

San Domenico di Guzmán e la Preghiera

Oggi la Chiesa celebra la memoria di san Domenico di Guzmán, Sacerdote e Fondatore dell'Ordine dei Predicatori, detti Domenicani. In una [precedente Catechesi](#), ho già illustrato questa insigne figura e il fondamentale contributo che ha apportato al rinnovamento della Chiesa del suo tempo. Oggi, vorrei metterne in luce un aspetto essenziale della sua spiritualità: **la sua vita di preghiera**. San Domenico fu un uomo di preghiera. Innamorato di Dio, non ebbe altra aspirazione che la salvezza delle anime, in particolare di quelle cadute nelle reti delle eresie del suo tempo; imitatore di Cristo, incarnò radicalmente i tre consigli evangelici unendo alla proclamazione della Parola una testimonianza di una vita povera; sotto la guida dello Spirito Santo, progredì sulla via della perfezione cristiana. In ogni momento, la preghiera fu la forza che rinnovò e rese sempre più feconde le sue opere apostoliche.

Il Beato Giordano di Sassonia, morto nel 1237, suo successore alla guida dell'Ordine, scrive così: «Durante il giorno, nessuno più di lui si mostrava socievole... Viceversa di notte, nessuno era più di lui assiduo nel vegliare in preghiera. Il giorno lo dedicava al prossimo, ma la notte la dava a Dio » (P. Filippini, *San Domenico visto dai suoi contemporanei*, Bologna 1982, pag. 133). In san Domenico possiamo vedere un esempio di integrazione armoniosa tra contemplazione dei misteri divini e attività apostolica. Secondo le testimonianze delle persone a lui più vicine, «egli parlava sempre con Dio o di Dio». Tale osservazione indica la sua comunione profonda con il Signore e, allo stesso tempo, il costante impegno di condurre gli altri a questa comunione con Dio. Non ha lasciato scritti sulla preghiera, ma la tradizione domenicana ha raccolto e tramandato la sua esperienza viva in un'opera dal titolo: *Le nove maniere di pregare di San Domenico*. Questo libro è stato composto tra il 1260 e il 1288 da un Frate domenicano; esso ci aiuta a capire qualcosa della vita interiore del Santo e aiuta anche noi, con tutte le differenze, a imparare qualcosa su come pregare.

Sono quindi nove le maniere di pregare secondo san Domenico e ciascuna di queste che realizzava sempre davanti a Gesù Crocifisso, esprime un atteggiamento corporale e uno spirituale che, intimamente compenetrati, favoriscono il raccoglimento e il fervore. I primi sette modi seguono una linea ascendente, come passi di un cammino, verso la comunione con Dio, con la Trinità: san Domenico prega in piedi inchinato per esprimere l'umiltà, steso a terra per chiedere perdono dei propri peccati, in ginocchio facendo penitenza per partecipare alle sofferenze del Signore, con le braccia aperte fissando il Crocifisso per contemplare il Sommo Amore, con lo sguardo verso il cielo sentendosi attirato nel mondo di Dio. Quindi sono tre forme: in piedi, in ginocchio, steso a terra; ma sempre con lo sguardo rivolto verso il Signore Crocifisso. Gli ultimi due modi, invece, su cui vorrei soffermarmi brevemente, corrispondono a due pratiche di pietà abitualmente vissute dal Santo. Innanzitutto la meditazione personale, dove la preghiera acquista una dimensione ancora più intima, fervorosa e rasserenante. Al termine della recita della Liturgia delle Ore, e dopo la celebrazione della Messa, san Domenico prolungava il colloquio con Dio, senza porsi limiti di tempo. Seduto tranquillamente, si raccoglieva in se stesso in atteggiamento di ascolto, leggendo un libro o fissando il Crocifisso. Viveva così intensamente questi momenti di rapporto con Dio che anche esteriormente si potevano cogliere le sue reazioni di gioia o di pianto. Quindi ha assimilato a sé, meditando, le realtà della fede. I testimoni raccontano che, a volte, entrava in una sorta di estasi con il volto trasfigurato, ma subito dopo riprendeva umilmente le sue attività quotidiane ricaricato

dalla forza che viene dall'Alto. Poi la preghiera durante i viaggi tra un convento e l'altro; recitava le Lodi, l'Ora Media, il Vespro con i compagni, e, attraversando le valli o le colline, contemplava la bellezza della creazione. Allora dal suo cuore sgorgava un canto di lode e di ringraziamento a Dio per tanti doni, soprattutto per la più grande meraviglia: la redenzione operata da Cristo.

Cari amici, san Domenico ci ricorda che all'origine della testimonianza della fede, che ogni cristiano deve dare in famiglia, nel lavoro, nell'impegno sociale, e anche nei momenti di distensione, sta la preghiera, il contatto personale con Dio; solo questo rapporto reale con Dio ci dà la forza per vivere intensamente ogni avvenimento, specie i momenti più sofferti. Questo Santo ci ricorda anche l'importanza degli atteggiamenti esteriori nella nostra preghiera. L'inginocchiarsi, lo stare in piedi davanti al Signore, il fissare lo sguardo sul Crocifisso, il fermarsi e raccogliersi in silenzio, non sono secondari, ma ci aiutano a porci interiormente, con tutta la persona, in relazione con Dio. Vorrei richiamare ancora una volta la necessità per la nostra vita spirituale di trovare quotidianamente momenti per pregare con tranquillità; dobbiamo prenderci questo tempo specie nelle vacanze, avere un po' di tempo per parlare con Dio. Sarà un modo anche per aiutare chi ci sta vicino ad entrare nel raggio luminoso della presenza di Dio, che porta la pace e l'amore di cui abbiamo tutti bisogno. Grazie.

Benedetto XVI, Udienza di Mercoledì, 8 agosto 2012, Castelgandolfo