

## PREGARE CON IL CUORE DI MARIA

*Rossella Bignami*

### Preghiera

*Vergine Maria,*  
desideriamo specchiarci in te  
e porre sotto il manto della tua protezione  
la nostra vita, le nostre famiglie,  
il mondo intero.

*Vergine del Fiat,*  
la tua vita celebra il primato di Dio:  
alimenta in noi lo stupore della fede,  
insegnaci a custodire nella preghiera  
ciò che l'Amore di Dio opera in noi  
e attraverso di noi.

*Vergine del servizio,*  
donaci di comprendere  
a quale libertà conduce  
un'esistenza donata,  
e quale segreto di bellezza  
è racchiuso nella verità di un incontro.

*Vergine della Croce,*  
concedici di contemplare  
la vittoria di Cristo sul mistero del male,  
per essere capaci di seminare speranza  
anche nelle contraddizioni della vita quotidiana.

*Vergine del Cenacolo,*  
sollecita i credenti a cooperare tra loro,  
nella comunione e nel rispetto reciproco.  
Rendi tutti noi partecipi e costruttori  
del destino della terra che abitiamo,  
bisogiosa di concordia e di cura,  
favorendo un'ecologia integrale.

“Spesso sentiremo tutta la realtà dei nostri limiti umani e spirituali, l'incapacità di compiere il bene che vorremmo, il peso del nostro peccato ... Ma è proprio questo che dobbiamo mettere nel cuore e nelle mani di Maria. Il cuore di Maria è come un altare, sul quale tutto ciò che siamo e facciamo di buono si eleva come incenso di riparazione e di impetrazione; e quello che c'è di male viene bruciato e consumato dal suo amore. La Madre, la 'piena di grazia', prende tutto di noi, lo arricchisce dei suoi meriti e lo offre al Padre come fosse suo”  
(padre Luigi Faccenda).

*Vergine del Magnificat,*  
rendici capaci di discernere nello Spirito,  
liberaci dalla rassegnazione e dalla rabbia;  
donaci un cuore riconciliato;  
suscita in noi la lode e la riconoscenza,  
e saremo perseveranti  
nella fede, nella speranza e nell'amore  
sino alla fine. Amen.

## CATECHESI

Possiamo rivolgerci a Maria con questa concretezza e confidenza proprio perché sappiamo che lei, già risorta in Cristo e assunta in cielo in anima e corpo, è persona viva e operante nell'oggi della Chiesa e del mondo. Per questo, affidarci a Maria in modo consapevole e appassionato, lasciarci condurre e plasmare da lei per una sempre più vera conformazione a Gesù, ci dona la forza per essere nel mondo testimonianza viva e vivente del Vangelo. Come? Maria stessa ci rende partecipi del suo *"eccomi!"* totale e fedele al disegno di Dio, in particolare della sua capacità di:

- accogliere l'amore gratuito di Dio (*ha guardato l'umiltà della sua serva*),
- contemplarlo operante nella nostra vita e nella storia dell'umanità (*ha rovesciato/ha soccorso*),
- comunicarlo come senso e pienezza della vita di ogni uomo (*qualsiasi cosa vi dica, fatela*).

Allora, cosa significa **"pregare con il cuore di Maria"**? Significa

### 1. Riconoscere e accogliere l'amore gratuito di Dio

Significa prima di tutto divenire consapevoli che non siamo stati noi ad amare Dio, ma è Lui che ci ha amati per primo (cf. 1Gv 4,10.19). Significa *riconoscere e accogliere* l'amore di Dio che ci ha preceduto e che sempre ci precede: un amore tenace, forte e fedele, paziente e misericordioso.

Maria è *"colei che ha creduto nell'adempimento di ciò che il Signore le ha detto"* per bocca dell'angelo, come dice Elisabetta (cf. Lc 1,45). E per questo è beata, cioè, felice e libera, perché ha creduto, si è affidata a Dio e ha aderito alla volontà del Signore con tutto il suo essere, fino alla fine.

Pregare con il cuore di Maria significa imparare a riconoscere il primato di Dio anche nella nostra preghiera, perché *«nemmeno sappiamo che cosa sia conveniente domandare, ma lo Spirito intercede con insistenza per noi, con gemiti*

*inesprimibili; e colui che scruta i cuori sa quali sono i desideri dello Spirito, perché egli intercede per i credenti secondo i disegni di Dio» (Rom 8,26-27).*

In pratica, la preghiera va preparata. Occorre dedicare alcuni minuti a entrare in un clima di preghiera: trovo un luogo più silenzioso, raccolgo la mente, rallento il respiro, pacifico il cuore. Attivo la **consapevolezza** che prima di essere io a voler pregare, è il Signore che mi ha dato appuntamento e mi sta aspettando. Riconoscere il primato di Dio nella preghiera significa dunque mettersi prima di tutto in un atteggiamento di **ascolto**: attento, rispettoso, disponibile; e poi, dopo aver compreso la Parola di Dio per me, cioè, dopo aver cercato di capirla e averla messa “dentro” di me, nella mia situazione di vita attuale, entro in **dialogo** con il Signore: gli apro il cuore, gli presento tutto ciò che mi rallegra o mi disturba, ciò di cui sono grato e ciò che mi risulta difficile o mi fa paura, ricordando sempre che lo Spirito stesso intercede, prega, geme in noi e per noi.

«Nell’Annunciazione Maria rimane turbata ascoltando le parole dell’angelo – è il timore che l’uomo prova quando viene toccato dalla vicinanza di Dio –, ma non è l’atteggiamento di chi ha paura davanti a ciò che Dio può chiedere. Maria riflette, si interroga sul significato di tale saluto (cf. Lc 1,29). Il termine greco usato nel Vangelo per definire questo “riflettere”, “*dielogizeto*”, richiama la radice della parola “dialogo”. Questo significa che Maria entra in intimo dialogo con la Parola di Dio che le è stata annunciata, non la considera superficialmente, ma si sofferma, la lascia penetrare nella sua mente e nel suo cuore per comprendere ciò che il Signore vuole da lei» (*Benedetto XVI*)<sup>1</sup>.

«Un altro cenno all’atteggiamento interiore di Maria di fronte all’azione di Dio lo troviamo, sempre nel Vangelo di san Luca, al momento della nascita di Gesù, dopo l’adorazione dei pastori. Si afferma che Maria “*custodiva tutte queste cose, meditandole nel suo cuore*” (Lc 2,19); in greco il termine è *symbolon*, potremmo dire che Ella “teneva insieme”, “poneva insieme” nel suo cuore tutti gli avvenimenti che le stavano accadendo; collocava ogni singolo elemento, ogni parola, ogni fatto all’interno del tutto e lo confrontava, lo conservava, riconoscendo che tutto proviene dalla volontà di Dio. **Maria** non si ferma ad una prima comprensione superficiale di ciò che avviene nella sua vita, ma **sa guardare in profondità, si lascia interpellare dagli eventi, li elabora, li discerne, e acquista quella comprensione** che solo la fede può garantire.

È l’umiltà profonda della fede obbediente di Maria, che accoglie in sé anche ciò che non comprende dell’agire di Dio, lasciando che sia Dio ad aprirle la mente e il cuore» (ib).

---

<sup>1</sup> Udienza Generale del 19/12/2012

Pregare con il cuore di Maria significa fare nostro questo atteggiamento del “custodire meditando” che esprime *il modo* di Maria di porsi davanti a Dio, agli altri, alla storia. Il cuore di Maria non è allora soltanto il suo mondo interiore, che in definitiva rimarrebbe inaccessibile agli altri, ma è **un modo concreto di vivere**, è un esistere mosso e plasmato da quel tesoro che ella custodisce. Maria non si limita a conservare passivamente nel suo personale ricordo le parole e i fatti vissuti, ma cerca attivamente di penetrarne il senso per scoprire quale invito emerge per lei.

La fede di Maria è dinamica: cresce e progredisce nella comprensione del progetto divino su di lei e su tutta l’umanità. In lei, davvero, il seme della Parola cresce e porta molto frutto!

“**Pregare con il cuore di Maria**” significa

## **2. Contemplare Dio operante nella nostra vita e nella storia dell'umanità**

Nella Bibbia “*custodire nel cuore*” è spesso parallelo al “*fare memoria*”, che consiste nel richiamare continuamente alla propria mente e al proprio cuore il senso bello e buono della promessa divina.

Il fare memoria è un riattualizzarla di continuo, nella quotidianità, nei gesti di ogni giorno.

Il “luogo” di questa custodia è “il cuore”. Non bisogna intendere il termine *kardía* in riferimento al mondo degli affetti o delle emozioni, come facciamo noi oggi; va invece inteso nel senso biblico del termine. Esso indica la totalità della persona nella concretezza delle sue scelte, nella libertà di decisione e di attuazione di quanto liberamente determinato. Indica la persona intera che sta in ascolto davanti a Dio per comprendere e fare la sua volontà. Il “cuore” dice perciò la relazione di appartenenza filiale al Padre, caratterizzata dalla fiducia costante e totale nel suo amore.

“*Ricorda*”, “*riconosci*” (Dt 8,2.5) è l’invito che Dio rivolge al suo popolo perché non dimentichi la sua storia e riconosca come Dio lo ha guidato e se ne è preso cura. Ecco: pregare con il cuore di Maria significa **prenderci delle pause** (nella giornata o nella settimana) per fare memoria di tutto il bene che il Signore ha seminato nella nostra vita, nella nostra famiglia, nel cammino dell’umanità.

**Meditare** vuol dire “fare memoria” di quanto Dio ha fatto e non dimenticare i tanti suoi benefici (cf. Sal 103,2b). Spesso vediamo solo le cose negative; ma se impariamo da Maria a pregare *come lei e con lei*, dobbiamo tenere nella nostra memoria soprattutto le cose positive, i doni che Dio ci ha fatto; essere attenti ai

segni positivi disseminati nella nostra giornata che vengono da Dio e fare memoria di questi. Quindi, parliamo di un tipo di preghiera che nella tradizione cristiana è chiamata *orazione mentale*. Si tratta di una meditazione che non è fatta di parole, ma è un entrare in contatto, attraverso la nostra mente, con il cuore di Dio. E Maria qui è un modello molto reale.

L'evangelista Luca ripete diverse volte che Maria “*da parte sua, custodiva tutte queste cose, meditandole nel suo cuore*” (2,19; cf. 2,51b). **Maria custodisce**, cioè, non dimentica. Ella è attenta a tutto quanto il Signore le ha detto e fatto, e **medita**, cioè ricorda parole ed eventi e li approfondisce nel suo cuore. «Coei, quindi, che “ha creduto” all’annuncio dell’Angelo e si è fatta strumento perché la Parola eterna dell’Altissimo potesse incarnarsi, ha anche accolto nel suo cuore il mirabile prodigio di quella nascita umano-divina, lo ha meditato, si è soffermata nella riflessione su quanto Dio stava operando in Lei, per accogliere la volontà divina nella sua vita e corrispondervi»<sup>2</sup>.

Nel Vangelo vediamo che Maria cerca di approfondire l’intelligenza del mistero dell’incarnazione, «di interpretarne il senso, di comprenderne i risvolti e le implicazioni. Così, giorno dopo giorno, nel silenzio della vita ordinaria, Maria ha continuato a custodire nel suo cuore i successivi eventi mirabili di cui è stata testimone, fino alla prova estrema della Croce e alla gloria della Risurrezione. Maria ha vissuto pienamente la sua esistenza, i suoi doveri quotidiani, la sua missione di madre, ma ha saputo mantenere in sé uno spazio interiore per riflettere sulla parola e sulla volontà di Dio, su quanto avveniva in Lei, sui misteri della vita del suo Figlio.

Nel nostro tempo siamo assorbiti da tante attività e impegni, preoccupazioni, problemi; spesso si tende a riempire tutti gli spazi della giornata, senza avere un momento per fermarsi a riflettere e a nutrire la vita spirituale, il contatto con Dio. Maria ci insegna quanto sia necessario trovare nelle nostre giornate, con tutte le attività, momenti per raccoglierci in silenzio e meditare su quanto il Signore ci vuole insegnare, su come è presente e agisce nel mondo e nella nostra vita: essere capaci di fermarci un momento e di meditare»<sup>3</sup>.

Infine, “**Pregare con il cuore di Maria**” significa

### **3. Comunicare l’amore di Dio come senso e pienezza della vita di ogni uomo**

Significa permettere a Maria di continuare a portare Cristo nel mondo attraverso di noi. Significa vivere *dentro* la storia, accanto ad ogni persona, con un

---

<sup>2</sup> Da una catechesi di Benedetto XVI sulla preghiera (17/8/2011).

<sup>3</sup> Ib.

atteggiamento di profonda partecipazione alla sua vita e ai suoi aneliti; cercando di scoprire e promuovere il bene, il vero e il bello, che sono segno e riflesso della presenza di Dio nel mondo e in mezzo agli uomini. Significa stare con lei nel cuore della Trinità, per essere come lei nel cuore della storia: dentro le sue contraddizioni e ambiguità, dentro i suoi fallimenti e i suoi aneliti di bellezza, di progresso integrale. È la preghiera che entra e trasforma la vita reale, perché “una vita spirituale che non arriva a incidere sulla vita concreta è una menzogna, un pio solletico dell’anima” (p. *Silvano Fausti*).

La vera **contemplazione** sfocia sempre in un’**azione** che può essere *profetica*, cioè può farci fare un passo in avanti verso il raggiungimento della pienezza di umanità secondo il disegno bello-buono di Dio. Così, come Maria a Cana<sup>4</sup>, portiamo il mondo davanti a Dio (*Non hanno più vino*) e Dio nel cuore del mondo (*Fate quello che Egli vi dirà*). Ogni volta che cerchiamo di vivere la comunione con Dio nel cuore di Maria, vero santuario del Dio Altissimo, in lei anche noi custodiamo e portiamo nel mondo la presenza di Dio. Con lei e come lei possiamo essere presenza di Dio in un banchetto di nozze o ai piedi della croce; nella visita a chi ha bisogno, come nella routine della vita familiare; in chiesa o in piazza.

La preghiera di Maria non è qualcosa di intermittente; non è l’euforia di un momento esaltante. È piuttosto simile a un fiume sotterraneo che scorre ininterrottamente, silenzioso e nascosto nelle profondità dell’essere; è qualcosa che tutto permea, irriga e feconda: pensieri, sentimenti, gesti quotidiani; e che ogni tanto emerge da qualche fessura dell’essere e se ne intravede la forza.

**Pregare con il cuore di Maria** ci sollecita a **coltivare in noi** le sue stesse **attitudini interiori** che favoriscono la preghiera: silenzio, ascolto, docilità, gratitudine, lode, rettitudine e purezza di cuore. Ma richiede anche la capacità di vivere il lavoro, i fatti, gli avvenimenti personali, familiari o sociali, e tutte le relazioni come occasioni e momenti preziosi di dialogo con il Signore nell’intimo del proprio cuore. È l’attitudine interiore alla preghiera incessante, cioè saper vedere e incontrare Dio in tutte le cose.

-----

---

<sup>4</sup> Cf. Gv 2,1-11

### **Alcune domande per l'approfondimento**

1. Come riconosco e accolgo il primato dell'amore di Dio nella mia preghiera?  
E nella mia vita quotidiana?
2. Riesco a trovare pause di riflessione e di preghiera per fare memoria dei doni di Dio? E per scoprire i segni della Sua presenza?
3. La mia vita spirituale, la mia relazione con Dio incide nella mia vita quotidiana?  
Da cosa lo noto?