

PREGA COME RESPIRI, ININTERROTTAMENTE!

(CHE COSA SIGNIFICA PREGARE SENZA INTERRUZIONE?)

“Non smettete mai di pregare.” (1Tessalonicesi 5:17)



L'esortazione dell'apostolo Paolo in 1Tessalonicesi 5:17 a pregare incessantemente può essere fonte di confusione. Ovviamente, non può significare che dobbiamo stare a testa bassa e con gli occhi chiusi per tutto il giorno. Paolo non si riferisce a un parlare ininterrotto, ma piuttosto a un atteggiamento che coltiviamo costantemente dentro di noi e che è motivato dalla certezza della presenza di Dio e dall'abbandono fiducioso a Lui. Ogni momento di veglia dovrebbe essere vissuto nella piena e sicura consapevolezza che Dio è con noi, e che è attivamente coinvolto nei nostri pensieri e nelle nostre azioni.

Nel capitolo 2 di Nehemia, si può imparare qualcosa di molto importante sulla preghiera. Nehemia era il coppiere del re Artaserse I di Persia (465-424 a.C.), nella corte di Susa. Egli svolgeva il compito di servire le bevande al sovrano; la sua funzione era cruciale per la sicurezza del re, dovendo egli assicurarsi che le bevande non contenessero veleni, assaggiando il contenuto del calice prima di offrirlo al

sovrano, per confermarne la potabilità e la purezza. La carica era dunque riservata a persone completamente affidabili, dato che la vita del re dipendeva da loro. Oltre a questa mansione cruciale per la sicurezza del re, il coppiere esercitava una notevole influenza a corte, poiché era spesso presente ai colloqui e alle riunioni.

Un giorno, Nehemia si presenta al cospetto del re con una espressione sul volto che riflette uno stato interiore di malinconia e avvilitamento; allora Artaserse domanda al coppiere il motivo di ciò. Nehemia riferisce la circostanza con queste parole: **“Nel mese di Nisan, il ventesimo anno del re Artaserse, il vino stava davanti al re; io lo presi e glielo versai. Io non ero mai stato triste in sua presenza. Il re mi disse: «Perché hai l’aspetto triste? Eppure non sei malato; non può essere altro che per una preoccupazione». Allora fui preso da una grande paura** [probabilmente il re parlò come se sospettasse che Nehemia covasse qualche cattivo disegno e che il suo volto indicasse un tradimento o un rimorso], **e dissi al re: «Che il re viva per sempre!** [“Lungi dall’augurare il male al mio signore, desidero al contrario che viva e prosperi per sempre.”] **Come potrei non essere triste quando la città dove sono le tombe dei miei padri è distrutta e le sue porte sono consumate dal fuoco?»** E il re mi disse: **«Che cosa domandi?» Allora io pregai il Dio del cielo** [prima di osare presentare la sua richiesta al re, Nehemia pregò Dio, nella sua mente, affinché la sua supplica fosse accolta] **e poi risposi al re: «Se ti sembra giusto e il tuo servo ha incontrato il tuo favore, mandami in Giudea, nella città dove sono le tombe dei miei padri, affinché io la ricostruisca».** Il re, che aveva la regina seduta al suo fianco, mi disse: **«Quanto durerà il tuo viaggio? Quando ritornerai?»** La cosa piacque al re, che mi lasciò andare, e gli indicai una data.” (Nehemia 2:1-6)

Ma facciamo bene attenzione a quello che Nehemia dice prima di rispondere al re: **“Allora io pregai il Dio del cielo e poi risposi al re”**. Quanto è durata quella preghiera? Due secondi? Cinque secondi? Dieci secondi? Pensiamo forse che Nehemia abbia chiuso gli occhi? Pensiamo che si sia inginocchiato o che abbia giunto le mani? Ebbene, quello che possiamo imparare da Nehemia 2:4 è che alcune preghiere durano solo pochi secondi. Per alcune preghiere non chiudiamo gli occhi,

non ci inginocchiando, non uniamo le mani palma a palma. Personalmente credo di avere imparato da questo versetto qualcosa su ciò che significa pregare senza interruzione, e cioè in che modo un figlio di Dio può parlare costantemente con Lui in preghiera. Ovviamente ci sono preghiere pubbliche; ci sono preghiere che richiedono lunghi periodi di devozione privata, ma c'è una comunicazione costante. Posso rivolgermi al Padre in preghiera, anche se si tratta di una implorazione molto breve. Quando i nostri pensieri si trasformano in preoccupazioni, paure, scoraggiamento o rabbia, dobbiamo trasformare rapidamente ogni pensiero in preghiera, e ogni preghiera in ringraziamento.

L'apostolo Paolo esortò i Cristiani che erano in Filippi con queste potenti parole: **“Non angustiatevi di nulla, ma in ogni cosa fate conoscere le vostre richieste a Dio in preghiere e suppliche, accompagnate da ringraziamenti”** (Filippesi 4:6). Paolo impartì il medesimo insegnamento anche ai credenti che erano in Colosse: **“Perseverate nella preghiera, vegliando in essa con rendimento di grazie”** (Colossesi 4:2).

Sempre Paolo spronò i Cristiani di Efeso a vedere la preghiera come un'arma da usare per combattere le battaglie spirituali: **“Pregate in ogni tempo, per mezzo dello Spirito, con ogni preghiera e supplica; vegliate a questo scopo con ogni perseveranza.”** (Efesini 6:18)

Durante la giornata, la preghiera dovrebbe essere la nostra prima risposta a ogni situazione spaventosa, a ogni pensiero angoscioso, a ogni compito da noi considerato sgradito o difficile che Dio ci comanda di eseguire. La mancanza di preghiera ci porterà a dipendere da noi stessi anziché dalla grazia di Dio. La perseveranza nella preghiera ci mantiene, invece, in una continua dipendenza dal Padre e in una incessante comunione con Lui.

PER I CRISTIANI, LA PREGHIERA DOVREBBE ESSERE COME RESPIRARE. Normalmente il respiro è un atto automatico controllato dal cervello; non dobbiamo preoccuparci di respirare, perché l'atmosfera esercita una pressione sui nostri polmoni e ci costringe a respirare. Ecco perché è più difficile trattenere il respiro che respirare. Allo stesso modo, quando entriamo a far parte della famiglia di Dio,

veniamo avvolti da un'atmosfera spirituale in cui la presenza e la grazia del Signore esercitano una pressione, un'influenza sulle nostre vite. La preghiera è la normale risposta a questa pressione. Come credenti, siamo tutti entrati nell'atmosfera divina per respirare l'aria della preghiera. Sfortunatamente, molti trattengono il loro respiro spirituale per lunghi periodi, pensando che brevi momenti di comunicazione con Dio siano sufficienti per permettere loro di sopravvivere. Il fatto è che il Cristiano deve essere costantemente alla presenza di Dio, respirando continuamente la Sua verità, per stabilire una profonda e forte connessione con Lui. La preghiera continua, costante e ininterrotta è parte essenziale della vita Cristiana e scaturisce dalla umiltà e dalla dipendenza da Dio.

Se tutto ciò che riesci a dire è una semplice preghiera come questa: “**Signore, ho bisogno di Te**”, è sufficiente. Dio non sta valutando le tue preghiere, vuole solo il tuo cuore. Quindi, sia che tu preghi in auto, o sotto la doccia, o mentre pieghi una pila infinita di panni, sappi che ogni preghiera è importante.

La vera preghiera non mira a forzare la mano di Dio per imporgli la nostra volontà, ma ad accettare i Suoi preziosi disegni per la nostra vita.

Più preghiamo, più invochiamo Dio nelle nostre difficoltà, più vediamo la Sua mano all'opera. Dunque, non stiamo troppo a pensarci, cominciamo a pregare. Lui ci ascolta.

