

PREGHIERA DEL CUORE



SESTO CICLO DI INCONTRI
tenuti da
Padre Giuseppe Galliano m.s.c.



SETTEMBRE 2012 – AGOSTO 2013

FRATERNITÀ
“Nostra Signora del Sacro Cuore di Gesù”

OLEGGIO



28 settembre 2012



Primo incontro

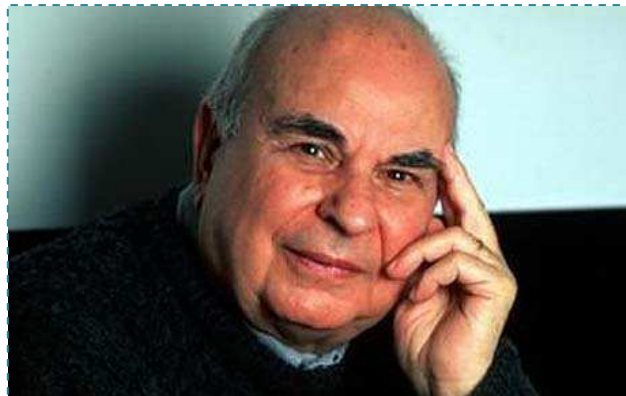
Introduzione



Lode! Lode! Lode! Amen! Alleluia!

Iniziamo il sesto anno di Preghiera del cuore pubblica. Dopo tanti anni di Catechesi, con l'invito alla Preghiera del cuore, il Signore, sei anni fa, ci ha suggerito di farla insieme, una volta al mese, per condividere, attraverso il respiro, le ricchezze che le nostre anime hanno.

C'è un interscambio: noi possiamo condividere, attraverso la parola oppure attraverso una condivisione silenziosa. Le nostre anime si leggeranno a vicenda, attraverso il respiro.



Ho preparato una scheda che è introdotta da una citazione di Olivier Clément, un grande della Preghiera del cuore:

Il mondo intero è una Chiesa per chi prega nel proprio cuore.

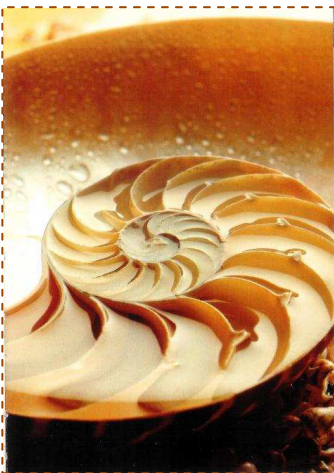
La Preghiera del cuore non è una Preghiera liturgica, che è esterna e uguale per tutti. Nella Preghiera del cuore ognuno pregherà nel suo cuore; è una Preghiera segreta, personale e si può fare in ogni luogo, perché non si ha bisogno di alcun appoggio esterno.

Il Papa, nell'Udienza di mercoledì, ha parlato della preghiera e ha sottolineato l'importanza della disposizione del cuore per la Preghiera liturgica, esprimendosi così:

“Mi riferisco all’invito, che formula il Celebrante, prima della Preghiera Eucaristica: Sursum corda, innalziamo i nostri cuori, al di fuori del groviglio delle nostre preoccupazioni, dei nostri desideri, delle nostre angustie, delle nostre distrazioni. Il nostro cuore, l’intimo di noi stessi, deve aprirsi docilmente alla Parola di Dio e raccogliersi nella Preghiera della Chiesa, per ricevere il suo orientamento verso Dio, dalle parole stesse che ascolta e dice. Lo sguardo del cuore deve dirigersi al Signore, che sta in mezzo a noi: è una disposizione fondamentale.

Quando viviamo la liturgia con questo atteggiamento di fondo, il cuore è sottratto alla forza di gravità, che lo attrae verso il basso, e si leva interiormente verso l’alto, verso la verità, verso l’Amore, verso Dio.

*Come ricorda il Catechismo della Chiesa Cattolica, la missione di Cristo e dello Spirito Santo, che, nella Liturgia sacramentale della Chiesa, annuncia, attualizza e comunica il ministero della salvezza, prosegue nel cuore di chi prega. I Padri della vita spirituale, talvolta, paragonano il cuore a un Altare (n. 2655) *Altare Dei est cor nostrum.*”*



Il nostro cuore è l’Altare, quindi possiamo pregare in qualsiasi momento e in qualsiasi luogo. Abbiamo bisogno solo di noi stessi e rientrare nel nostro cuore.

Leggendo e rileggendo la Scrittura, ad un certo momento, un versetto si illumina, perché si è arrivati al tempo maturo, per capirlo.

Per me il versetto è stato quello di **Genesi 3, 23.24: Il Signore Dio lo scacciò dal giardino di Eden... Scacciò l’uomo.**

Ho notato che nelle prime pagine della Bibbia Dio crea l’uomo, poi c’è la differenziazione con la donna; quando c’è la caduta, Dio scaccia solo l’uomo dal giardino del Paradiso.

L’uomo viene estromesso dal Paradiso.

La donna rimane nel Paradiso.

La Bibbia dice che, a custodia, della porta del Paradiso c’è il *Ke Ru Biym*, che significa “una moltitudine di Angeli con una fiamma dalla spada che gira su se stessa.”



Ysh (l’uomo), la capacità di relazionarsi attraverso il visibile, il razionale, viene cacciato dal Paradiso.

Ysha (la donna), la parte spirituale rimane nel Paradiso.

Per collegarsi con la nostra parte spirituale, dobbiamo rientrare in Paradiso.

Come si fa?

❖ Un modo è di passare attraverso la *Porta*, dalla quale siamo usciti. Davanti alla porta c'è il *Ke Ru Biym* con la spada fiammeggiante, che è la Parola, che ruota su se stessa. La Parola ci introduce in Paradiso. La Parola è piena di luce.



Tante volte, attraverso la razionalità, ascoltando un'omelia, una catechesi, abbiamo compreso qualche versetto e tutto si è illuminato. Questa spada ci ha trafitto il cuore.

La Parola ruota su se stessa. Una volta mangiata, gira nel cuore.

❖ Il secondo modo è il *tardemà*. Adamo conosce la sua donna, attraverso il *tardemà*, il riposo. **Genesi 2, 21:** *Dio fece scendere un torpore sull'uomo. Ne esce la parte spirituale: ysha.*



Chiudendo gli occhi ed entrando nel riposo, si cambiano le onde cerebrali e si entra nello stato di torpore

Nella Preghiera del cuore, entriamo nella stanza tonda, dove Gesù ci invita a pregare. Gesù non dà disposizioni per la preghiera, nel senso che non ci consegna delle formule. Dà una sola indicazione: è l'indicazione per la Preghiera del cuore.

Matteo 6, 6: *Tu, invece, quando preghi, entra nella tua camera e,*

chiusa la porta, prega il Padre nel segreto e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.



Nessuno vede questa Preghiera, perché nessuno vede che cosa passa nella mente e nel cuore dell'altro: è una Preghiera segreta. Solo il Padre la conosce e, come ricompensa, comunica se stesso, comunica Gesù.

Sant'Antonio Zaccaria, fondatore dei Barnabiti, dice: *Nella tua camera, cioè nel tuo cuore, chiudi la porta, cioè i tuoi sensi.*

Il nostro corpo, infatti, si relaziona con l'esterno, attraverso i sensi. Chiudendo i sensi, ci chiudiamo nella stanza del nostro cuore, per vivere questo momento.

Nella scheda sono esplicitate le *tre dimensioni del cuore*.

VOCAZIONE ORIGINARIA DEL CUORE

- ❖ Deuteronomio 6, 5: *Ascolta! Tu amerai il Signore tuo Dio con tutto il cuore.*
Amare Dio con la totalità del cuore.

- ❖ Deuteronomio 6, 6: *I precetti, che oggi ti do, ti stiano fissi nel cuore.*
Geremia 31, 33: *Scriverò la mia legge sul loro cuore.*
Salmo 119, 11: *Conservo nel cuore le tue parole, per non offenderti con il peccato.*
Il cuore è dimora vivente della Parola divina, che rende impeccabili.

- ❖ Luca 2, 19: *Maria custodiva la Parola e la consultava in cuor suo.*
La Parola custodita nel cuore si trasforma in guida della nostra vita.

- ❖ Romani 5, 5: *L'Amore di Dio è stato riversato nei nostri cuori, per mezzo dello Spirito Santo, che ci è stato dato.*
Nel cuore si riversa l'Amore di Dio.

LE PATOLOGIE DEL CUORE

- ❖ Geremia 17, 1: *Il peccato è inciso sulla tavola del cuore.*
Geremia 17, 9: *Più fallace di ogni altra cosa è il cuore e difficilmente guaribile.*
Il cuore è piagato.

- ❖ Marco 7, 21-22: *Dal cuore degli uomini escono le inclinazioni cattive: impurità, furti, omicidi, adulteri, cupidigie, cattiveria, inganno, sfrenatezza, invidia, calunnia, superbia, stoltezza.*
Dal cuore proviene il male.

- ❖ Geremia 4, 4: *Circoncidetevi per il Signore, circoncidete il vostro cuore.*
Deuteronomio 30, 6: *Il Signore tuo Dio circoncederà il tuo cuore.*
Romani 2, 29; Colossesi 2, 11: *La circoncisione è quella del cuore...la vera circoncisione di Cristo.*
Il cuore va circonciso, purificato.

LA REDENZIONE DEL CUORE

- ❖ Deuteronomio 8, 2: *Ti ha messo alla prova, per sapere quello che avevi nel cuore.*
Dio invita al discernimento.

- ❖ Ezechiele 36, 26: *Vi darò un cuore nuovo: toglierò da voi il cuore di pietra e vi darò un cuore di carne.*
Dio stesso dona un cuore nuovo.

- ❖ Efesini 3, 17: *Cristo abita per la fede nei vostri cuori.*
2 Corinzi 13, 5: *Esaminate voi stessi se siete nella fede, mettetevi alla prova. Non riconoscete forse che Gesù Cristo abita in voi?*
Il cuore nuovo è dimora di Cristo.

- ❖ Luca 24, 25: *Sciocchi e tardi di cuore nel credere alla parola dei profeti!*
Luca 24, 32: *Non ci ardeva il cuore nel petto, mentre ci spiegava le Scritture?*
Sotto l'azione di Cristo, che effonde lo Spirito, il cuore si trasforma: da cuore appesantito a cuore ardente.

- ❖ Matteo 6, 6: *Tu invece, quando preghi, entra nella tua camera e, chiusa la porta, prega il Padre tuo nel segreto.*
Antonio Zaccaria, Sermone II: *Nella tua camera, cioè nel tuo cuore, chiudi la porta, cioè i tuoi sensi.*

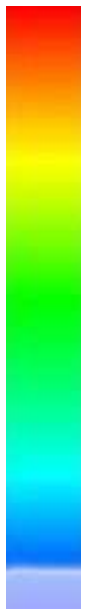
SALMO DEI TRE CUORI

- ❖ Salmo 4, 3: *Fino a quando sarete duri di cuore?*
Salmo 4, 5: *Quando siete sul vostro letto, fate parlare il vostro cuore.*
Salmo 4, 8: *Hai messo più gioia nel mio cuore di quando abbondano vino e frumento.*

**Te i nostri cuori sognino,
te sentano nel sonno.**

(Inno di Compieta – Traduzione letterale)

Iniziamo la pratica.



Immaginiamo una **scala** colorata con sette gradini. Cominciamo a scendere. Il primo gradino è rosso, il secondo è arancione, il terzo è giallo, il quarto è verde, il quinto è azzurro, il sesto è viola, il settimo è bianco.

Al termine di questo ultimo gradino, c'è una **strada**, che ci porta a un pontile, dove è ormeggiata un'**imbarcazione**.

Saliamo sull'imbarcazione, ci sediamo, guardiamo il mare. L'imbarcazione parte e va verso il largo. Il sole ci batte in faccia; avvertiamo serenità.

L'imbarcazione gira in modo stretto a destra ed arriva in un'isola.

Scendiamo dall'imbarcazione; sull'**isola** c'è una **grotta**. Entriamo e troviamo due rampe di scale, che salgono.

Le saliamo e troviamo una porta. La spingiamo e siamo nella **stanza tonda**.

Questa stanza tonda è la stanza del nostro cuore. Chi c'è già stato può aggiungere altro arredo.

Importante è stare al **centro della stanza**.

A sinistra c'è un **ascensore**. Se vogliamo, durante la Preghiera, possiamo premere un tasto e chiamare qualcuno. Nella stanza tonda ascoltiamo, ripetiamo **Gesù, grazie!**, respiriamo circolarmente.

Se abbiamo chiamato qualcuno, al termine della pratica, accompagniamolo all'ascensore, salutiamolo, congedandolo.



UNA PAROLA PER TUTTI



Filippesi 4, 19: *Il Dio, che servo, vi darà generosamente tutto quello che vi occorre; per mezzo di Gesù Cristo vi farà partecipare alla sua gloria.*

Questo, per ricordarci che la Preghiera del cuore è anche Preghiera di intercessione per noi e gli altri.

Noi non sappiamo che cosa sia conveniente chiedere, ma lo Spirito intercede per noi con gemiti inesprimibili; noi per gli altri con il respiro.

Ti ringraziamo, Signore Gesù, ti lodiamo e ti benediciamo, perché tu ci doni quello che ci occorre e ci fai capire che spesso quello che ti chiediamo non ci serve.

Ti ringraziamo, Signore, perché ci fai capire e ci dai quello che ci serve.

Amen!

