

LA PRESENZA DI DIO

1. *Che cosa è la presenza di Dio?*

La presenza di Dio è un esercizio di vita spirituale destinato a mantenerci in contatto con Dio nelle nostre varie occupazioni quotidiane. Esso è, si può dire, una orazione mentale che si prolunga durante l'intera giornata.

Come l'orazione mentale, è composto di un duplice elemento: pensiero ed affetto; si tratta infatti di pensare a Dio e di tenere l'affetto orientato verso di Lui.

2. *Quale è l'elemento principale della presenza di Dio?*

L'elemento principale non è il pensiero, come molti credono, bensì l'affetto, come nell'orazione mentale; il pensiero serve a orientare il cuore, ossia la volontà verso Dio, ma poi con la volontà l'anima si unisce più intimamente al Signore e indirizza a lui tutto il suo operare.

E' del resto più facile rimanere lungamente in contatto con Dio per mezzo della volontà che non con l'intelletto.

3. *Onde proviene questa differenza?*

La differenza nell'applicazione dell'intelletto e della volontà deriva dal fatto che praticamente non è possibile pensare a Dio in modo ininterrotto, dato che, spesse volte, le nostre occupazioni richiedono tutta la nostra attenzione e che non abbiamo la possibilità di pensare contemporaneamente a due cose diverse.

Invece, anche mentre l'intelligenza è interamente occupata nel lavoro che stiamo compiendo, il cuore può rimanere orientato verso il Signore perché, anche se il lavoro per sua natura fosse distraente, potremmo sempre farlo per Lui, per compiere cioè la sua volontà e per glorificarlo.

4. *Come terremo orientato più facilmente il nostro cuore verso Dio?*

Possiamo farlo alimentando direttamente l'affetto con piccoli esercizi affettivi, come sono le orazioni giaculatorie, le pie invocazioni, l'offerta delle nostre azioni, le domande di aiuto celeste, ossia per mezzo di brevissime conversazioni con Dio in cui Gli manifestiamo il nostro amore e la nostra fiducia.

Questo però non ci sarà possibile se il pensiero del Signore non si presenterà spesse volte alla nostra mente.

5. *Vi è qualche modo per richiamare frequentemente il pensiero di Dio alla nostra intelligenza?*

Vi sono per questo vari metodi; anzi le diverse « for-

me » dell'esercizio della presenza di Dio vengono abitualmente distinte secondo i mezzi usati per richiamare il pensiero di Dio alla mente. Così distinguiamo la pratica della presenza di Dio « esterna », quella « immaginaria », e quella « intellettuale ».

6. In che cosa consiste la pratica della presenza di Dio « esterna »?

Consiste nel servirci di un oggetto a noi esterno per pensare frequentemente al Signore.

Un crocifisso che portiamo sempre con noi, mettendocelo dinanzi durante il lavoro, baciandolo, venerandolo, terrà vivo in noi il ricordo di N. S. Gesù Cristo e ci darà occasione di parlare affettuosamente con Lui.

Così pure il ricordo della presenza eucaristica nella cappella della casa che abitiamo, alla quale ritorniamo continuamente col pensiero, può giovare moltissimo a mantenerci in contatto col Signore e a far sì che ci intratteniamo con Lui.

Lo stesso si dica di pie immagini, ecc.

7. In che cosa consiste la pratica della presenza di Dio « immaginaria »?

Questa pratica consiste nel rappresentarci con l'immaginazione che il Signore, la Madonna o qualche Santo siano molto vicino a noi e ci accompagnino dapper-

tutto; noi cerchiamo di rivolgerci ad essi con brevi parole spontanee oppure con qualcuno dei diversi esercizi affettivi cui abbiamo sopra accennato.

Non tutte le persone però riescono bene in questo modo di praticare la presenza di Dio, che richiede una immaginazione vivace e un'intera padronanza di essa.

8. Una tale rappresentazione non manca forse di verità?

In nessun modo, perché se la santissima Umanità di Cristo, o la Madonna, o i Santi non ci sono fisicamente presenti, sono tuttavia presenti spiritualmente, per la ragione che i Santi e la Madonna ci vedono nell'essenza divina che contemplanò, e così sono in relazione con noi, e che l'Umanità di Cristo esercita su di noi un influsso anche fisico nella comunicazione della grazia.

Questa relazione « spirituale » noi possiamo benissimo « rappresentarcela » immaginando di essere in compagnia del Signore o dei Santi.

9. Possiamo quindi fare l'esercizio della presenza di Dio anche rivolgendoci ai Santi?

Sì, evidentemente; perché anche il ricordo della Madonna e dei Santi giova ad orientare il nostro cuore e le nostre azioni verso il Signore, e in questo orientamento della volontà consiste l'elemento più sostanziale della presenza di Dio.

10. *Che cosa è la pratica della presenza di Dio « intellettuale »?*

La pratica della presenza di Dio « intellettuale » è quella con cui richiamiamo alla mente il ricordo di Dio mediante un pensiero di fede.

L'anima ricorda, per esempio, la presenza continua della santissima Trinità in lei e cerca di piacere agli Ospiti divini; oppure considera come i suoi doveri siano per lei manifestazione del volere divino e si unisce continuamente a questa divina volontà; con la luce soprannaturale « vede » che tutte le circostanze della sua vita sono disposte dalla divina Provvidenza e ripete al suo Padre celeste: « Sono contenta di tutto »; oppure, sapendo che Dio la vede sempre, cerca di fare ogni cosa nel modo che può renderla più gradita allo sguardo divino, ecc.

11. *Quale è la forma migliore dell'esercizio della presenza di Dio?*

La forma migliore di questo esercizio è quella che ci va più a genio, e ciò non si determina « a priori » o col ragionamento, ma con l'esperienza.

Si noti, tuttavia, che nella pratica della presenza di Dio non dobbiamo attaccarci in modo esclusivo a una forma determinata, ma possiamo benissimo variare secondo le circostanze.

Abitualmente, però, dobbiamo preferire una forma

particolare di questo esercizio e sceglieremo quella che a noi si è dimostrata più utile.

Possiamo quindi usare anche qui di una santa libertà.

12. *L'esercizio della presenza di Dio si può unire alle azioni naturali più comuni e anche a quelle che ci sono di sollievo?*

Indubbiamente; troveremo anzi in questo esercizio il modo più pratico per santificare queste azioni.

Anche nei pasti possiamo innalzare il nostro cuore a Dio, e invece di cercare soddisfazione nel cibo, studiarci di mangiare con santa indifferenza allo scopo di ristorare le nostre forze per riprendere con maggiore decisione il servizio di Dio. San Paolo lo insegna: « Sia che mangiate, sia che beviate fate tutto a gloria di Dio » ¹⁵).

Lo stesso si dica delle nostre ricreazioni che dobbiamo offrire al Signore, avendo in esse lo scopo di acquistare nuove energie che impiegheremo per la sua gloria. Anzi, dobbiamo ordinare a questo fine lo stesso riposo al quale dobbiamo prepararci facendone esplicitamente l'offerta al Signore.

Così l'esercizio della presenza di Dio ci permetterà indubbiamente di vivere durante tutta la giornata la nostra vita di amore.

¹⁵) I Cor., 10, 31.