

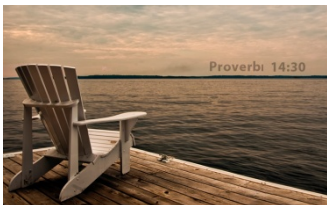
PSICOLOGIA BIBLICA • IL PERCORSO INTERIORE

La preghiera e il dialogo interiore

La vera preghiera non è dialogo interiore

di GIANNI MONTEFAMEGLIO

Nell'articolo precedente abbiamo preso coscienza del fatto che nella nostra mente si volge



in continuazione un chiacchiericcio sotto forma di dialogo interiore. Avviene a nostra insaputa e non vi prendiamo parte coscientemente. Far cessare quel dialogo di sottofondo ci porta al silenzio, producendo pace e gioia. La mente, che corrisponde al cuore biblico, si acquieta e “un cuore calmo è la vita del corpo”. - *Pr* 14:30.

Anche la preghiera si svolge interiormente, nella nostra mente. Ma – a differenza del dialogo interiore senza senso e inconsapevole – la preghiera richiede tutta la nostra consapevolezza e la nostra partecipazione.

Sono state fatte ricerche scientifiche sul potere risanatore della preghiera. Tra queste spiccano quelle del dottor Larry Dossey, un medico texano che è diventato un sostenitore influente a livello internazionale del ruolo della mente nella salute e del ruolo della spiritualità nel settore sanitario. Questa è una sua dichiarazione: “Ero solito credere che dobbiamo scegliere tra la scienza e la ragione da una parte, e la spiritualità dall'altra, per ciò che riguarda il modo in cui conduciamo le nostre vite. Ora ritengo questa una falsa scelta. Siamo in grado di recuperare il senso del sacro, non solo nella scienza, ma in forse ogni ambito della vita”. Il dr. Dossey ha pubblicato numerosi libri e articoli, e ha tenuto conferenze nelle principali scuole di medicina negli Stati Uniti e in tutto il mondo. La qualità principale di tutto il suo lavoro è la legittimità scientifica.

Le conferme scientifiche dell'efficacia della preghiera sono, tuttavia, solo prove di quanto ogni credente già sa. In verità, la preghiera cosiddetta terapeutica non si preoccupa di stabilire un vero contatto con Dio ma si limita ad attingere dal potere del subconscio quelle energie che Dio gli ha conferito, per metterle poi in atto.

Per comprendere non solo il potere della preghiera ma anche il suo vero valore, occorre sganciarsi dal concetto di preghiera terapeutica. Schematizzando, possiamo inquadrare tutta la questione così:

TIPO DI PREGHIERA	COME AGISCE	NOTE
Nessuna preghiera	-	Nessun effetto perché non c'è preghiera
Preghiera terapeutica	Mette in atto le risorse del subconscio	Si tratta dei procedimenti causa-effetto spiegati dalla psicosomatica e dalla Programmazione Neurolinguistica. La fede in Dio non è indispensabile: è sufficiente una "fede" generica ovvero la convinzione che accadrà
Vera preghiera	Si entra in rapporto con Dio	Essendo rivolta al vero Dio, l'esito dipende da Dio. Nell'esaudimento Dio può anche impiegare le forze del nostro subconscio

Ci sono quindi due prospettive. La cosiddetta preghiera terapeutica può essere praticata da chiunque, da persone religiose ma anche da miscredenti; essa rientra nel dialogo interiore e agisce sul subconscio e porta effetti benefici. La vera preghiera, rivolta al vero Dio nei modi da Lui stabiliti, non è un dialogo con se stessi ma è un parlare a Dio (a Dio, non con Dio!), arrendendosi a Lui. Per avere un paragone, per quanto non del tutto esaustivo, è come rapportarsi con una persona molto cara. Si può pensarla e perfino parlarle in un dialogo interiore; l'effetto può essere benefico, ma accade tutto dentro di sé, in modo fittizio. Ben altra cosa è avere la persona davanti.

Pur pregando il vero Dio con una vera preghiera, si può comunque incorrere nell'errore molto comune di pensare Dio come un'entità lontana, esterna, collocata da qualche parte nello sconfinato universo. Dio è il Creatore dell'universo, non un suo abitatore. Siamo noi ad essere collocati nell'universo e questo è collocato in Dio, "difatti, **in lui** [ἐν αὐτῷ (*en autò*)] viviamo, ci muoviamo, e siamo" (At 17:28). Dio è sempre presente o, per meglio dire, siamo noi ad essergli sempre presenti. La nostra preghiera a Lui svela la sua presenza, lo fa essere presente perché ci fa prendere coscienza della sua presenza. "Tu, quando preghi, entra nella tua cameretta e, chiusa la porta, rivolgiti la preghiera al Padre tuo che è **nel segreto**; e il Padre tuo, che vede nel segreto, te ne darà la ricompensa" (Mt 6:6). Il testo biblico originale è ancora più specifico:

πρόσευξαι τῷ πατρὶ σου τῷ ἐν τῷ κρυπτῷ καὶ ὁ πατήρ σου ὁ βλέπων ἐν τῷ κρυπτῷ ἀποδώσει σοι
pròseucsaì tò patri su tò en tò kryptò kài o patèr su o blèpton en tò kriptò apodòsei soi
 prega il padre di te quello in il segreto e il padre di te, il vedente in il segreto, ricompenserà te

La preghiera vera non lancia messaggi interplanetari che arrivino chissà dove attraverso le galassie. Dio è oltre il tempo e oltre lo spazio. Siamo noi, l'intero spazio e la temporalità a essere in Dio, il quale è senza inizio e senza fine. Questo difficile concetto lo aveva già

compreso il leggendario Ermete Trismegisto, maestro di sapienza dell'età ellenistica, che scrisse: "Dio è una sfera il cui centro è ovunque e la cui circonferenza non è in nessun luogo" (lo psicologo svizzero Carl Gustav Jung applicò questa definizione alla psiche umana; cfr. C. G. Jung, *Psicologia e alchimia*, Boringhieri). Se, quando si è in preghiera davanti a Dio, si pensa a questo concetto e si è consapevoli che Dio è presente "nel segreto", c'è da esserne sopraffatti.

Con la preghiera accediamo al mondo spirituale e andiamo ben oltre il dialogo interiore, che diventa anzi del tutto assente. Nella preghiera si fa esperienza personale di Dio.