

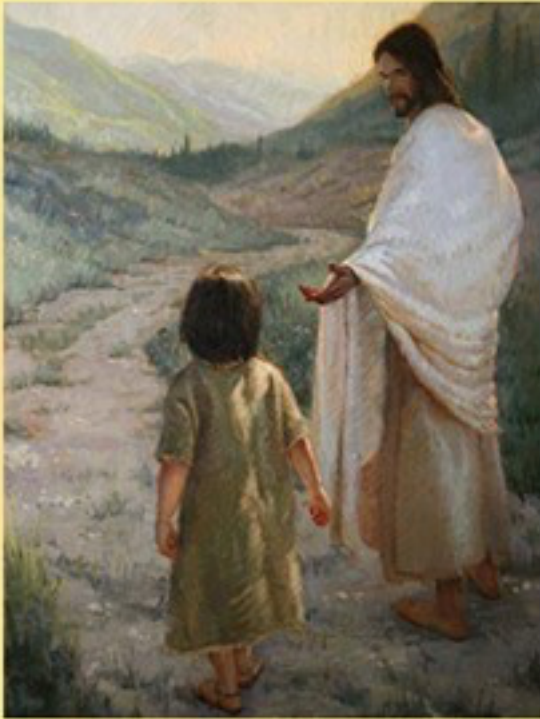
*Meditazione di Padre Giorgio Maria Faré*

**“Orazione vocale, mentale e contemplazione”**

# **CAMMINO DI PERFEZIONE**

**S. Teresa di Gesù**

**Parte 78 — 17 gennaio 2024**





## **Dal Vangelo secondo Marco [Mc 3, 1-6]**

In quel tempo, Gesù entrò di nuovo nella sinagoga. Vi era lì un uomo che aveva una mano paralizzata, e stavano a vedere se lo guariva in giorno di sabato, per accusarlo.

Egli disse all'uomo che aveva la mano paralizzata: "Alzati, vieni qui in mezzo!". Poi domandò loro: "È lecito in giorno di sabato fare del bene o fare del male, salvare una vita o ucciderla?". Ma essi tacevano. E guardandoli tutt'intorno con indignazione, rattristato per la durezza dei loro cuori, disse all'uomo: "Tendi la mano!". Egli la tese e la sua mano fu guarita.

E i farisei uscirono subito con gli erodiani e tennero consiglio contro di lui per farlo morire.



*Sia lodato Gesù Cristo! Sempre sia lodato!*

Eccoci giunti a mercoledì 17 gennaio 2024. Festeggiamo quest'oggi Sant'Antonio abate, padre del monachesimo.

Abbiamo ascoltato il Vangelo della Santa Messa di oggi, tratto dal terzo capitolo del Vangelo di san Marco, versetti 1-6.

Continuiamo la nostra lettura e meditazione del libro di Santa Teresa di Gesù, *Cammino di perfezione*.

## **CAPITOLO 25**

*Vantaggi che si ricavano dall'orazione vocale ben fatta, e come Dio possa elevarci con questo mezzo sino ai favori soprannaturali.*

**1 — Non è poco il profitto che si ha nel far bene l'orazione vocale. Anzi, può darsi che recitando il Pater noster o qualche altra preghiera vocale, si venga elevati a contemplazione perfetta. Con questo il Signore farebbe vedere che ascolta chi gli parla, sino a manifestargli la sua grandezza col sospendergli l'intelletto, arrestargli i pensieri, soffocargli, come suol dirsi, le parole sulle labbra, in modo da non poter egli parlare che a prezzo di grandi sforzi.**

**2 — L'anima riconosce che il divino Maestro sta istruendola senza strepito di parole. Le ha sospeso l'attività delle potenze per impedire che la loro operazione le sia più di danno che di vantaggio. Ma esse intanto godono senza saperne la maniera. L'anima va bruciando di amore, ma non sa come ami; sente di goder l'oggetto del suo amore, ma non sa come lo goda. Comprende solo che un tanto bene il suo intelletto non avrebbe mai potuto desiderarlo. L'accetta con piena volontà, ma senza sapere in che modo. Quando arriva a capire qualche cosa, vede che è un bene da non poter essere meritato neppure con tutti i travagli della terra, non essendo che un dono del Signore della terra e del cielo, che dona sempre da pari suo. — E questa, figliuole, è contemplazione perfetta.**

Stiamo parlando dell'orazione vocale, le preghiere che si dicono: il Padre Nostro, l'Ave Maria. Ora S. Teresa dice: guardate che anche nell'orazione vocale — che sembra essere quella più, diciamo così, alla portata di tutti — in realtà, anche in quella si può avere grande profitto. Per cui, può succedere che, recitando una preghiera vocalmente, si può

essere elevati alla contemplazione perfetta. Quindi capite che è una cosa importante, dobbiamo esserne coscienti.

«Con questo il Signore farebbe vedere che ascolta chi gli parla», cioè Dio ci ascolta. Ci ascolta talmente tanto — lei dice — che può arrivare a sospendere l'intelletto, può arrivare ad arrestare i pensieri, a togliere addirittura le parole dalla bocca, sulle labbra. Cioè, fa entrare nella contemplazione, l'anima neanche lo sa eppure si vede sospesa, si vede arrestata nei pensieri, non riesce neanche più a parlare.

«Il divino Maestro sta istruendola senza strepito di parole». L'anima gode di questa contemplazione, senza saperne la maniera; brucia d'amore, ma non sa come stia amando; gode l'oggetto del suo amore, ma non sa come lo gode — è veramente un mistero — lo accetta con piena volontà, ma non sa in che modo e, quando arriva a capire qualche cosa, capisce che è un dono di Dio.

Tutto quello di cui abbiamo parlato fin qui, in questi primi due paragrafi del capitolo venticinquesimo, è la contemplazione perfetta. Quindi, si è partiti dalla preghiera vocale — l'Ave Maria, il Padre Nostro, il Credo, per esempio — e si può arrivare addirittura alla contemplazione perfetta. Ma ricordiamoci: questa è opera di Dio; solo Dio fa questo. Ecco, è fondamentale.

S. Teresa dice:

**3 — Comanderete da ciò la differenza che passa tra contemplazione e orazione mentale, perché questa, ripeto, consiste nel pensare e comprendere quello che diciamo, a chi ci rivolgiamo e chi siamo noi per parlare a un Dio così grande. Occuparci di questi pensieri e di altri somiglianti, come, ad esempio, del poco che abbiamo fatto per Lui e dell'obbligo che ci incombe di servirlo, è orazione mentale. Non pensate quindi che si tratti di qualche nuova astruseria, né lasciatevi spaventare dal suo nome. Orazione vocale invece è recitare il Pater noster, l'Ave Maria o qualche altra preghiera; ma se non l'accompagnate alla mentale, è**

**come una musica stonata, tanto che alle volte non vi usciranno con ordine neppure le parole. Con l'aiuto di Dio in queste due sorte di preghiere qualche cosa possiamo fare anche noi: ma nulla assolutamente quanto alla contemplazione. Qui è Dio che fa tutto; qui è opera sua, superiore a ogni nostra facoltà.**

Ora ci spiega la differenza tra contemplazione e orazione mentale.

Abbiamo visto prima la contemplazione, adesso ci ripete l'orazione mentale, perché l'avevamo già vista. L'orazione mentale: «consiste nel pensare e comprendere quello che diciamo, a chi ci rivolgiamo e chi siamo noi per parlare a un Dio così grande. Questa è l'orazione mentale, non è fare “Ohmmm”. Quindi, tu leggi un Salmo: se tu pensi e comprendi quello che dici, a chi lo dici, e chi sei tu, che parli con Dio, stai facendo un'orazione mentale. Vedete come è semplice?

«Occuparci di questi pensieri e di altri somiglianti, come, ad esempio, del poco che abbiamo fatto per Lui e dell'obbligo che ci incombe di servirlo, è orazione mentale», tutto questo è orazione mentale. Qui abbiamo proprio tutta la definizione di orazione mentale; basta prenderla, se uno vuole fare uno schemino, e se lo mette su un foglietto e vede che cos'è, in cosa consiste l'orazione mentale.

Ora, lei dice: se l'orazione vocale — cioè recitare il Padre, l'Ave e i Salmi — non è accompagnata dall'orazione mentale — cioè pensare, comprendere quello che dici, a chi lo dici e chi siamo noi per parlare con Dio, del poco che abbiamo fatto per Lui, e dell'obbligo che ci incombe di servirlo — se c'è la “pronuncia”, la “vocalizzazione” della preghiera, senza tutte queste cose che costituiscono l'orazione mentale, S. Teresa dice che è una musica stonata, «tanto che alle volte non vi usciranno con ordine neppure le parole». Infatti, alle volte, diciamo i salmi sbagliati, perché non siamo veramente concentrati, ci perdiamo. Quanto invece alla contemplazione, quella è opera di Dio. Quindi, nell'orazione vocale e nell'orazione mentale possiamo e dobbiamo metterci del nostro; per quanto riguarda la contemplazione, questa è una cosa che fa il Signore.

Bene, ci fermiamo, perché sono cose molto dense, quindi è bene metabolizzarle, ecco, è bene rifletterle con grande attenzione.

*Benedicat vos omnipotens Deus, Pater, et Filius, et Spiritus Sanctus.*

*Amen*

*Dio ci benedica e la Vergine ci protegga.*

*Sia lodato Gesù Cristo sempre sia lodato.*

p. Giorgio Maria del Volto Santo



**LINK AL SITO NEL QUALE TROVARE TUTTE LE OMELIE:**

<https://www.veritatemincaritate.com/category/omelie/>

**CANALE TELEGRAM:**

<https://t.me/VeritatemfacientesinCaritate>