

## **Chiara Lubich sulla Preghiera**

selezione di brani <sup>1</sup>

### **Orientarci a Dio**

*Voce fuori campo: Custodire "il regno di Dio dentro di noi" pur stando in mezzo al mondo. I tre brani di interventi proposti in questa sezione mettono in luce lo stretto legame che intercorre tra preghiera e vita: la vita viene alimentata dalla preghiera, la preghiera dalla vita.*

**dal discorso "La famiglia e la preghiera" <sup>2</sup>**

**Castel Gandolfo, 8 aprile 1989**

### **Pregare sempre**

[...] Dice Gesù - "pregare sempre senza stancarsi mai"<sup>3</sup>.

Pregare sempre. Come si può attuare ciò? E come nel vortice del nostro vivere quotidiano?

Facendo di ogni nostra azione un atto di amore a Lui. Premettendo possibilmente ad ogni azione, spesso alle più importanti, un "Per Te", come insegna qualche santo.

Perché "pregare sempre" non significa moltiplicare gli atti di preghiera, ma orientare l'anima e tutta la vita a Dio: studiare solo per Lui, lavorare, faticare, soffrire, riposare e, anche morire, per Lui.

E compiere ogni nostra azione nel migliore dei modi possibile, perché siamo consci di fare di essa un prolungamento dell'azione creatrice di Dio e redentrice di Gesù, per

---

<sup>1</sup> A cura dei Consiglieri Generali per l'aspetto dell'Unione con Dio e Preghiera, con la collaborazione del Centro Chiara Lubich. Note a cura dell'Archivio Generale del Movimento dei Focolari.

<sup>2</sup> Al convegno "Famiglia-società: radici nell'Assoluto per l'oggi dell'uomo".

<sup>3</sup> Cf *Lc* 18, 1.

l'attuazione dei piani di Dio sul mondo. Tutto il nostro agire così si trasforma in un'azione sacra. Ed è questa la preghiera più sentita ai giorni nostri, in cui si vede il mondo e tutto il cosmo in evoluzione e si ricorda all'uomo il suo dovere di "soggiogare la terra"<sup>4</sup>. E' proprio per questo modo di pregare soprattutto che attuiamo il comando di Gesù: "Occorre sempre pregare"<sup>5</sup>. [...]

(musica)

**dalle risposte ai focolarini/e sposati/e**<sup>6</sup>

**Castel Gandolfo, 9 febbraio 1987**

### **La vita, continua preghiera**

[...]

Eli: "Dovendo conciliare il lavoro, la famiglia, la casa, sperimento molte volte la difficoltà di trovare gli spazi da dedicare alla preghiera che non sia solo l'offerta a Dio del lavoro incessante; l'anima, avendo sperimentato quanto è dolce il colloquio con Dio, sembra risentirne... Come agire con sicurezza perché non si perda tempo, verso un'ascesa, verso una più profonda unità con Dio?"

Chiara: Eh sì. Io penso questo: che questo desiderio che sente [...] questa Lina di Cagliari, questo suo desiderio di pregare è già preghiera, questo suo desiderio di pregare, e non potendolo fare, è già preghiera.

Poi lei offre tutte le azioni che fa, e questa è preghiera sublime, perché quando si pensa o si vuol studiare come fare a mettere in pratica quella parola di Gesù che dice: "Oportet semper orare"<sup>7</sup>, conviene sempre pregare, l'unico modo di fare è offrire azione per azione; noi non possiamo far altro. E lei lo fa. Quindi è una continua preghiera la sua.

Poi vista la sua situazione, anche, in famiglia, così, io la consiglierei ad abituarsi a dire quelle che si dicono tradizionalmente le giaculatorie, che servono tanto: "Mio Dio e mio tutto", "Maria speranza mia", "Maria pace mia", "Maria Regina della pace", "Gesù"... e tutte, tutte le belle paroline che si possono dire a Gesù e a Maria e ai santi; in modo che quelle si dicono in un baleno, intanto, non so,

---

<sup>4</sup> Cf *Gn* 1, 28.

<sup>5</sup> Cf *Lc* 21, 36.

<sup>6</sup> Dalla risposta alla domanda n.8.

<sup>7</sup> Cf *Lc* 18,1.

che la minestra fuma, e si può andare avanti. Ma io sono convinta che una persona così come questa Lina, che ha questo desiderio di pregare, presto o tardi il tempo lo trova, perché si trova sempre quel che si vuole quando si ha un desiderio vero e veemente.

Io ricordo i primi tempi del Movimento quando eravamo giovani come voi e anche dell'età pressappoco vostra, come venivamo da Trento a Roma e era una continua preghiera sempre sul treno. Volevamo stare attenti ad ogni chiesetta che si passava per poter adorare Gesù. Poi siccome in treno c'erano altre persone, ci davamo la mano e poi si stringeva alla fine dell'Ave Maria perché l'altra risponda, alla fine dell'Ave Maria perché l'altra... Insomma, si trovano tutti i motivi per poter pregare.

E così anche andando anche per strada si faceva la stessa cosa. E così sui tram, sulla macchina. [...] Ecco, così. Questo. [...]

(musica)

**dalle risposte ai Volontari di Dio <sup>8</sup>**

**Castel Gandolfo, 25 febbraio 1989**

## **Preghiera vitale**

[...]

Eli: "Come fare del nostro lavoro quotidiano una preghiera continua?"

Chiara: [...] C'è san Francesco di Sales - che io sento abbastanza vicino, ma non del tutto, nella nostra preghiera -, il quale dice che tre modi ci sono per pregare. (C'è) il modo di pregare orale, quando dici l'Ave Maria, il Padre nostro, il Gloria, ecc. Sempre parlo di preghiere personali, non della preghiera liturgica, comunitaria: quella ha una bellezza a sé, meravigliosa, potentissima, in confronto della preghiera personale.

Dice: un secondo modo di pregare è quella preghiera spontanea che ti viene e che viene soprattutto dopo aver vissuto un po' l'ideale, perché è soltanto amando il fratello, le radichette in giù, che va in su il fusticino e l'unione con Dio. Allora se sei unito a Dio, gli parli, gli racconti tutte le tue faccende, gli spieghi tutti i tuoi problemi. Quando soffri, gemi con lui; quando godi, godi con lui e gli dai tutto; gli raccomandi le persone care, i progetti; ti assicuri... Tutto questo è spontaneo in un cuore che sente l'unione con Dio, perché si sente vicino ad un amico, vicino allo Sposo dell'anima, vicino a un fratello, e parla. Se poi si rivolge al Padre, parla come a un padre, al papà addirittura, perché "Abbà" vuol dire babbo, papà, "Abbà, Padre". Ecco, così. Questa è la secon-

---

<sup>8</sup> Dalla risposta alla domanda n.4.

da preghiera, che in genere i nostri - adesso quelli che sono un pochino..., hanno vissuto un po' l'ideale -, la conoscono, questa preghiera di unione con Dio, di rivolgersi spontaneo a lui in tutte le circostanze della vita.

E poi c'è un terzo modo, sempre secondo san Francesco di Sales - questi due modi noi li condividiamo, sono anche nostri -, c'è un terzo modo che lui chiama "preghiera vitale". Sarebbe quella della vita, cioè di offrire a Dio ogni azione con un "per te": per te, Gesù, questa passeggiata, per te, Gesù, questo pranzo, perché anche quello serve a vivere, a portare avanti, a costruire.

Io mi sono resa conto, popi, che i tempi moderni richiedono una preghiera un po' particolare [...]. Cioè... - l'ho trovato anche scritto in esperti sulla preghiera -, cioè un tempo si pensava il mondo e il cosmo fermo, fisso. C'era quindi da trovare Dio attraverso le stelle, attraverso i fiori, attraverso..., quindi la contemplazione, la pace, l'unione con Dio, momenti di raccoglimento, di preghiera in Chiesa, davanti al Santissimo.

Adesso hanno invece visto, con tutte le scienze anche moderne [...], che tutto il mondo è in evoluzione, è in cambiamento: tutto cambia, tutto va verso una perfezione. E allora ecco che l'uomo si trova dentro in questo movimento, è ingaggiato in questa corsa verso la perfezione. E allora non può star fermo più a contemplare, deve mettersi..., siccome la creazione di Dio è avvenuta una volta ma continua ad avvenire, sostenendo le cose e portandole avanti, l'uomo è chiamato quando gli è stato detto: "Soggiogate la terra...", ad essere partecipe con Dio di questa evoluzione di questa creazione.

Per cui tutto quello che fate, alla scuola, in ufficio, in fabbrica, è un costruire, con Dio creatore, il mondo, portare avanti il mondo. Però noi lo dobbiamo portare avanti con questo sentimento: che noi partecipiamo alla creazione di Dio, quindi che la nostra opera è un'opera sacra; noi siamo un braccio di Dio creatore che va avanti, costruisce il mondo.

Allora la nostra preghiera sarà bene questa preghiera, che san Francesco [di Sales] parlava di "preghiera vitale", però non è completa così, perché dire semplicemente a Dio "per te" sarebbe valorizzare soltanto l'aspetto spirituale delle cose e magari aver meno impegno poi nel renderle concrete, perfette, nel lavorare bene, nel portare a termine le cose. Mentre invece, se tu sai che non è solo la parte spirituale, ma è poi anche la parte concreta che diventa preghiera, perché tu sei un braccio di Dio creatore che va avanti, dato che devi sottomettere, soggiogare la terra, allora proprio il fare diventa preghiera. Quest'azione è sacra, è preghiera.

Per cui qui i popi mi chiedono: "Come fare del nostro lavoro quotidiano continua preghiera?"

Offrirlo a Dio e farlo bene, sapendo che cooperiamo con Dio nella creazione del mondo. Questo in modo particolare per i volontari, ma anche per gli altri, perché tutti abbiamo il lavoro.

C'è poi tutto un aspetto anche dove si partecipa con Dio alla redenzione..., con Cristo alla redenzione del mondo. Per esempio, quando fate l'Opera, quando predicate, raccontate le vostre esperienze, dite qualche cosa, lì non collaborate tanto con Dio alla creazione, ma quanto con Cristo

alla redenzione: fate entrare bene la fede, fate usare i sacramenti, fate... Qui si collabora di più con Cristo redentore. E lo fate anche voi, perché lavorate nell'Opera, quando lavorate soprattutto nell'Opera, o anche se parlate alle anime in casa, ecc. ecc.

Ecco, così allora è il nostro lavoro. Come deve essere il nostro lavoro preghiera? In questa maniera. (applauso) [...]

(musica)