ai suoi discepoli, se nei vangeli troviamo quella supplica così semplice e immediata: «Signore, insegnaci a pregare» (Lc 11,1).

Gesù mette sulle labbra dei suoi discepoli una preghiera breve, audace, fatta di sette domande – un numero che nella Bibbia non è casuale, indica pienezza.

Queste parole introducono le meditazioni di papa Francesco sul Padre nostro, da lui tenute nelle udienze generali del mercoledì. Sono un materiale prezioso da approfondire nei nostri momenti di riflessione. Abbiamo pensato di riunirle insieme e di pubblicarle in due Scoiattoli, questo e il prossimo.

don Mario

Insegnaci a pregare

I Vangeli ci hanno consegnato dei ritratti molto vivi di Gesù come uomo di preghiera: Gesù pregava. Nonostante l'urgenza della sua missione e l'impellenza di tanta gente che lo reclama, Gesù sente il bisogno di appartarsi nella solitudine e di pregare. Il vangelo di Marco ci racconta questo dettaglio fin dalla prima pagina del ministero pubblico di Gesù (cfr 1,35). La giornata inaugurale di Gesù a Cafarnao si era conclusa in maniera trionfale. Calato il sole, moltitudini di ammalati giungono alla porta dove Gesù dimora: il Messia predica e guarisce. Si realizzano le antiche profezie e le attese di tanta gente che soffre: Gesù è il Dio vicino, il Dio che ci libera. Ma quella folla è ancora piccola se paragonata a tante altre folle che si raccoglieranno attorno al profeta di Nazareth; in certi momenti si tratta di assemblee oceaniche, e Gesù è al centro di tutto, l'atteso dalle genti, l'esito della speranza di Israele.

Eppure Lui si svincola; non finisce ostaggio delle attese di chi ormai lo ha eletto come leader. Che è un pericolo dei *leader*: attaccarsi troppo alla gente, non

prendere le distanze. Gesù se ne accorge e non finisce ostaggio della gente. Fin dalla prima notte di Cafarnao, dimostra di essere un Messia originale. Nell'ultima parte della notte, quando ormai l'alba si annuncia, i discepoli lo cercano ancora, ma non riescono a trovarlo. Dov'è? Pietro finalmente lo rintraccia in un luogo isolato, completamente assorto in preghiera. E gli dice: «Tutti ti cercano!» (Mc 1,37). L'esclamazione sembra essere la clausola apposta a un successo plebiscitario, la prova della buona riuscita di una missione.

Ma Gesù dice ai suoi che deve andare altrove; che non è la gente a cercare Lui, ma è anzitutto Lui a cercare gli altri. Per cui non deve mettere radici, ma rimanere continuamente pellegrino sulle strade di Galilea (vv. 38-39). E anche pellegrino verso il Padre, cioè: pregando. In cammino di preghiera. Gesù prega.

In qualche pagina della Scrittura sembra essere anzitutto la preghiera di Gesù, la sua intimità con il Padre, a governare tutto. Lo sarà per esempio soprattutto nella notte del Getsemani. L'ultimo tratto del cammino di Gesù (in assoluto il più difficile tra quelli che fino ad allora ha compiuto) sembra trovare il suo senso nel continuo ascolto che Gesù rende al Padre. Una preghiera

sicuramente non facile, anzi, una vera e propria "agonia" – nel senso dell'agonismo degli atleti –, eppure una preghiera capace di sostenere il cammino della croce. Ecco il punto essenziale: lì, Gesù pregava.
Gesù pregava con intensità nei momenti pubblici, condividendo la liturgia del suo popolo, ma cercava anche luoghi raccolti, separati dal turbinio del mondo, luoghi che permettessero di scendere nel segreto della sua anima: è il profeta che conosce le pietre del deserto e sale in alto sui monti. Le ultime parole di Gesù, prima di spirare sulla croce, sono parole dei salmi, cioè della preghiera dei giudei: pregava con le preghiere che la mamma gli aveva insegnato.
Gesù pregava come prega ogni uomo del mondo. Eppure, nel suo modo di pregare, vi era racchiuso un mistero, qualcosa che sicuramente non è sfuggito agli occhi dei suoi discepoli, se nei vangeli troviamo quella supplica così semplice e immediata: «Signore, insegnaci a pregare» (Lc 11,1). Loro vedevano Gesù pregare e avevano voglia di imparare a pregare: «Signore, insegnaci a pregare». E Gesù non si rifiuta, non è geloso della sua intimità con il Padre, ma è venuto proprio per introdurci in questa relazione con il Padre. E così diventa maestro di preghiera dei suoi

discepoli, come sicuramente vuole esserlo per tutti noi. Anche noi dovremmo dire: "Signore, insegnami a pregare. Insegnami".
Anche se forse preghiamo da tanti anni, dobbiamo sempre imparare! L'orazione dell'uomo, questo anelito che nasce in maniera così naturale dalla sua anima, è forse uno dei misteri più fitti dell'universo. E non sappiamo nemmeno se le preghiere che indirizziamo a Dio siano effettivamente quelle che Lui vuole sentirsi rivolgere. La Bibbia ci dà anche testimonianza di preghiere inopportune, che alla fine vengono respinte da Dio: basta ricordare la parabola del fariseo e del pubblicano. Solamente quest'ultimo, il pubblicano, torna a casa dal tempio giustificato, perché il fariseo era orgoglioso e gli piaceva che la gente lo vedesse pregare e faceva finta di pregare: il cuore era freddo. E dice Gesù: questo non è giustificato «perché chiunque si esalta sarà umiliato, chi invece si umilia sarà esaltato» (Lc 18,14). Il primo passo per pregare è essere umile, andare dal Padre e dire: "Guardami, sono peccatore, sono debole, sono cattivo", ognuno sa cosa dire. Ma sempre si incomincia con l'umiltà, e il Signore ascolta. La preghiera umile è ascoltata dal Signore.

Perciò, la cosa più bella e più giusta che tutti quanti dobbiamo fare è di ripetere l'invocazione dei discepoli: "Maestro, insegnaci a pregare!". […] Tutti possiamo andare un po' oltre e pregare meglio; ma chiederlo al Signore: "Signore, insegnami a pregare". Facciamo questo e Lui sicuramente non lascerà cadere nel vuoto la nostra invocazione.

(5 dicembre 2018)

.

Una preghiera che chiede con fiducia

Gesù mette sulle labbra dei suoi discepoli una preghiera breve, audace, fatta di sette domande – un numero che nella Bibbia non è casuale, indica pienezza. Dico audace perché, se non l'avesse suggerita il Cristo, probabilmente nessuno di noi – anzi, nessuno dei teologi più famosi – oserebbe pregare Dio in questa maniera.

Gesù invita i suoi discepoli ad avvicinarsi a Dio e a rivolgergli con confidenza alcune richieste: anzitutto riguardo a Lui e poi riguardo a noi. Non ci sono preamboli nel *Padre nostro*. Gesù non insegna formule per "ingraziarsi" il Signore, anzi, invita a pregarlo facendo cadere le barriere della soggezione e della paura. Non dice di rivolgersi a Dio chiamandolo "Onnipotente", "Altissimo", "Tu, che sei tanto distante da noi, io sono un misero": no, non dice così, ma semplicemente «Padre», con tutta semplicità, come i bambini si rivolgono al papà. E questa parola "Padre", esprime la confidenza e la fiducia filiale.

La preghiera del *Padre nostro* affonda le sue radici nella

realtà concreta dell'uomo. Ad esempio, ci fa chiedere il pane, il pane quotidiano: richiesta semplice ma essenziale, che dice che la fede non è una questione "decorativa", staccata dalla vita, che interviene quando sono stati soddisfatti tutti gli altri bisogni. Semmai la preghiera comincia con la vita stessa. La preghiera – ci insegna Gesù – non inizia nell'esistenza umana dopo che lo stomaco è pieno: piuttosto si annida dovunque c'è un uomo, un qualsiasi uomo che ha fame, che piange, che lotta, che soffre e si domanda "perché". La nostra prima preghiera, in un certo senso, è stato il vagito che ha accompagnato il primo respiro. In quel pianto di neonato si annunciava il destino di tutta la nostra vita: la nostra continua fame, la nostra continua sete, la nostra ricerca di felicità.

Gesù, nella preghiera, non vuole spegnere l'umano, non lo vuole anestetizzare. Non vuole che smorziamo le domande e le richieste imparando a sopportare tutto. Vuole invece che ogni sofferenza, ogni inquietudine, si slanci verso il cielo e diventi dialogo. Avere fede, diceva una persona, è un'abitudine al grido.

Dovremmo essere tutti quanti come il Bartimeo del Vangelo (cfr Mc 10,46-52), quell'uomo cieco che mendicava alle porte di Gerico. Intorno a sé aveva tanta

brava gente che gli intimava di tacere: "Ma stai zitto! Passa il Signore. Stai zitto. Non disturbare. Il Maestro ha tanto da fare; non disturbarlo. Tu sei fastidioso con le tue grida. Non disturbare". Ma lui, non ascoltava quei consigli: con santa insistenza, pretendeva che la sua misera condizione potesse finalmente incontrare Gesù. E gridava più forte! E la gente educata: "Ma no, è il Maestro, per favore! Fai una brutta figura!". E lui gridava perché voleva vedere, voleva essere guarito: «Gesù, abbi pietà di me!» (v. 47). Gesù gli ridona la vista, e gli dice: «La tua fede ti ha salvato» (v. 52), quasi a spiegare che la cosa decisiva per la sua guarigione è stata quella preghiera, quella invocazione gridata con fede, più forte del "buonsenso" di tanta gente che voleva farlo tacere. La preghiera non solo precede la salvezza, ma in qualche modo la contiene già, perché libera dalla disperazione di chi non crede a una via d'uscita da tante situazioni insopportabili.

Certo, poi, i credenti sentono anche il bisogno di lodare Dio. I vangeli ci riportano l'esclamazione di giubilo che prorompe dal cuore di Gesù, pieno di stupore riconoscente al Padre (cfr Mt 11,25-27). I primi cristiani hanno perfino sentito l'esigenza di aggiungere al testo del *Padre nostro* una dossologia: «Perché tua è la potenza

e la gloria nei secoli» (*Didaché*, 8, 2).
Ma nessuno di noi è tenuto ad abbracciare la teoria che qualcuno in passato ha avanzato: che la preghiera di domanda sia una forma debole della fede, mentre la preghiera più autentica sarebbe la lode pura, quella che cerca Dio senza il peso di alcuna richiesta. No, questo non è vero. La preghiera di domanda è autentica, è spontanea, è un atto di fede in Dio che è il Padre, che è buono, che è onnipotente. È un atto di fede in me, che sono piccolo, peccatore, bisognoso. E per questo la preghiera, per chiedere qualcosa, è molto nobile. Dio è il Padre che ha un'immensa compassione di noi, e vuole che i suoi figli gli parlino senza paura, direttamente chiamandolo "Padre"; o nelle difficoltà dicendo: "Ma Signore, cosa mi hai fatto?". Per questo gli possiamo raccontare tutto, anche le cose che nella nostra vita rimangono distorte e incomprensibili. E ci ha promesso che sarebbe stato con noi per sempre, fino all'ultimo dei giorni che passeremo su questa terra. Preghiamo il Padre nostro, cominciando così, semplicemente: "Padre" o "Papà". E Lui ci capisce e ci ama tanto.

(12 dicembre 2018)

Al centro del discorso della montagna

Il Vangelo di Matteo colloca il testo del *Padre nostro* in un punto strategico, al centro del discorso della montagna (cfr 6,9-13). Intanto osserviamo la scena: Gesù sale sulla collina presso il lago, si mette a sedere; intorno a sé ha la cerchia dei suoi discepoli più intimi, e poi una grande folla di volti anonimi. È questa assemblea eterogenea che riceve per prima la consegna del *Padre nostro*.

La collocazione è molto significativa; perché in questo lungo insegnamento, che va sotto il nome di "discorso della montagna" (cfr Mt 5,1-7,27), Gesù condensa gli aspetti fondamentali del suo messaggio. L'esordio è come un arco decorato a festa: le Beatitudini. Gesù incorona di felicità una serie di categorie di persone che nel suo tempo – ma anche nel nostro! – non erano molto considerate. Beati i poveri, i miti, i misericordiosi, le persone umili di cuore… Questa è la rivoluzione del Vangelo. Dove c'è il Vangelo, c'è rivoluzione. Il Vangelo non ci lascia quieti, ci spinge: è rivoluzionario. Tutte le persone capaci di amore, gli operatori di pace

che fino ad allora erano finiti ai margini della storia, sono i costruttori del Regno di Dio. È come se Gesù dicesse: avanti, voi che portate nel cuore il mistero di un Dio che ha rivelato la sua onnipotenza nell'amore e nel perdono!

Da questo portale d'ingresso, che capovolge i valori della storia, fuoriesce la novità del Vangelo. La Legge non deve essere abolita ma ha bisogno di una nuova interpretazione, che la riconduca al suo senso originario. Se una persona ha il cuore buono, predisposto all'amore, allora comprende che ogni parola di Dio deve essere incarnata fino alle sue ultime conseguenze. L'amore non ha confini: si può amare il proprio coniuge, il proprio amico e perfino il proprio nemico con una prospettiva del tutto nuova. Dice Gesù: «Ma io vi dico: amate i vostri nemici e pregate per quelli che vi perseguitano, affinché siate figli del Padre vostro che è nei cieli; egli fa sorgere il suo sole sui cattivi e sui buoni, e fa piovere sui giusti e sugli ingiusti» (Mt 5,44-45).

Ecco il grande segreto che sta alla base di tutto il discorso della montagna: "siate figli del Padre vostro che è nei cieli". Apparentemente questi capitoli del Vangelo di Matteo sembrano essere un discorso morale, sembrano evocare un'etica così esigente da apparire im-

praticabile, e invece scopriamo che sono soprattutto un discorso teologico. Il cristiano non è uno che si impegna a essere più buono degli altri: sa di essere peccatore come tutti. Il cristiano semplicemente è l'uomo che sosta davanti al nuovo Roveto Ardente, alla rivelazione di un Dio che non porta l'enigma di un nome impronunciabile, ma che chiede ai suoi figli di invocarlo con il nome di "Padre", di lasciarsi rinnovare dalla sua potenza e di riflettere un raggio della sua bontà per questo mondo così assetato di bene, così in attesa di belle notizie.

Ecco dunque come Gesù introduce l'insegnamento della preghiera del *Padre nostro*. Lo fa prendendo le distanze da due gruppi del suo tempo. Anzitutto gli ipocriti: «Non siate simili agli ipocriti che, nelle sinagoghe e negli angoli delle piazze, amano pregare stando ritti, per essere visti dalla gente» (Mt 6,5). C'è gente che è capace di tessere preghiere atee, senza Dio e lo fanno per essere ammirati dagli uomini. E quante volte noi vediamo lo scandalo di quelle persone che vanno in chiesa e stanno lì tutta la giornata o vanno tutti i giorni e poi vivono odiando gli altri o parlando male della gente. Questo è uno scandalo! Meglio non andare in chiesa: vivi così, come fossi ateo. Ma se tu vai in

chiesa, vivi come figlio, come fratello e dà una vera testimonianza, non una contro-testimonianza. La preghiera cristiana non ha altro testimone credibile che la propria coscienza, dove si intreccia intensissimo un continuo dialogo con il Padre: «Quando tu preghi, entra nella tua camera, chiudi la porta e prega il Padre tuo, che è nel segreto» (Mt 6,6).

Poi Gesù prende le distanze dalla preghiera dei pagani: «Non sprecate parole […]: essi credono di venire ascoltati a forza di parole» (Mt 6,7). Qui forse Gesù allude a quella *captatio benevolentiae* che era la necessaria premessa di tante preghiere antiche: la divinità doveva essere in qualche modo ammansita da una lunga serie di lodi, anche di preghiere. Pensiamo a quella scena del Monte Carmelo, quando il profeta Elia sfidò i sacerdoti di Baal. Loro gridavano, ballavano, chiedevano tante cose perché il loro dio li ascoltasse. E invece Elia, stava zitto e il Signore si rivelò a Elia. I pagani pensano che parlando, parlando, parlando, parlando si prega. E anche io penso a tanti cristiani che credono che pregare è – scusatemi – "parlare a Dio come un pappagallo". No! Pregare si fa dal cuore, da dentro. Tu invece – dice Gesù –, quando preghi, rivolgiti a Dio come un figlio a suo padre, il quale sa di

quali cose ha bisogno prima ancora che gliele chieda (cfr Mt 6,8). Potrebbe essere anche una preghiera silenziosa, il *Padre nostro*: basta in fondo mettersi sotto lo sguardo di Dio, ricordarsi del suo amore di Padre, e questo è sufficiente per essere esauditi.
È bello pensare che il nostro Dio non ha bisogno di sacrifici per conquistare il suo favore! Non ha bisogno di niente, il nostro Dio: nella preghiera chiede solo che teniamo aperto un canale di comunicazione con Lui per scoprirci sempre suoi figli amatissimi. E Lui ci ama tanto.

(2 gennaio 2019)

Bussate e vi sarà aperto

La catechesi di oggi fa riferimento al Vangelo di Luca. Infatti, è soprattutto questo Vangelo, fin dai racconti dell'infanzia, a descrivere la figura del Cristo in un'atmosfera densa di preghiera. In esso sono contenuti i tre inni che scandiscono ogni giorno la preghiera della Chiesa: il *Benedictus*, il *Magnificat* e il *Nunc dimittis*.

E in questa catechesi sul *Padre Nostro* andiamo avanti, vediamo Gesù come orante. Gesù prega. Nel racconto di Luca, ad esempio, l'episodio della trasfigurazione scaturisce da un momento di preghiera. Dice così: «Mentre pregava, il suo volto cambiò d'aspetto e la sua veste divenne candida e sfolgorante» (9,29). Ma ogni passo della vita di Gesù è come sospinto dal soffio dello Spirito che lo guida in tutte le azioni. Gesù prega nel battesimo al Giordano, dialoga con il Padre prima di prendere le decisioni più importanti, si ritira spesso nella solitudine a pregare, intercede per Pietro che di lì a poco lo rinnegherà. Dice così: «Simone, Simone, ecco: Satana vi ha cercati per vagliarvi come il grano; ma io ho pregato per te, perché la tua fede non venga meno»

(Lc 22,31-32). Questo consola: sapere che Gesù prega per noi, prega per me, per ognuno di noi perché la nostra fede non venga meno. E questo è vero. "Ma padre, ancora lo fa?". "Ancora lo fa, davanti al Padre". Gesù prega per me. Ognuno di noi può dirlo. E anche possiamo dire a Gesù: "Tu stai pregando per me, continua a pregare che ne ho bisogno". Così: coraggiosi.

Perfino la morte del Messia è immersa in un clima di preghiera, tanto che le ore della passione appaiono segnate da una calma sorprendente: Gesù consola le donne, prega per i suoi crocifissori, promette il paradiso al buon ladrone, e spira dicendo: «Padre, nelle tue mani consegno il mio spirito» (Lc 23,46). La preghiera di Gesù pare attutire le emozioni più violente, i desideri di vendetta e di rivalsa, riconcilia l'uomo con la sua nemica acerrima, riconcilia l'uomo con questa nemica, che è la morte.

È sempre nel Vangelo di Luca che troviamo la richiesta, espressa da uno dei discepoli, di poter essere educati da Gesù stesso alla preghiera. E dice così: «Signore, insegnaci a pregare» (Lc 11,1). Vedevano lui che pregava. "Insegnaci – anche noi possiamo dire al Signore – Signore tu stai pregando per me, lo so, ma insegna a me a pregare, perché anche io possa pregare".

Da questa richiesta – «Signore, insegnaci a pregare» – nasce un insegnamento abbastanza esteso, attraverso il quale Gesù spiega ai suoi con quali parole e con quali sentimenti si devono rivolgere a Dio.
La prima parte di questo insegnamento è proprio il *Padre Nostro*. Pregate così: «Padre, che sei nei cieli». "Padre": quella parola tanto bella da dire. Noi possiamo stare tutto il tempo della preghiera con quella parola soltanto: "Padre". E sentire che abbiamo un padre: non un padrone né un patrigno. No: un padre. Il cristiano si rivolge a Dio chiamandolo anzitutto "Padre".
In questo insegnamento che Gesù dà ai suoi discepoli è interessante soffermarsi su alcune istruzioni che fanno da corona al testo della preghiera. Per darci fiducia, Gesù spiega alcune cose. Esse insistono sugli atteggiamenti del credente che prega. Per esempio, c'è la parabola dell'amico importuno, che va a disturbare un'intera famiglia che dorme perché all'improvviso è arrivata una persona da un viaggio e non ha pani da offrirgli. Cosa dice Gesù a questo che bussa alla porta, e sveglia l'amico?: «Vi dico – spiega Gesù – che, anche se non si alzerà a darglieli perché è suo amico, almeno per la sua invadenza si alzerà a dargliene quanti gliene occorrono» (Lc 11,9). Con questo vuole insegnarci a

pregare e a insistere nella preghiera. E subito dopo fa l'esempio di un padre che ha un figlio affamato. Tutti voi, padri e nonni, che siete qui, quando il figlio o il nipotino chiede qualcosa, ha fame, e chiede e chiede, poi piange, grida, ha fame: «Quale padre tra voi, se il figlio gli chiede un pesce, gli darà una serpe al posto del pesce?» (v. 11). E tutti voi avete l'esperienza quando il figlio chiede, voi date da mangiare quello che chiede, per il bene di lui.

Con queste parole Gesù fa capire che Dio risponde sempre, che nessuna preghiera resterà inascoltata, perché? Perché Lui è Padre, e non dimentica i suoi figli che soffrono.

Certo, queste affermazioni ci mettono in crisi, perché tante nostre preghiere sembra che non ottengano alcun risultato. Quante volte abbiamo chiesto e non ottenuto – ne abbiamo l'esperienza tutti – quante volte abbiamo bussato e trovato una porta chiusa? Gesù ci raccomanda, in quei momenti, di insistere e di non darci per vinti. La preghiera trasforma sempre la realtà, sempre. Se non cambiano le cose attorno a noi, almeno cambiamo noi, cambia il nostro cuore. Gesù ha promesso il dono dello Spirito Santo a ogni uomo e a ogni donna che prega.

Possiamo essere certi che Dio risponderà. L'unica incertezza è dovuta ai tempi, ma non dubitiamo che Lui risponderà. Magari ci toccherà insistere per tutta la vita, ma Lui risponderà. Ce lo ha promesso: Lui non è come un padre che dà una serpe al posto di un pesce. Non c'è nulla di più certo: il desiderio di felicità che tutti portiamo nel cuore un giorno si compirà. Dice Gesù: «Dio non farà forse giustizia ai suoi eletti, che gridano giorno e notte verso di lui?» (Lc 18,7). Sì, farà giustizia, ci ascolterà. Che giorno di gloria e di risurrezione sarà mai quello! Pregare è fin da ora la vittoria sulla solitudine e sulla disperazione. Pregare. La preghiera cambia la realtà, non dimentichiamolo. O cambia le cose o cambia il nostro cuore, ma sempre cambia. È come vedere ogni frammento del creato che brulica nel torpore di una storia di cui a volte non afferriamo il perché. Ma è in movimento, è in cammino, e alla fine di ogni strada, cosa c'è alla fine della nostra strada? Alla fine della preghiera, alla fine di un tempo in cui stiamo pregando, alla fine della vita: cosa c'è? C'è un Padre che aspetta tutto e aspetta tutti con le braccia spalancate. Guardiamo questo Padre.

(9 gennaio 2019)

"Abbà, Padre!"

Nel Nuovo Testamento, la preghiera sembra voler arrivare all'essenziale, fino a concentrarsi in una sola parola: "*Abbà, Padre*".
Scrive San Paolo nella Lettera ai Romani: «Voi non avete ricevuto uno spirito da schiavi per ricadere nella paura, ma avete ricevuto lo Spirito che rende figli adottivi, per mezzo del quale gridiamo: "Abbà! Padre!"» (8,15). E ai Galati l'Apostolo dice: «E che voi siete figli lo prova il fatto che Dio mandò nei nostri cuori lo Spirito del suo Figlio, il quale grida: "Abbà! Padre!"» (Gal 4,6). Ritorna per due volte la stessa invocazione, nella quale si condensa tutta la novità del Vangelo. Dopo aver conosciuto Gesù e ascoltato la sua predicazione, il cristiano non considera più Dio come un tiranno da temere, non ne ha più paura ma sente fiorire nel suo cuore la fiducia in Lui: può parlare con il Creatore chiamandolo "Padre". L'espressione è talmente importante per i cristiani che spesso si è conservata intatta nella sua forma originaria: Abbà.
È raro che nel Nuovo Testamento le espressioni aramaiche non vengano tradotte in greco. Dobbiamo immagi-

nare che in queste parole aramaiche sia rimasta come "registrata" la voce di Gesù stesso: hanno rispettato l'idioma di Gesù. Nella prima parola del *Padre nostro* troviamo subito la radicale novità della preghiera cristiana.

Non si tratta solo di usare un simbolo – in questo caso, la figura del padre – da legare al mistero di Dio; si tratta di avere, per così dire, tutto il mondo di Gesù travasato nel proprio cuore. Se compiamo questa operazione, possiamo pregare con verità il Padre nostro. Dire *Abbà* è qualcosa di molto più intimo, più commovente che semplicemente chiamare Dio "Padre". Ecco perché qualcuno ha proposto di tradurre questa parola aramaica originaria *Abbà* con "Papà" o "Babbo". Invece di dire "Padre nostro", dire "Papà, Babbo". Noi continuiamo a dire "Padre nostro", ma con il cuore siamo invitati a dire "Papà", ad avere un rapporto con Dio come quello di un bambino con il suo papà, che dice "papà" e "babbo". Infatti queste espressioni evocano affetto, evocano calore, qualcosa che ci proietta nel contesto dell'età infantile: l'immagine di un bambino completamente avvolto dall'abbraccio di un padre che prova infinita tenerezza per lui. E per questo, cari fratelli e sorelle, per pregare bene, bisogna arrivare ad avere un

cuore di bambino. Non un cuore sufficiente: così non si può pregare bene. Come un bambino nelle braccia di suo padre, del suo papà, del suo babbo.
Ma sicuramente sono i Vangeli a introdurci meglio nel senso di questa parola. Cosa significa per Gesù, questa parola? Il Padre nostro prende senso e colore se impariamo a pregarlo dopo aver letto, per esempio, la parabola del padre misericordioso, nel capitolo 15 di Luca (cfr Lc 15,11-32). Immaginiamo questa preghiera pronunciata dal figlio prodigo, dopo aver sperimentato l'abbraccio di suo padre che lo aveva atteso a lungo, un padre che non ricorda le parole offensive che lui gli aveva detto, un padre che adesso gli fa capire semplicemente quanto gli sia mancato. Allora scopriamo come quelle parole prendono vita, prendono forza. E ci chiediamo: "È mai possibile che Tu, o Dio, conosca solo amore? Tu non conosci l'odio?". No – risponderebbe Dio – io conosco solo amore. "Dov'è in Te la vendetta, la pretesa di giustizia, la rabbia per il tuo onore ferito?". E Dio risponderebbe: Io conosco solo amore.
Il padre di quella parabola ha nei suoi modi di fare qualcosa che molto ricorda l'animo di una madre. Sono soprattutto le madri a scusare i figli, a coprirli, a non interrompere l'empatia nei loro confronti, a continuare a

voler bene, anche quando questi non meriterebbero più niente.

Basta evocare questa sola espressione – *Abbà* – perché si sviluppi una preghiera cristiana. E San Paolo, nelle sue lettere, segue questa stessa strada, e non potrebbe essere altrimenti, perché è la strada insegnata da Gesù: in questa invocazione c'è una forza che attira tutto il resto della preghiera.

Dio ti cerca, anche se tu non lo cerchi. Dio ti ama, anche se tu ti sei dimenticato di Lui. Dio scorge in te una bellezza, anche se tu pensi di aver sperperato inutilmente tutti i tuoi talenti. Dio è non solo un padre, è come una madre che non smette mai di amare la sua creatura. D'altra parte, c'è una "gestazione" che dura per sempre, ben oltre i nove mesi di quella fisica; è una gestazione che genera un circuito infinito d'amore.

Per un cristiano, pregare è dire semplicemente "Abbà", dire "Papà", dire "Babbo", dire "Padre" con la fiducia di un bambino.

Può darsi che anche a noi capiti di camminare su sentieri lontani da Dio, come è successo al figlio prodigo; oppure di precipitare in una solitudine che ci fa sentire abbandonati nel mondo; o, ancora, di sbagliare ed essere paralizzati da un senso di colpa. In quei momenti

difficili, possiamo trovare ancora la forza di pregare, ricominciando dalla parola "Padre", ma detta con il senso tenero di un bambino: "Abbà", "Papà". Lui non ci nasconderà il suo volto. Ricordate bene: forse qualcuno ha dentro di sé cose brutte, cose che non sa come risolvere, tanta amarezza per avere fatto questo e quest'altro… Lui non nasconderà il suo volto. Lui non si chiuderà nel silenzio. Tu digli "Padre" e Lui ti risponderà. Tu hai un padre. "Sì, ma io sono un delinquente…". Ma hai un padre che ti ama! Digli "Padre", incomincia a pregare così, e nel silenzio ci dirà che mai ci ha persi di vista. "Ma, Padre, io ho fatto questo…" – Mai ti ho perso di vista, ho visto tutto. Ma sono rimasto sempre lì, vicino a te, fedele al mio amore per te. Quella sarà la risposta. Non dimenticatevi mai di dire "Padre". Grazie.

(16 gennaio 2019)

Padre di tutti noi

Continuiamo il nostro percorso per imparare sempre meglio a pregare come Gesù ci ha insegnato. Dobbiamo pregare come Lui ci ha insegnato a farlo.

Lui ha detto: quando preghi, entra nel silenzio della tua camera, ritirati dal mondo e rivolgiti a Dio chiamandolo "Padre!". Gesù vuole che i suoi discepoli non siano come gli ipocriti che pregano stando dritti in piedi nelle piazze per essere ammirati dalla gente (cfr Mt 6,5). Gesù non vuole ipocrisia. La vera preghiera è quella che si compie nel segreto della coscienza, del cuore: imperscrutabile, visibile solo a Dio. Io e Dio. Essa rifugge dalla falsità: con Dio è impossibile fingere. È impossibile, davanti a Dio non c'è trucco che abbia potere, Dio ci conosce così, nudi nella coscienza, e fingere non si può. Alla radice del dialogo con Dio c'è un dialogo silenzioso, come l'incrocio di sguardi tra due persone che si amano: l'uomo e Dio incrociano gli sguardi, questa è preghiera. Guardare Dio e lasciarsi guardare da Dio: questo è pregare. "Ma, padre, io non dico parole…". Guarda Dio e lasciati guardare da Lui:

è una preghiera, una bella preghiera!
Eppure, nonostante la preghiera del discepolo sia tutta confidenziale, non scade mai nell'intimismo. Nel segreto della coscienza, il cristiano non lascia il mondo fuori dalla porta della sua camera, ma porta nel cuore le persone e le situazioni, i problemi, tante cose, tutte le porto nella preghiera.
C'è un'assenza impressionante nel testo del *Padre nostro*. Se io domandassi a voi qual è l'assenza impressionante nel testo del *Padre nostro*? Non sarà facile rispondere. Manca una parola. Una parola che ai nostri tempi – ma forse sempre – tutti tengono in grande considerazione. Qual è la parola che manca nel Padre nostro che preghiamo tutti i giorni? Per risparmiare tempo la dirò io: manca la parola "io". Mai si dice "io". Gesù insegna a pregare avendo sulle labbra anzitutto il "Tu", perché la preghiera cristiana è dialogo: «sia santificato il tuo nome, venga il tuo regno, sia fatta la tua volontà». Non il mio nome, il mio regno, la mia volontà. Io no, non va. E poi passa al "noi". Tutta la seconda parte del *Padre nostro* è declinata alla prima persona plurale: «dacci il nostro pane quotidiano, rimetti a noi i nostri debiti, non abbandonarci alla tentazione, liberaci dal male». Perfino le domande più elementari dell'uomo –

come quella di avere del cibo per spegnere la fame – sono tutte al plurale. Nella preghiera cristiana, nessuno chiede il pane per sé: dammi il pane di oggi, no, dacci, lo supplica per tutti, per tutti i poveri del mondo. Non bisogna dimenticare questo, manca la parola "io". Si prega con il tu e con il noi. È un buon insegnamento di Gesù, non dimenticatelo.

Perché? Perché non c'è spazio per l'individualismo nel dialogo con Dio. Non c'è ostentazione dei propri problemi come se noi fossimo gli unici al mondo a soffrire. Non c'è preghiera elevata a Dio che non sia la preghiera di una comunità di fratelli e sorelle, il noi: siamo in comunità, siamo fratelli e sorelle, siamo un popolo che prega, "noi". Una volta il cappellano di un carcere mi ha fatto una domanda: "Mi dica, padre, qual è la parola contraria a 'io'?". E io, ingenuo, ho detto: "Tu". "Questo è l'inizio della guerra. La parola opposta a 'io' è 'noi', dove c'è la pace, tutti insieme". È un bell'insegnamento che ho ricevuto da quel prete.

Nella preghiera, un cristiano porta tutte le difficoltà delle persone che gli vivono accanto: quando scende la sera, racconta a Dio i dolori che ha incrociato in quel giorno; pone davanti a Lui tanti volti, amici e anche ostili; non li scaccia come distrazioni pericolose. Se uno non si ac-

corge che attorno a sé c'è tanta gente che soffre, se non si impietosisce per le lacrime dei poveri, se è assuefatto a tutto, allora significa che il suo cuore… com'è? appassito? No, peggio: è di pietra. In questo caso è bene supplicare il Signore che ci tocchi con il suo Spirito e intenerisca il nostro cuore: "Intenerisci, Signore, il mio cuore". È una bella preghiera: "Signore, intenerisci il mio cuore, perché possa capire e farsi carico di tutti i problemi, tutti i dolori altrui". Il Cristo non è passato indenne accanto alle miserie del mondo: ogni volta che percepiva una solitudine, un dolore del corpo o dello spirito, provava un senso forte di compassione, come le viscere di una madre. Questo "sentire compassione" – non dimentichiamo questa parola tanto cristiana: sentire compassione – è uno dei verbi-chiave del Vangelo: è ciò che spinge il buon samaritano ad avvicinarsi all'uomo ferito sul bordo della strada, al contrario degli altri che hanno il cuore duro.

Ci possiamo chiedere: quando prego, mi apro al grido di tante persone vicine e lontane? Oppure penso alla preghiera come a una specie di anestesia, per stare più tranquillo? Butto lì la domanda, ognuno si risponda. In questo caso sarei vittima di un terribile equivoco. Certo, la mia non sarebbe più una preghiera cristiana. Perché

quel "noi", che Gesù ci ha insegnato, mi impedisce di stare in pace da solo, e mi fa sentire responsabile dei miei fratelli e sorelle.

Ci sono uomini che apparentemente non cercano Dio, ma Gesù ci fa pregare anche per loro, perché Dio cerca queste persone più di tutti. Gesù non è venuto per i sani, ma per i malati, per i peccatori (cfr Lc 5,31) – cioè per tutti, perché chi pensa di essere sano, in realtà non lo è. Se lavoriamo per la giustizia, non sentiamoci migliori degli altri: il Padre fa sorgere il suo sole sopra i buoni e sopra i cattivi (cfr Mt 5,45). Ama tutti il Padre! Impariamo da Dio che è sempre buono con tutti, al contrario di noi che riusciamo a essere buoni solo con qualcuno, con qualcuno che ci piace.

Fratelli e sorelle, santi e peccatori, siamo tutti fratelli amati dallo stesso Padre. E, alla sera della vita, saremo giudicati sull'amore, su come abbiamo amato. Non un amore solo sentimentale, ma compassionevole e concreto, secondo la regola evangelica – non dimenticatela! –: «Tutto quello che avete fatto a uno solo di questi miei fratelli più piccoli, l'avete fatto a me» (Mt 25,40). Così dice il Signore. Grazie.

(13 febbraio 2019)

Padre che sei nei cieli

Continuiamo il nostro percorso per imparare sempre meglio a pregare come Gesù ci ha insegnato. Dobbiamo pregare come Lui ci ha insegnato a farlo.

Il primo passo di ogni preghiera cristiana è l'ingresso in un mistero, quello della paternità di Dio. Non si può pregare come i pappagalli. O tu entri nel mistero, nella consapevolezza che Dio è tuo Padre, o non preghi. Se io voglio pregare Dio mio Padre, incomincia il mistero. Per capire in che misura Dio ci è padre, noi pensiamo alle figure dei nostri genitori, ma dobbiamo sempre in qualche misura "raffinarle", purificarle. Lo dice anche il Catechismo della Chiesa Cattolica: «La purificazione del cuore concerne le immagini paterne e materne, quali si sono configurate nella nostra storia personale e culturale, e che influiscono sulla nostra relazione con Dio» (n. 2779).

Nessuno di noi ha avuto genitori perfetti, nessuno; come noi, a nostra volta, non saremo mai genitori, o pastori, perfetti. Tutti abbiamo difetti, tutti. Le nostre relazioni di amore le viviamo sempre sotto il segno dei nostri limiti e

anche del nostro egoismo, perciò sono spesso inquinate da desideri di possesso o di manipolazione dell'altro. Per questo a volte le dichiarazioni di amore si tramutano in sentimenti di rabbia e di ostilità. "Ma guarda, questi due si amavano tanto la settimana scorsa, oggi si odiano a morte": questo lo vediamo tutti i giorni! È per questo, perché tutti abbiamo radici amare dentro, che non sono buone e alle volte escono e fanno del male.
Ecco perché, quando parliamo di Dio come "padre", mentre pensiamo all'immagine dei nostri genitori, specialmente se ci hanno voluto bene, nello stesso tempo dobbiamo andare oltre. Perché l'amore di Dio è quello del Padre «che è nei cieli», secondo l'espressione che ci invita a usare Gesù: è l'amore totale che noi in questa vita assaporiamo solo in maniera imperfetta. Gli uomini e le donne sono eternamente mendicanti di amore – noi siamo mendicanti di amore, abbiamo bisogno di amore –, cercano un luogo dove essere finalmente amati, ma non lo trovano. Quante amicizie e quanti amori delusi ci sono nel nostro mondo; tanti!
Il dio greco dell'amore, nella mitologia, è quello più tragico in assoluto: non si capisce se sia un essere angelico oppure un demone. La mitologia dice che è figlio di *Poros* e di *Penía*, cioè della scaltrezza e della po-

vertà, destinato a portare in se stesso un po' della fisionomia di questi genitori. Di qui possiamo pensare alla natura ambivalente dell'amore umano: capace di fiorire e di vivere prepotente in un'ora del giorno, e subito dopo appassire e morire; quello che afferra, gli sfugge sempre via (cfr Platone, *Simposio*, 203). C'è un'espressione del profeta Osea che inquadra in maniera impietosa la congenita debolezza del nostro amore: «Il vostro amore è come una nube del mattino, come la rugiada che all'alba svanisce» (6,4). Ecco che cos'è spesso il nostro amore: una promessa che si fatica a mantenere, un tentativo che presto inaridisce e svapora, un po' come quando al mattino esce il sole e si porta via la rugiada della notte.

Quante volte noi uomini abbiamo amato in questa maniera così debole e intermittente. Tutti ne abbiamo l'esperienza: abbiamo amato ma poi quell'amore è caduto o è diventato debole. Desiderosi di voler bene, ci siamo poi scontrati con i nostri limiti, con la povertà delle nostre forze: incapaci di mantenere una promessa che nei giorni di grazia ci sembrava facile da realizzare. In fondo anche l'apostolo Pietro ha avuto paura e ha dovuto fuggire. L'apostolo Pietro non è stato fedele all'amore di Gesù. Sempre c'è questa debolezza che

ci fa cadere. Siamo mendicanti che nel cammino rischiano di non trovare mai completamente quel tesoro che cercano fin dal primo giorno della loro vita: l'amore. Però, esiste un altro amore, quello del Padre «che è nei cieli». Nessuno deve dubitare di essere destinatario di questo amore. Ci ama. "Mi ama", possiamo dire. Se anche nostro padre e nostra madre non ci avessero amato – un'ipotesi storica –, c'è un Dio nei cieli che ci ama come nessuno su questa terra ha mai fatto e potrà mai fare. L'amore di Dio è costante. Dice il profeta Isaia: «Si dimentica forse una donna del suo bambino, così da non commuoversi per il figlio delle sue viscere? Anche se costoro si dimenticassero, io invece non ti dimenticherò mai. Ecco, sulle palme delle mie mani ti ho disegnato» (49,15-16). Oggi è di moda il tatuaggio: «Sulle palme delle mie mani ti ho disegnato». Ho fatto un tatuaggio di te sulle mie mani. Io sono nelle mani di Dio, così, e non posso toglierlo. L'amore di Dio è come l'amore di una madre, che mai si può dimenticare. E se una madre si dimentica? «Io non mi dimenticherò», dice il Signore. Questo è l'amore perfetto di Dio, così siamo amati da Lui. Se anche tutti i nostri amori terreni si sgretolassero e non ci restasse in mano altro che polvere, c'è sempre per tutti noi, ar-

dente, l'amore unico e fedele di Dio.
Nella fame d'amore che tutti sentiamo, non cerchiamo qualcosa che non esiste: essa è l'invito a conoscere Dio che è padre. La conversione di Sant'Agostino, ad esempio, è transitata per questo crinale: il giovane e brillante retore cercava semplicemente tra le creature qualcosa che nessuna creatura gli poteva dare, finché un giorno ebbe il coraggio di alzare lo sguardo. E in quel giorno conobbe Dio. Dio che ama.
L'espressione "nei cieli" non vuole esprimere una lontananza, ma una diversità radicale di amore, un'altra dimensione di amore, un amore instancabile, un amore che sempre rimarrà, anzi, che sempre è alla portata di mano. Basta dire «Padre nostro che sei nei Cieli», e quell'amore viene.
Pertanto, non temere! Nessuno di noi è solo. Se anche per sventura il tuo padre terreno si fosse dimenticato di te e tu fossi in rancore con lui, non ti è negata l'esperienza fondamentale della fede cristiana: quella di sapere che sei figlio amatissimo di Dio, e che non c'è niente nella vita che possa spegnere il suo amore appassionato per te.

(20 febbraio 2019)

Associazione Ore undici

L'associazione è nata a Frascati una trentina di anni fa, su iniziativa di un gruppo di persone che si incontravano per la messa delle ore 11 celebrata da don Mario De Maio. Oggi siamo una rete di amici, sparsi in tutta Italia, accomunati dalla passione di coniugare la ricchezza del Vangelo con il difficile vivere quotidiano.
Desideriamo alimentare e assecondare i processi della vita in tutte le sue espressioni. Ci interessano in particolare questi ambiti tematici:
il semplicemente vivere,
il difficile amore,
l'esperienza di Dio,
Gesù di Nazaret, fratello universale.

In Brasile lavoriamo con i ragazzi svantaggiati delle *favelas*: abbiamo realizzato un'azienda agricola biologica e solidale, un agriturismo responsabile.
In Italia organizziamo convegni, incontri, esercizi spirituali, laboratori esperienziali, e realizziamo i quaderni mensili. La domenica a Civitella San Paolo manteniamo la tradizione di incontrarci e celebrare la Messa alle ore 11.

Quaderni e Scoiattoli

I quaderni mensili **e gli scoiattoli** bimestrali sono lo strumento di collegamento e informazione con la comunità di amici e lettori che seguono la ricerca e le attività dell'associazione.

Le quote associative 2019 sono:
€ 70 ordinaria: 11 Quaderni e 6 Scoiattoli su carta
€ 40 online: 11 Quaderni e 6 Scoiattoli su internet

5 per mille

Aiutarci non ti costa nulla! Metti la tua firma e il codice fiscale dell'associazione (04097821005) nella dichiarazione dei diritti. Per noi è un grande aiuto! GRAZIE

Associazione Ore undici onlus
Via Civitellese km 9,6 - 00060 Civitella San Paolo (RM)
oreundici@oreundici.org - www.oreundici.org

Per versare la quota associativa 2019
c.c.p. 25317165 intestato a Associazione Ore undici onlus
bonifico: iban IT52C0569603220000002233X03

Indice Scoiattoli

AUTORI vari, *Laudato si' – commenti*
AUTORI vari, *Preghiere – edizione aggiornata*
AUTORI vari, *Teologia del popolo*
Giuseppe BARBAGLIO, *Le immagini di Dio*
Tonino BELLO, *Gesù e i piccoli*
Frei BETTO, *Fede e politica le sfide del tempo presente*
Angelo CASATI, *Ascolto e preghiera*
Luigi CIOTTI, *I giovani e le periferie*
Nicola COLAIANNI, *Libertà di religione tra mito e diritto*
Papa FRANCESCO, *Pregare il Padre nostro – prima parte*
Filippo GENTILONI, *Politica per vivere*
Rita GIARETTA, *La voce delle periferie*
Isabella GUANZINI, *Tenerezza per un mondo nuovo*
Raniero LA VALLE, *L'amore come risposta alla crisi*
Giulia LO PORTO, *I volti di Dio in Gesù*
Alberto MAGGI e Roberto MANCINI, *Verso nuove umanità*
Roberto MANCINI, *La gestazione di un mondo nuovo*
Roberto MANCINI, *La scoperta della misericordia*
Carlo MOLARI, *Il difficile cammino della fede*
Carlo MOLARI, *In cammino verso la Pasqua*
Carlo MOLARI, *La Chiesa e il grido dell'altro*
Carlo MOLARI, *La creazione non è finita*

Dalmazio MONGILLO, *Il Silenzio*
Agnese MORO, *I sentieri dell'incontro*
Stefano NASTASI, *Il cuore di Lampedusa*
ORE UNDICI, *Parole per vivere*
Arturo PAOLI, *Enrique Angelelli. Il pastore martire*
Arturo PAOLI, *Il sogno di Dio*
Arturo PAOLI, *La radice dell'uomo*
Arturo PAOLI e Michele DO', *L' Uomo – Dio – La vita*
Arturo PAOLI e Vito MANCUSO, *La forza che spinge ad amare*
Pia PERA e Arturo PAOLI, *Il sogno del nonno – L'amore condiviso*
Paolo RICCA, *La donna nelle chiese*
Felice SCALIA, *Il Dio in cui non credo*
Odile VAN DETH, *Credere nell'altro*

Chi lo desidera può richiedere copia degli Scoiattoli all'associazione.

I Quaderni di Ore undici – Inserto 03 2019
Le meditazioni di papa Francesco pubblicate su questo inserto sono tratte dal sito www.vatican.va
Direttore editoriale: Mario De Maio
Progetto grafico: Enzo Meroni
Impaginazione: Silvia Pettiti

Associazione Ore undici onlus
Via Civitellese km 9,6 - 00060 Civitella San Paolo (RM)
oreundici@oreundici.org - www.oreundici.org

GLI SCOIATTOLI N.03 GIUGNO 2019

PREGARE IL PADRE NOSTRO

PAPA FRANCESCO

C'è un'assenza impressionante nel testo del Padre nostro. *Manca una parola. Una parola che ai nostri tempi – ma forse sempre – tutti tengono in grande considerazione: la parola "io". Gesù insegna a pregare avendo sulle labbra anzitutto il "Tu", e poi passa al "noi".*

OREUNDICI
GLI SCOIATTOLI

Allegato a *Ore undici* n. VI – giugno 2019 Reg. Trib. Roma 585 – 21/1/89 I.R.