

AZIONE CATTOLICA ITALIANA

# Il profumo buono per ogni giorno

*La preghiera del laico*

INTRODUZIONE DI Gualtiero Sigismondi

CONTRIBUTI DI

Albertina Balestrieri  
Annamaria Bongio  
Claudia D'Antoni  
Fabrizio De Toni  
Mario Diana

Tony Drazza  
Marco Ghiazza  
Luca Marcelli  
Antonio Mastantuono  
Sonia Rotatori

eve

© 2021 Fondazione Apostolicam Actuositatem  
via Aurelia, 481 – 00165 Roma  
www.editriceave.it – info@editriceave.it

*Progetto grafico e impaginazione:* Redazione Ave-FAA

Finito di stampare nel mese di ottobre 2021  
presso AGE s.r.l. – Pomezia (Rm)

Per i brani biblici è stata utilizzata la traduzione della Cei  
© Fondazione "Santi Francesco d'Assisi e Caterina da Siena",  
Roma 2008, per gentile concessione.

Per i brani papali e del Magistero della Chiesa  
© Libreria Editrice Vaticana

ISBN: 978-88-3271-227-8

## Introduzione

### IL SILENZIO, "COLONNA SONORA" DELLA PREGHIERA

Il silenzio, respiro dell'anima, è indispensabile alla preghiera. Di tale respiro ha bisogno anzitutto la parola. Il linguaggio, in effetti, è nesso dialettico di silenzio e parola, che esce dal silenzio e vi ritorna. Il silenzio è, in un certo senso, il "letto fluviale" su cui scorrono i pensieri, i quali, prima di giungere alla "foce" della lingua, vengono espressi col pianto e col sorriso: l'uno e l'altro sono i segni con i quali si possono trasmettere i moti più segreti dell'anima, i battiti più intimi del cuore, i percorsi più audaci dello sguardo.

Non occorre andare nel deserto o sulla cima di una montagna per cercare il silenzio e nemmeno è necessario giungere nelle grandi città per trovare il chiasso: abitano entrambi dentro di noi. Il confronto con il silenzio media l'incontro con se stessi e tuttavia spesso si risolve in uno scontro che porta

alla luce il vuoto del proprio mondo interiore. Sul punto d'incontrarsi con se stesso l'uomo privilegia il divertimento, il non pensarsi. «Nel silenzio – come osserva Romano Battaglia, ne *Il silenzio* (Rizzoli Editore, 2006) – suonano le squille dei rimorsi, passano le ombre del male compiuto, giungono i richiami del bene non fatto. Pertanto, il silenzio è scomodo, inquietante, è un peso come la libertà. Se il silenzio pone l'uomo di fronte e dentro se stesso, allora il silenzio esige molto coraggio».

Grande è la differenza che passa tra l'essere muti e tacere, ma ancora più profonda e sottile è la diversità che esiste tra tacere e fare silenzio. È cosa buona tacere, ma è cosa molto buona fare silenzio: tace chi frena la lingua, fa silenzio chi apre l'orecchio del cuore; tace chi tiene chiuso il “sepolcro” della gola, fa silenzio chi dilata lo sguardo del cuore; tace chi sorveglia la “porta” delle labbra, fa silenzio chi tiene unito il cuore. Il silenzio è la “base musicale” dell'amore e, allo stesso tempo, è la “colonna sonora” della preghiera, che è essenzialmente un atto di ascolto. Quanto questo sia vero lo testimonia la Vergine Maria, che dall'Annunciazio-

ne alla Pentecoste “serba nel suo cuore di Madre gli eventi del Figlio suo, componendoli come in un unico mosaico” (cfr. *Lc* 2,19.51). Se l’incredulità ha reso muto Zaccaria, la fede ha fatto di Maria la *Virgo audiens*. Ella sa che il silenzio costituisce il “paesaggio” della Bibbia; il suo *Fiat* è l’antifona del *Magnificat*, che inaugura il profondo silenzio del suo incedere verso lo *Stabat Mater*.

«Oh! – ebbe ad esclamare Paolo VI nel discorso tenuto a Nazaret il 5 gennaio 1964 – Se rinascesse in noi la stima del silenzio, atmosfera ammirabile e indispensabile dello spirito: mentre siamo storditi da tanti frastuoni, rumori e voci clamorose nella esagitata e tumultuosa vita del nostro tempo! Oh! Silenzio di Nazaret, insegnaci ad essere fermi nei buoni pensieri, intenti alla vita interiore, pronti a ben sentire le segrete ispirazioni di Dio e le esortazioni dei veri maestri. Insegnaci quanto importanti e necessari siano il lavoro di preparazione, lo studio, la meditazione, l’interiorità della vita, la preghiera, che Dio solo vede nel segreto».

Cercare il silenzio in Dio, fare silenzio per Dio, vivere il silenzio in Dio: queste sono le tappe del

cammino della preghiera. L'ascolto della Parola è, per così dire, la via maestra che conduce all'incontro con Dio; inizia a muovere i primi passi della preghiera chi scopre che non siamo noi a dover suggerire qualcosa a Dio, ma è Lui che desidera confidare qualcosa a noi. «Sta' in silenzio davanti al Signore e spera in Lui» (*Sal 37,7*): anche nel buio della prova il salmista raccomanda di rimanere in silenzio, *coram Domino*, di affidarsi al Signore e di confidare in Lui, facendo della preghiera un silenzio per dire: «Eccomi».

Condizione previa del silenzio è il raccoglimento che, come una sorta di “camera di decompressione”, aiuta a sottrarsi al rumore esteriore e al tumulto interiore. «Il raccoglimento – scrive Romano Guardini nel volume *Lo spirito della liturgia. I santi segni* (Morcelliana, 2005) – è la vittoria riportata sulla dispersione e sul nervosismo [...]. Raccogliersi, è creare un'unità vivente in un'esistenza assalita dalle cose del mondo, impegnata nella diversità degli avvenimenti». Il raccoglimento, inteso e vissuto come una sorta di iniziazione al silenzio orante, non separa dalla realtà esterna; lo sottolinea chiaramente

papa Francesco al n. 26 dell'esortazione apostolica *Gaudete et exsultate*: «Non è sano amare il silenzio ed evitare l'incontro con l'altro, desiderare il riposo e respingere l'attività, ricercare la preghiera e sottovalutare il servizio [...]. Siamo chiamati a vivere la contemplazione anche in mezzo all'azione, e ci santifichiamo nell'esercizio responsabile e generoso della nostra missione».

Il silenzio della preghiera porta la vita davanti al Signore e il Signore dentro la vita, che è fatta di volti e di nomi; papa Francesco, al n. 281 dell'esortazione apostolica *Evangelii gaudium*, avverte: «La contemplazione che lascia fuori gli altri è un inganno».

*Gualtiero Sigismondi*

Assistente generale  
dell'Azione Cattolica Italiana