

PREGARE

Antonio Ramina

Con tutta la forza del cuore

Nell'amore umano e divino
di Gesù Cristo

Per i testi della *Bibbia* CEI 2008:
Copyright © 2008 Fondazione di Religione
Santi Francesco d'Assisi e Caterina da Siena, Roma

Per i testi di papa Francesco:
© Dicastero per la Comunicazione - Libreria Editrice Vaticana

ISBN 978-88-250-4530-7
ISBN 978-88-250-4531-4 (PDF)
ISBN 978-88-250-4532-1 (EPUB)

Copyright © 2025 by P.I.S.A.P. F.M.C.
MESSAGGERO DI SANT'ANTONIO – EDITRICE
Basilica del Santo – Via Orto Botanico, 11 – 35123 Padova
www.edizionimessaggero.it

Introduzione

Amore umano e divino

La quarta enciclica di papa Francesco – *Dilexit nos* (da ora in poi: DN) – si apre con l'intensità di un linguaggio appassionato. I termini proposti nel sottotitolo, infatti – «Lettera enciclica sull'amore umano e divino del Cuore di Gesù Cristo» – orientano la nostra attenzione indirizzandola a riflettere sulla qualità dell'amore di Cristo, simbolicamente richiamato dal suo cuore che, senza separazione, batte umanamente e divinamente. Come a dire che, per capire l'amore divino, può esserci di aiuto considerare la bellezza del nostro amore umano; e – viceversa – per capire cosa significhi amare all'altezza della nostra umana dignità, occorre interrogare la modalità con cui si esprime l'amore divino. In Cristo, amare umanamente e amare divinamente rivelano una medesima dedizione. E, da parte nostra,

la devozione al Cuore di Cristo non è il culto di un organo separato dalla Persona di Gesù. Ciò che contempliamo e adoriamo è Gesù Cristo intero, il Figlio di Dio fatto uomo, rappresentato in una sua immagine dove è evidenziato il suo cuore. In questo caso il cuore di carne è assunto come immagine o segno privilegiato del centro più intimo del Figlio incarnato e del suo amore insieme divino e umano (DN 48).

Sacro è anche il nostro cuore

Certo, quando si parla di «Sacro Cuore» lo si fa chiaramente in relazione al Signore Gesù, per contemplare simbolicamente nel Figlio di Dio il suo dono totale per noi; «il culto del Sacro Cuore esprime in modo eccellente, come una sintesi sublime, il nostro culto a Gesù Cristo» (DN 79). Il Cuore di Cristo è sacro perché è il Cuore del Salvatore che si spacca per amore nostro, al fine di dare vita a noi, di farci entrare nel fiume d'acqua viva della sua tenerezza misericordiosa, salvandoci per sempre e mettendoci al sicuro nella comunione con lui e tra di noi. Sebbene in modo assai diverso, possiamo però dire che sacro è anche il nostro cuore allorché, animato dalla carità di Cristo e abitato dal dono dello Spirito Santo, diviene capace di amare come Gesù. Sarà mai possibile amarci come Gesù ci ha amato? Forse non ne saremo mai capaci, eppure questo rimarrà per sempre uno dei suoi comandamenti più vibranti: «che vi amiate gli uni gli altri come io ho amato voi» (Gv 15,12). Guardare al Cuore di Cristo «ci aiuta a prestare maggiore attenzione alle sofferenze e ai bisogni degli altri, ci rende forti per partecipare alla sua opera di liberazione, come strumenti per la diffusione del suo amore» (DN 171).

Se guardiamo alla testimonianza di molti nostri fratelli e sorelle che ci hanno preceduto nel cammino

della fede, scopriamo che il linguaggio simbolico del «cuore» viene impiegato in tanti modi diversi. Talvolta viene utilizzato per sintetizzare al massimo la passione d'amore che Gesù ci ha mostrato. Altre volte è il loro stesso cuore a essere chiamato in causa, come centro propulsivo di ogni desiderio, come «luogo» in cui si compiono cammini di semplificazione, di conformazione a Cristo, di comunione nello Spirito, di servizio. A partire dal cuore riconosciamo l'urgenza della nostra missione:

Egli ti manda a diffondere il bene e ti spinge da dentro. Per questo ti chiama con una vocazione di servizio: farai del bene come medico, come madre, come insegnante, come sacerdote. Ovunque tu sia, potrai sentire che Lui ti chiama e ti manda a vivere questa missione sulla terra (DN 215).

I testi che seguono – sullo stile di un'antologia – sono accostati come diverse voci che ci fanno ascoltare molteplici e complementari testimonianze. Sono voci che ci aprono alla gratitudine per l'amore sgorgato dal Cuore di Cristo, oppure ci invitano a comprendere cosa significhi assumere, piano piano, un cuore amante, a somiglianza del Figlio di Dio.

Entrando nel Cuore di Cristo, ci sentiamo amati da un cuore umano, pieno di affetti e sentimenti come i nostri. La sua volontà umana vuole liberamente amarci, e questa volontà spirituale è pienamente illuminata dalla grazia e dalla carità. Quando raggiungiamo l'intimo di quel Cuore, siamo inondati dalla gloria incommensurabile del suo amore in-

finito di Figlio eterno, che non possiamo più separare dal suo amore umano. È proprio nel suo amore umano, e non allontanandoci da esso, che troviamo il suo amore divino: troviamo «l'infinito nel finito» (DN 67).

Come un fiume

I brani selezionati, per lo più parole di santi o di sante, ma anche riflessioni di testimoni recenti, sono proposti in ordine cronologico: la raccolta si apre con alcuni versetti biblici e si sviluppa come un fiume, fino a raggiungere i tempi nostri. A dire che la simbologia del cuore ha da sempre aiutato a «raccontare» la fede, dal suo nascere fino ai nostri giorni; a esprimere esistenzialmente tratti particolarmente vibranti della vita cristiana.

Non vi è dunque un percorso vero e proprio in queste pagine, ma una raccolta per certi versi eterogenea che cerca di valorizzare molte delle figure cristiane citate anche da papa Francesco nella sua enciclica. A ogni brano citato farà seguito qualche riga di commento, da leggere come possibile chiave di lettura, spesso ispirandosi proprio all'enciclica *Dilexit nos* di volta in volta citata e che farà, per così dire, da «basso continuo» alla sequenza dei brani proposti.

Paolo

Una «lettera» scritta dallo Spirito

La speranza non delude, perché l'amore di Dio è stato riversato nei nostri cuori per mezzo dello Spirito Santo che ci è stato dato (Rm 5,5).

Vicino a te è la parola, sulla tua bocca e nel tuo cuore: cioè la parola della fede che noi predichiamo. Poiché se con la tua bocca proclamerai: «Gesù è il Signore!», e con il tuo cuore crederai che Dio lo ha risuscitato dai morti, sarai salvo. Con il cuore infatti si crede per ottenere la giustizia, e con la bocca si fa la professione di fede per avere la salvezza (Rm 10,8-10).

E che voi siete figli lo prova il fatto che Dio mandò nei nostri cuori lo Spirito del suo Figlio, il quale grida: «Abbà! Padre!». Quindi non sei più schiavo, ma figlio e, se figlio, sei anche erede per grazia di Dio (Gal 4,6-7).

Infatti tutte le promesse di Dio in lui sono “sì”. Per questo attraverso di lui sale a Dio il nostro “Amen” per la sua gloria. È Dio stesso che ci conferma, insie-

me a voi, in Cristo e ci ha conferito l'unzione, ci ha impresso il sigillo e ci ha dato la caparra dello Spirito nei nostri cuori (2Cor 1,20-22).

Cominciamo di nuovo a raccomandare noi stessi? O abbiamo forse bisogno, come alcuni, di lettere di raccomandazione per voi o da parte vostra? La nostra lettera siete voi, lettera scritta nei nostri cuori, conosciuta e letta da tutti gli uomini. È noto infatti che voi siete una lettera di Cristo composta da noi, scritta non con inchiostro, ma con lo Spirito del Dio vivente, non su tavole di pietra, ma su tavole di cuori umani (2Cor 3,1-3).

Rivestitevi dunque di sentimenti di tenerezza, di bontà, di umiltà, di mansuetudine, di magnanimità, sopportandovi a vicenda e perdonandovi gli uni gli altri, se qualcuno avesse di che lamentarsi nei riguardi di un altro. Come il Signore vi ha perdonato, così fate anche voi. Ma sopra tutte queste cose rivestitevi della carità, che le unisce in modo perfetto. E la pace di Cristo regni nei vostri cuori, perché ad essa siete stati chiamati in un solo corpo. E rendete grazie! (Col 3,12-15).

La raccolta di citazioni ci mette in contatto con alcune ricorrenze «infuocate» della parola «cuore». Sono frammenti del pensiero dell'Apostolo, quasi un mosaico, frammenti centrali perché ci ricordano e ci fanno riassaporare alcuni tratti centrali della nostra fede:

– il nostro cuore è dimora dello Spirito Santo e da lì ci viene suggerito il nome «giusto» di Dio: Padre;

– ciò che viene professato con la bocca occorre sia prima creduto con il cuore, quasi un «sesto senso» fondamentale, che ci fa credere nella risurrezione;

– il cuore stesso di san Paolo diviene il «supporto» su cui è scritta la «lettera della fede» dei suoi destinatari, anch'essi a loro volta portatori di un cuore su cui ha scritto lo Spirito Santo e che li rende capaci di sentimenti di misericordia, sempre «anticipati» dall'amore di Gesù: «Il suo cuore aperto ci precede e ci aspetta senza condizioni, senza pretendere alcun requisito previo per poterci amare e per offrirci la sua amicizia» (DN 1).

Agostino

Per raggiungere l'irraggiungibile

Tu sei grande, Signore, e ben degno di lode; grande è la tua virtù, e la tua sapienza incalcolabile. E l'uomo vuole lodarti, una particella del tuo creato, che si porta attorno il suo destino mortale, che si porta attorno la prova del suo peccato e la prova che tu resisti ai superbi. Eppure l'uomo, una particella del tuo creato, vuole lodarti. Sei tu che lo stimoli a dilettersi delle tue lodi, perché ci hai fatti per te, e il nostro cuore non ha posa finché non riposa in te. Concedimi, Signore, di conoscere e capire se si deve prima invocarti o lodarti, prima conoscere oppure invocare. Ma come potrebbe invocarti chi non ti conosce? Per ignoranza potrebbe invocare questo per quello. Dunque ti si deve piuttosto invocare per conoscere? Ma come invocheranno colui, in cui non credettero? E come credere, se prima nessuno dà l'annuncio? Loderanno il Signore coloro che lo cercano? Perché cercandolo lo trovano, e trovandolo lo loderanno. Che io ti cerchi, Signore, invocandoti, e t'invochi credendoti, perché il tuo annuncio ci è giunto. T'invoca, Signore, la mia fede, che mi hai dato e ispirato mediante il tuo Figlio fatto uomo, mediante l'opera del tuo Annunziatore (SANT'AGO-

STINO, *Confessioni* 1,1, in *Opere di Sant'Agostino*, vol. I, Città Nuova editrice, Roma 1975, p. 5).

Coloro che hanno ricevuto la pace per annunciarla al popolo, essi hanno contemplato la Sapienza stessa, per quanto almeno è concesso al cuore dell'uomo di raggiungere ciò che occhio non vede, né orecchio udì, né mai entrò in cuore di uomo. Ma se questa sapienza mai entrò in cuore di uomo, come poté raggiungere il cuore di Giovanni? Forse che Giovanni non era un uomo? Oppure diremo, non che la sapienza raggiunse il cuore di Giovanni, ma che fu il cuore di Giovanni a raggiungerla? Ciò che infatti sale al cuore dell'uomo, è più in basso rispetto all'uomo, mentre ciò a cui il cuore dell'uomo si eleva è all'uomo superiore. Credo, o fratelli, che possiamo esprimerci anche in questo modo: che salì nel cuore di Giovanni, in quanto egli stesso non era uomo. Ma che cosa vuol dire «non era un uomo»? In quanto, cioè, egli aveva incominciato ad essere angelo; poiché tutti i santi sono angeli, in quanto sono messaggeri di Dio. Così, quando l'Apostolo si rivolge agli uomini che hanno una mentalità carnale e perciò incapaci di percepire le cose di Dio, come si esprime? Dal momento che dite: io sono di Paolo, io di Apollo, non siete forse uomini? (1Cor 3,4). Cosa pretendeva che fossero quelli che egli rimproverava di essere uomini? Volete saperlo? Ascoltate ciò che dicono i Salmi: Io

vi ho detto: siete dèi e tutti figli dell'Altissimo (Sal 81,6). A questo dunque ci chiama Dio, a non essere uomini. Ma saremo cambiati in meglio, da uomini che siamo, a condizione che riconosciamo di non essere altro che uomini. È l'umiltà che ci eleva a questa altezza. Se, invece, noi ci illudiamo di essere qualcosa, mentre in realtà siamo niente, non solo non riceveremo quello che ancora non siamo, ma perderemo anche ciò che siamo (SANT'AGOSTINO, *Omellie sul Vangelo di Giovanni* 1,4, in *Opere di Sant'Agostino*, vol. XXIV, Città Nuova editrice, Roma 1968, p. 5).

Impossibile lodare il Signore! Siamo così fragili e lontani da lui! Eppure è l'aspirazione più grande del nostro cuore, un cuore inquieto finché nel Signore non trova riposo. È il Signore che ci rende capaci di conoscerlo, amarlo e lodarlo. È Gesù che ci apre il suo cuore: «lì sta l'origine della sapienza più preziosa, che è quella di conoscere Lui. Infatti, Agostino scrive che Giovanni, l'amato, quando nell'ultima Cena chinò il capo sul petto di Gesù, si accostò al luogo segreto della sapienza» (DN 103).

Grazie al nostro cuore possiamo inoltre scoprire la nostra vocazione a essere «angeli», anzi: dèi e figli dell'Altissimo. In che senso? Grazie alla Sapienza con cui il Signore riempie il nostro cuore, cioè, siamo inviati come messaggeri della pace. È questo che ci rende simili a Dio e pienamente figli. Purché riconosciamo umilmente che, per quanto sta in noi, siamo davvero poca cosa.

Bernardo di Chiaravalle

Appare il mistero del cuore

È chiaro che ha sbagliato chi ha detto: «La mia colpa è troppo grande perché ottenga perdono» (Gen 4,13). [...] Io, in verità, prendo con fiducia per me ciò che mi manca, dalle viscere del Signore, perché esse traboccano di misericordia, e non mancano le fenditure attraverso le quali la misericordia può riversarsi. Hanno forato le sue mani e i suoi piedi, hanno trapassato con la lancia il suo fianco, e attraverso queste aperture posso succhiare miele dalla roccia e olio dalla pietra durissima, in altre parole gustare e vedere com'è dolce il Signore. Egli nutriva pensieri di pace e io non lo sapevo. «Chi mai ha conosciuto il pensiero del Signore o chi è stato suo consigliere?» (Ger 29,11), ma il chiodo che penetra è stato per me la chiave che apre, affinché io veda la volontà del Signore. Come non vederla attraverso le fenditure della roccia? Lo grida il chiodo, lo grida la piaga, che, davvero, Dio è in Cristo per riconciliare a sé il mondo. «Una spada ha trapassato la sua anima, e si è avvicinata al suo cuore» (Sal 104,18), affinché, ormai, egli sappia compatire le mie debolezze. Attraverso le ferite del corpo appare il mistero del cuore,

appare quel grande mistero della pietà, appaiono le «viscere di misericordia del nostro Dio, per cui ci ha visitato dall'alto un sole che sorge» (Lc 1,78). Perché le viscere non dovrebbero apparire attraverso le piaghe? Dove, infatti, poteva risplendere con maggiore chiarezza che «tu, Signore, sei buono e mite, e pieno di misericordia» (Sal 85,5) se non nelle tue piaghe? Nessuno, infatti, ha misericordia più grande di chi dà la propria vita per degli uomini condannati e dannati. Il mio merito, pertanto, è la misericordia del Signore. Non sarò sicuramente privo di merito, fino a quando il Signore non sarà privo di misericordia. Se le misericordie del Signore sono molte, anch'io sono molto grande per quanto riguarda i meriti. Che cosa significa, infatti, se io sono consapevole, in me stesso, di molte colpe? Infatti «dove abbondò il peccato, sovrabbondò la grazia» (Rm 5,20). E, «se la grazia del Signore è da sempre e dura in eterno» (Sal 102,17), anch'io «canterò senza fine le misericordie del Signore» (Sal 88,1). Canterò forse anche la mia giustizia? «Signore, ricorderò che tu solo sei giusto» (Sal 70,16). La giustizia, in verità, è anche mia; ecco, ti sei fatto per me giustizia che viene da Dio. Devo forse temere che una sola giustizia non sia sufficiente per entrambi? Essa non è un mantello corto che, secondo il Profeta, non può coprire entrambi. «La tua giustizia è giustizia eterna» (Sal 118,142). Che cosa è più lungo dell'eternità? Un'ampia ed eterna giusti-

Indice

Introduzione.....	pag. 5
Paolo	
<i>Una «lettera» scritta dallo Spirito</i>	9
Agostino	
<i>Per raggiungere l'irraggiungibile</i>	12
Bernardo di Chiaravalle	
<i>Appare il mistero del cuore.....</i>	15
Francesco d'Assisi	
<i>La più centrale occupazione del cuore.....</i>	18
Antonio di Padova	
<i>Un cuore da seminare e irrigare.....</i>	21
Chiara d'Assisi	
<i>Il cuore di chi è fedele è più grande del cielo</i>	25
Bonaventura	
<i>Più desiderio che intelletto</i>	28
Angela da Foligno	
<i>Tutte cose vere</i>	33

Gertrude di Helfta	
<i>L'olio della riconoscenza</i>	36
Ludolfo di Sassonia	
<i>Rendergli amore per amore</i>	39
Giuliana di Norwich	
<i>Guarda quanto ti ho amato</i>	42
Teresa d'Avila	
<i>Cuore: un «centro eccentrico»</i>	46
Giovanni della Croce	
<i>Un cuore sospeso</i>	49
Francesco di Sales	
<i>Una ferita di ritorno</i>	53
Margherita Maria Alacoque	
<i>Nel suo Cuore adorabile</i>	55
Claude de la Colombière	
<i>Un Cuore d'impareggiabile bontà</i>	58
Teresa di Gesù Bambino	
<i>Audacia amorosa</i>	61
Charles de Foucauld	
<i>Un cuore perso per il Sacro Cuore</i>	66
Massimiliano Kolbe	
<i>Il nostro cuore desidera un bene senza limiti</i>	74

Thomas Merton	
<i>Non un amore copiato</i>	78
André Louf	
<i>In stato di preghiera</i>	80
Giovanni XXIII	
<i>Amare con i fatti</i>	86
Paolo VI	
<i>Cuore chiama cuore</i>	88
Giovanni Paolo I	
<i>Viaggiare con il cuore</i>	93
Giovanni Paolo II	
<i>Gustare la carità alla sua fonte</i>	98
Benedetto XVI	
<i>Fremito di compassione</i>	102
Papa Francesco	
<i>Coltivare l'arte del ricordo</i>	105
Una preghiera	115

ELISA SALVATO, *Dalla Verna ad Assisi. Con san Francesco dalla festa delle Stimmate al 4 ottobre*, 2021, pp. 82.

MICHAELDAVIDE SEMERARO, *Mia gioia, Cristo è risorto! Meditazioni quotidiane da Pasqua a Pentecoste*, 2022, pp. 124.

MICHAELDAVIDE SEMERARO, *Nove aurore e dodici notti. Meditazioni quotidiane dal 16 dicembre all'Epifania*, 2022, pp. 112.

FRANCESCO FARRONATO, *Briciole povere di un pane di festa. Esercizi spirituali per tutti*, 2023, pp. 174.

ELISA PARISE, *Attendere vita. Meditazioni quotidiane: Avvento, Natale, Epifania*, 2023, pp. 176.

ERMES RONCHI, *Inciampare in una stella. Meditazioni sui vangeli dal 17 dicembre al 6 gennaio*, 2023, pp. 136.

FRANCESCO FARRONATO, *Esercizi spirituali per chi cerca se stesso*, 2024, pp. 216.

FRANCESCO FARRONATO, *Io e Dio. Un noi di terra e cielo*, 2025, pp. 256.

PAPA FRANCESCO, *100 meditazioni sulla Speranza. Per la preghiera, la riflessione, l'adorazione*, 2025, pp. 136.

