

## MARIA, VERGINE IN PREGHIERA

*Contemplativi del mistero di Dio nel mondo e cercatori di senso*

Monica Reale

### PREGHIERA INIZIALE

O Maria, donna e madre,  
tu hai tessuto nel grembo la Parola divina,  
tu hai narrato con la tua vita le opere magnifiche di Dio.  
Ascolta le nostre storie, custodiscile nel tuo cuore.  
Insegnaci a riconoscere il filo buono che guida la storia.  
Guarda il cumulo di nodi  
in cui si è aggrovigliata la nostra vita,  
paralizzando la nostra memoria.  
Dalle tue mani delicate ogni nodo può essere sciolto.  
Donna dello Spirito, madre della fiducia, ispira anche noi.  
Aiutaci a costruire storie di pace, storie di futuro.  
E indicaci la via per percorrerle insieme.  
*(Papa Francesco)*

### Riferimenti biblici

<sup>28</sup>Entrando da lei, disse: "Rallégrati, piena di grazia: il Signore è con te"  
**(Lc 1,28).**

<sup>28</sup>Beati coloro che ascoltano la Parola di Dio e la osservano **(Lc 11,28).**

<sup>1</sup>Il terzo giorno vi fu una festa di nozze a Cana di Galilea e c'era la madre di Gesù. <sup>2</sup>Fu invitato alle nozze anche Gesù con i suoi discepoli. <sup>3</sup>Venuto a mancare il vino, la madre di Gesù gli disse: "Non hanno vino". <sup>4</sup>E Gesù le

rispose: "Donna, che vuoi da me? Non è ancora giunta la mia ora".<sup>5</sup>Sua madre disse ai servitori: "Qualsiasi cosa vi dica, fatela" (**Gv 2,1-5**).

<sup>46</sup>Allora Maria disse: "L'anima mia magnifica il Signore

<sup>47</sup>e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore,

<sup>48</sup>perché ha guardato l'umiltà della sua serva.

D'ora in poi tutte le generazioni mi chiameranno beata.

<sup>49</sup>Grandi cose ha fatto per me l'Onnipotente e Santo è il suo nome;

<sup>50</sup>di generazione in generazione la sua misericordia per quelli che lo temono.

<sup>51</sup>Ha spiegato la potenza del suo braccio,

ha disperso i superbi nei pensieri del loro cuore;

<sup>52</sup>ha rovesciato i potenti dai troni,

ha innalzato gli umili;

<sup>53</sup>ha ricolmato di beni gli affamati,

ha rimandato i ricchi a mani vuote.

<sup>54</sup>Ha soccorso Israele, suo servo,

ricordandosi della sua misericordia,

<sup>55</sup>come aveva detto ai nostri padri,

per Abramo e la sua discendenza, per sempre" (**Lc 1,46-55**).

<sup>14</sup>Tutti questi erano perseveranti e concordi nella preghiera, insieme ad alcune donne e a Maria, la madre di Gesù, e ai fratelli di lui (**At 1,14**)

## RIFLESSIONE

La scorsa volta abbiamo riflettuto sul processo dell'ascolto di Maria, sul suo modo di porsi davanti alla vita come persona disposta ad ascoltare prima ancora che a parlare. Ora portiamo la nostra attenzione su quella che chiamiamo la **"seconda colonna portante"** dell'edificio spirituale che è il nostro affidamento a Maria: **la preghiera**. La preghiera è davvero un dato antropologico universale, è radicata nella struttura della nostra umanità che ha assoluto bisogno di sentirsi riconosciuta e raccolta da Qualcuno che ci ami.

Lo scopo della preghiera è l'unione con Dio, il riavvolgere ogni giorno la nostra vita intorno a Lui, raccogliendola dai tanti luoghi in cui viene a disperdersi. È quanto ci conferma anche san Massimiliano Kolbe: «La preghiera è il mezzo più efficace per ristabilire la pace nelle anime, per dare loro la felicità, perché serve per avvicinarle all'amore di Dio. La preghiera fa rinascere il mondo» (SK 903).

«La preghiera, come tutte le grandi esperienze, ha bisogno di una “iniziazione”. Bisogna per questo andare alla scuola di qualcuno che si sia immerso egli per primo nel mistero della preghiera e che sia quindi in grado di prendere gli altri per mano e introdurli in essa»<sup>1</sup>. Noi vogliamo farci prendere per mano da Maria. Maria è il **modello** di chi vuole vivere l’esperienza della preghiera. Gesù nel dirci “ecco tua madre”, sta anche offrendoci un modello di preghiera: ogni figlio che si rispetti guarda a sua madre per imparare a vivere. Maria è stata definita «l’orante perfetta, figura della Chiesa»<sup>2</sup>. Pregare per Maria significa coltivare la comunicazione profonda con il Signore e quindi mantenersi sempre in relazione, in connessione con Lui.

Quando Dio *comunica* con Maria nello stesso tempo *si comunica* a lei: le porta un messaggio e insieme si dona a lei, le dà il suo Spirito: “Rallegrati, piena di grazia, il Signore è con te”. Insieme con l’**amore**, la preghiera diventa anche modalità per ricevere una **guida** sicura nella vita e così poter scrutare il tracciato invisibile di Dio nella propria storia. “Avrai un figlio e lo chiamerai Gesù, sarà grande”: sono parole che guidano e mostrano un tracciato che ha senso ed è percorribile. Qui entra il discorso sul discernimento. Che fare? Dove andare? Chi diventare?

Questa dinamica, col doppio binario dell’amore e della guida, Dio lo ha mostrato da sempre, dunque è una costante. Pensiamo solo all’Esodo e al suo agire verso il suo popolo: perché lo ha scelto, gli ha parlato e si è coinvolto con lui? Perché lo ama. Come ha dimostrato il suo amore? Guidandolo con pazienza, accompagnandolo nel lungo e faticoso pellegrinaggio della vita.

## LA PREGHIERA ESISTENZIALE DI MARIA

Lo specifico di Maria è che la sua preghiera si confonde con la sua vita, il suo è uno stato di preghiera, una **preghiera esistenziale**. Nel momento dell’annuncio dell’angelo, nel fitto colloquio fatto di dichiarazioni, domande, esitazioni, silenzi, attese e risposte c’è l’esplicitazione di questo tipo di preghiera. Ma c’è anche altrove, quando Maria tace davanti a una dura profezia, quando domanda spiegazioni al figlio Gesù, quando intercede e quando piange ai piedi della croce. Una preghiera esistenziale, vera.

«La gloria di Dio è l’uomo vivente» dice Ireneo. La gloria di Dio non è l’uomo che evita la vita per dedicarsi alla preghiera, ma l’uomo che vive la sua vita

<sup>1</sup> MATIÁS AUGÉ, *Ritorno alle origini. Lineamenti di spiritualità dell’antico monachesimo*.

<sup>2</sup> Cf. [CATECHISMO DELLA CHIESA CATTOLICA](#) n. 2679.

basandola sulla preghiera, su questo profondo bisogno di interiorità. A livello di metodo, è naturale che occorre scegliere anche momenti di silenzio in cui darsi tempo e spazio per ascoltare meglio la voce di Dio. Ma questo ci sta, perché è quello che facciamo anche nella vita, quando ci accorgiamo che non stiamo più parlando in modo più approfondito con una persona a cui teniamo e allora ci diamo un appuntamento, ci ritroviamo faccia a faccia per parlare.

La preghiera quando è esistenziale abbraccia tutto, dentro ci sta tutto quello che c'è in un dialogo, in una relazione vera tra due persone che si vogliono bene. La preghiera come il dialogo tra le persone non è qualcosa di standard: dentro ci sta un po' tutto. Ci sta il comprendersi come il non comprendersi, il trovare sintonia come il sentire lo stridore della differenza, ci sta il tempo prolungato in cui approfondire lo scambio e il semplice "ciao" detto al mattino mentre si va al lavoro ma scambiandosi un sguardo pieno di amore e comprensione. Ci sta anche la fatica a dirsi qualcosa, il doversi trovare uno di fronte all'altro e non avere parole.

Ecco la preghiera è tutto questo e se gettiamo uno sguardo ai Salmi vediamo che troviamo tutta la gamma delle esperienze umane, dalla gioia al dolore, dalla tristezza all'angoscia più nera, con la supplica della liberazione dai nemici, dalla gratitudine alla desolazione, dallo stupore all'amore appassionato, dalla speranza al timore. A volte è un salto di gioia, altre un grido di desolazione. Ogni stato d'animo ha il suo diritto di cittadinanza. Ma sempre trasversale a tutto e che anima tutto è la fiducia incrollabile in Dio, nel suo amore che salva, facendo anche scorrere acque nel bel mezzo dei deserti umani. «Chi prega sicuramente passa vittorioso attraverso tutte le tempeste» dice Massimiliano Kolbe (cf. *Conferenze*). Questo è lo spirito con cui Maria ha vissuto la sua vita di preghiera.

## **CUSTODIRE LA PAROLA DI DIO PER DISCERNERE**

Quando noi parliamo di preghiera, non possiamo non parlare della Parola di Dio. Perché pregare è rispondere a Dio che parla. E Dio parla al cuore. Ripartiamo dal cuore, che è il luogo proprio della preghiera, nominato nella Bibbia più di mille volte. È il cuore che prega. Tutta la persona trova la sua unità qui. Maria custodisce nel cuore la Parola: lo abbiamo accennato parlando dell'ascolto, sottolineando la sua disponibilità ad ascoltare e restare in ascolto; ora, parlando della preghiera, riprendiamo il concetto e lo sviluppiamo. Prima si ascolta, poi nasce la preghiera, il dialogo. E la preghiera si dà dentro il custodire la Parola di Dio, in questo processo. Non è un caso che i Padri del deserto e i monaci delle

origini del Cristianesimo hanno organizzato la loro esperienza di preghiera attorno all'invito «pregate ininterrottamente» (1Ts 5,17; cf. Lc 18,1; Rm 12,12; Ef 6,18; Col 4,2; ecc.) che significa indirizzare con costanza e in modo consapevole il cuore a Dio. «Abbi spesso il nome di Gesù nel pensiero, nel cuore e sulle labbra» (SK 987f), suggerisce san Massimiliano Kolbe.

La preghiera infatti serve per **mantenere il cuore fisso in Dio**, nella sua Parola e così vivere e scegliere sulla base di quello che Lui suscita. Dunque la preghiera a sua volta sfocia nel discernimento, nelle scelte secondo Dio. Maria dice infatti: «Avvenga secondo te, secondo quanto tu dici». Gesù dirà: «Beati coloro che ascoltano la Parola di Dio e la osservano» (Lc 11,28) cioè la usano come criterio per le loro scelte di vita.

Il criterio oggettivo per verificare la nostra preghiera è la Parola di Dio, **punto d'appoggio**. Mentre quello che produciamo noi è soggettivo, la Parola è oggettiva. Senza la Parola di Dio non abbiamo altro punto di riferimento se non le nostre opinioni. La Parola invece ci permette di verificare come stiamo vivendo, quali scelte stiamo facendo. Nel confrontare Parola di Dio e vita sta l'essenza della preghiera mariana.

Entriamo nel processo del custodire, per vedere come approda al discernimento.

Dopo avere ascoltato il messaggio di Dio, Maria continua nel tempo a trattenerlo dentro di sé e vi aggiunge tutti gli altri vissuti che sperimenta. Tutto accoglie ma trattiene in particolare dentro ciò che conta, quei punti decisivi su cui il suo spirito si è fermato maggiormente.

Nel **Magnificat** ne abbiamo un esempio. Coma nasce questa preghiera di Maria? C'è una parola cruciale che raggiunge il suo orecchio: è il momento in cui Elisabetta la chiama "madre del mio Signore". Maria sente che in questo punto il Signore sta parlando più fortemente, lì c'è racchiuso un messaggio per lei. Questa parola le dà la conferma che il Messia è proprio in lei e dunque è arrivata la liberazione. Di tutte le cose che Elisabetta ha detto e fatto, Maria si è fermata specialmente su questo dato.

I Padri della Chiesa dicevano: "La Parola di Dio è una lettera che il Signore scrive a me personalmente". Maria si ferma dove sente che c'è qualcosa per lei, come l'ape quando individua il nettare migliore, che non significa migliore degli altri, ma **migliore per lei** in quel momento preciso. Questo è fare *lectio divina*, questo è fare discernimento. E Maria lo fa mentre vive. In questo momento in cui discerne non sta in chiesa, sta con sua cugina. E però è anche vero che è stata la sua

assidua preghiera a renderla così sensibile e familiare da riconoscere subito la voce dello Spirito.

Dalla sua bocca escono tante parole prese dalla Sacra Scrittura, esce la Parola di Dio, da lei rielaborata. Il Magnificat è come un tessuto fatto di tanti fili presi dalla Bibbia. L'esercizio concreto che fa Maria e che può aiutare anche noi è quello di memorizzare la Parola di Dio. La Parola viene da lei **“ruminata”**, verbo della tradizione cristiana che indica il trattenere dentro e il meditare. Memorizzare la Parola non è un semplice esercizio mentale, è un modo per farla scendere nel cuore, far sì che muova i nostri affetti e così ci renda familiari di Dio. Diventiamo ciò che meditiamo. Due persone che si confidano e vivono insieme e condividono tanto, alla fine diventano connaturali, si capiscono al volo.

Questa tenacia nel custodire è confermata da quanto sappiamo da un punto di vista neurologico: le cose che scegliamo non accadono in noi in modo spontaneo; in modo spontaneo il nostro cervello ricade negli schemi mentali di sempre, a cui è abituato, nelle convinzioni assodate, e se queste sono distorte, ricadiamo in schemi di pensiero non utili. Nella nostra memoria sono depositati messaggi che abbiamo fatto diventare verità, ma non lo sono. Messaggi con cui ci identifichiamo, che facciamo diventare la nostra identità. Ruminare la Parola, custodirla e fare questo costante esercizio di discernimento, di scoperta della voce di Dio significa imparare a mettere in discussione se stessi, a saper contenere i vecchi schemi di pensiero, per rafforzare nuove piste di pensiero e di emozioni che sono utili per noi e che sono quelle che vengono da Dio.

La mente non è stabile, sempre ricade nel noto, per cui occorre sempre con costanza mantenersi allenati. Si tratta del **discernimento dei pensieri**, dei *loghismoï* in greco, a cui monaci e Padri del deserto come anche cristiani di ogni tempo hanno dedicato tanta cura e che è bene riprendere nel nostro esercizio di preghiera. La Parola di Dio fa distinguere ciò che viene dalla nostra storia, ciò che viene da Dio e ciò che viene dal diavolo. Così che possiamo poi, dopo avere filtrato, scegliere il Signore. I pensieri che transitano nella nostra testa vanno analizzati e filtrati, per poter accogliere solo quelli che sono in linea col pensiero del Signore. Siamo ciò che deliberiamo.

Padre Kolbe scrive: «Nella preghiera umile, amorosa e fiduciosa lei stessa ci dirà quello che dobbiamo fare, lei stessa ci guiderà. Preghiamo soltanto e lasciamoci condurre da Maria» (SK 1119). E sappiamo bene quante e quante volte Kolbe si sia ripetuto questo vero e proprio ritornello: Lasciati condurre. Se fosse bastato dirselo una volta sola, non lo avrebbe ripetuto senza sosta.

- Domande: Cosa sento al pensiero di fare della Parola di Dio il punto d'appoggio della mia vita? Qual è la mia esperienza di discernimento? Dove ho sentito il passaggio di Dio con più evidenza?

## MARIA E LA PREGHIERA D'INTERCESSIONE

Gettiamo anche un rapido sguardo alla preghiera d'intercessione di Maria. In quanto madre della grazia Maria, afferma il Concilio Vaticano II, «con la sua molteplice intercessione continua a ottenerci i doni che ci assicurano la nostra salvezza eterna».<sup>3</sup>

Tutto l'impegno di Maria nella preghiera non rimane in lei, la sua non è una preghiera intimistica, ma che si apre agli altri. Papa Francesco di recente ha detto: «Chi prega non lascia mai il mondo alle sue spalle... prega per il mondo intero, portando sulle sue spalle dolori e peccati. Prega per tutti e per ciascuno: è come se fosse un'antenna di Dio in questo mondo»<sup>4</sup>.

Nel vangelo di Giovanni abbiamo una situazione paradigmatica: a Cana, davanti a un vuoto esistenziale, un vuoto di senso e di gioia (simboleggiato dal vino mancante) Maria con sguardo attento si accorge e interviene, rivolgendosi direttamente a Gesù con queste poche ed essenziali parole: «Non hanno vino». Di fronte alla cose che non vanno, Maria né si lamenta né se ne lava le mani, porta invece queste necessità a Gesù. Se ne fa carico.

È una delle immagini più belle di ciò che è anche la Chiesa, una realtà di persone che portano a Gesù le situazioni difficili. Attraverso la preghiera Maria cerca il senso dei vuoti umani e lo cerca in Dio. E Gesù, intervenendo con la sua sovrabbondanza, le conferma che il senso dei vuoti sta nel loro essere luoghi privilegiati che lui può riempire.

Possiamo pensare: Maria è stata esaudita subito mentre a noi tante volte tocca attendere anni prima di cominciare a vedere i primi germogli di una guarigione nelle persone per cui preghiamo. Se osserviamo attentamente quello che accade a Cana vediamo che non è proprio così. Maria infatti si rivolge a Gesù con fiducia, ma usa queste parole per dire quello di cui è convinta: «Qualsiasi cosa vi dica, fatela». Non sa come Dio interverrà né con quali tempi, si fida.

---

<sup>3</sup> CONCILIO VATICANO II, *Lumen Gentium* 8, n. 62.

<sup>4</sup> PAPA FRANCESCO, *Udienza Generale* del 16.12.2020.

«Alle nozze in Cana di Galilea, mossa a compassione, indusse con la sua intercessione Gesù Messia a dare inizio ai miracoli».<sup>5</sup> I segni di Gesù iniziano così, per intervento di Maria. E questa è la dinamica che accade sempre: Maria agisce a nostro favore, chiede per noi ciò che è un bene nel momento in cui viviamo.

Per Massimiliano Kolbe l'attività più importante era la preghiera, l'adorazione, e i frati ricordarono che ogni volta che entravano nella stanza di padre Kolbe, vedevano sempre la Bibbia aperta sulla sua scrivania. Massimiliano Kolbe si è speso tanto nell'ambito della preghiera d'intercessione. Ha molto aiutato e lavorato, perché ha molto pregato. Un giorno, quando era cappellano ospedaliero, di trovò davanti a una situazione difficile di un ammalato che era senza speranza interiore. Così racconta: «Mi inginocchiai e supplicai con poche parole, ma fervorosamente, l'Immacolata»<sup>6</sup>. Dopo sentì che era bene andare a fargli una visita. L'uomo dapprima esitante, accettò infine la medaglia miracolosa, e ci fu anche la confessione tra le lacrime. L'uomo aveva ritrovato la pace.

Nel nostro affidamento a Maria un cardine è la Parola di Dio, ascoltata, accolta, pregata, vissuta. Abbiamo ricevuto tanti spunti per la vita su cui tornare e ritornare.

Concludiamo questa riflessione ascoltando come dette a noi le parole che padre Kolbe rivolse ai suoi frati scrivendo dal Giappone:

«Prova a ricorrere a lei, come un bimbo all'amata e buonissima madre, anche solo invocando il suo santo nome, "Maria", con le labbra o con il cuore, nelle difficoltà della vita, nelle oscurità e nelle debolezze spirituali, e ti convincerai da solo quanto Maria è potente e chi è il Figlio suo Gesù» (SK 1181).

---

<sup>5</sup> CONCILIO VATICANO II, [Lumen Gentium](#) 8, n. 58.

<sup>6</sup> SK 1066.