**Guida alla lettura-meditazione del Vangelo secondo Giovanni**

**Scheda n. 8**

**Gv. 13-17: unione a Gesù e preghiera**

**1. Uniti a Gesù, guida sicura ed esperta.** “Io sono la via, la verità e la vita” (Gv 14,6). Inquadrando queste parole nello schema generale proposto nella scheda 7, possiamo identificare Gesù come una guida alpina super esperta, che ci può guidare alla conquista della vetta.

* Nessuna persona normale arriva in vetta da sola. Tentare di farlo è una imprudenza che può costare cara. Con una guida sicura e un buon allenamento diventa invece possibile.
* La guida migliore è quella che ha già conquistato la vetta, che ha memorizzato bene la via per raggiungerla, che sa dare le giuste indicazioni sul percorso, segnalando i passaggi pericolosi e indicando gli appigli a cui aggrapparsi. La vera guida è anche chi ti fa sicurezza con la corda, agganciata alla piccozza infissa nella roccia.
* Ma soprattutto la guida è chi ti fa coraggio: tutto il capitolo 14 è un invito al coraggio: non ho diritto di impaurirmi; non posso scoraggiarmi: ho una via aperta davanti a me, una via estremamente difficile, ma già percorsa da altri, ben segnalata.

La guida migliore è quella che forma altre guide, capaci a loro volta di fare da guida, di animare con la carità un gruppo. Ecco come può avvenire la cosa, nella lucida analisi di Madeleine Delbrêl: “La fortuna di un gruppo sta nell’incontrare persone decise ad amare fino in fondo, senza cedere a inutili indulgenze degli universo gli altri. Il mondo ha diritto che i nostri gruppi siano sani e santi. Quando un gruppo cessa di essere tale, significa che la presenza del Signore è scomparsa. Non esistono ricette per diventare persone che amano: bisogna scendere fino al cuore del Cristo e scoprirne il modo”.

Ma come si fa scendere fino al cuore di Cristo? Come si diventa guide esperte? Ci sono alcune strade obbligate su cui rifletteremo nelle prossime schede:

1. La preghiera, per entrare in sintonia con la guida, fino a condividerne interessi e passioni. L’amore – ha scritto Carlo Carretto – mi trasforma lentamente in Dio”.
2. La Parola, guida di vita, che contiene le indicazioni essenziali per il cammino.
3. L’esercizio costante della carità: un esercizio molto concreto, una sorta di allenamento quotidiano.

Come ha scritto Carlo Carretto in, *Ciò che conta è amare*, “ci sono due palestre, entrambe create da Dio, dove con l’allenamento progressivo, giungiamo alla maturità dell’amore: la famiglia e il lavoro”.

L’allenamento alla carità implica alcuni “esercizi”:

* Essere pronto a servire l’altro senza brontolare
* Non far pesare le mie tribolazioni su chi mi sta accanto
* Partecipare ai momenti difficili degli altri con tutto il cuore
* Vigilare sulle parole, sui giudizi, sul cuore
* Investirmi dei problemi altrui, almeno con la preghiera
* Cercare di coprire i difetti dando fiducia e spazio agli altri.

Anche questo tipo di allenamento diventa molto più facile e raddoppia la sua efficacia se fatto in gruppo, insieme ad altri. Ancora Carlo Carretto: “Non c’è medicina più potente di un autentico amore. Tutto si ricompone, si vivifica; e colui che minacciava di insterilirsi in una melanconia vuota, riparte con slancio come se la vita ricominciasse a pulsare nelle vene. Quanti furono salvati dall’amore, ritrovarono in esso la gioia della vita, l’impegno al lavoro, la dedizione ad un ideale e sotto la sua spinta costruirono finalmente cose serie!”

**2. Chiedere aiuto nella preghiera.** Gesù ci chiede una fede incrollabile nella preghiera e lo fa con una promessa molto rischiosa: “Qualunque cosa chiederete nel mio nome, lo farò” (14,13). “Se chiederete qualcosa al Padre nel mio nome, egli ve la darà. Finora non avete chiesto nulla nel mio nome. Chiedete ed otterrete, perché la vostra gioia sia piena” (16,23-24). “Se rimanete in me e le mie parole rimangono in voi, chiedere quello che volete e vi sarà fatto” (15,7). Gesù arriva a dire che la preghiera può tutto! Tutto sta nel capire cosa significa “nel mio nome”.

Questa la spiegazione di don Gasparino: “Nel mio nome” significa avere un rapporto di profondità con Cristo: sforzarsi di pensare come lui, di vedere il mondo e le persone come lui, essere in amicizia con lui. Questo significa: chiedere quello che lui chiederebbe. Nel Padre nostro abbiamo indicazioni molto chiare su cosa Gesù suggerisce di chiedere nella preghiera.

Per arrivare a pregare così occorrono tempo ed esercizio. I maestri di spiritualità hanno scoperto e indicato alcuni passi:

1. Fare la verità dentro di noi, partire dalla nostra situazione concreta: una corretta diagnosi è la premessa indispensabile per qualsiasi tipo di cura. Amo le persone vicine a me? Faccio qualcosa per loro? So amare? Se non sono capace di amare non imparerò mai a pregare.
2. Togliere i macigni che ostacolano il cammino, come insegnava Tonino Bello: “Donaci la forza di partire per primi ogni volta che c’è da dare il perdono. Rendici esperti nei primi passi, non farci rimandare a domani un incontro di pace che possiamo concludere oggi, brucia le nostre indecisioni. Distoglici dalle nostre calcolate perplessità. Aiutaci perché nessuno di noi faccia stare il fratello sulla brace ripentendo con disprezzo che tocca a lui muoversi per primo”.
3. Disintossicarci dai pensieri negativi e dalle parole che feriscono. Generalmente l’ordine delle cose è questo: tutto comincia dai pensieri negativi, poi si passa alle parole e infine si arriva ai fatti.
4. Partire sempre dalla Scrittura, in particolare dal Nuovo Testamento: è qui che scopriamo cosa significa pensare come Gesù, vedere il mondo e le persone come li vedeva lui. Poi confrontarsi con lui, in una sorta di dialogo a distanza, ma molto reale e concreto.
5. Per chi può, avere un gruppo è una grande opportunità, perché in gruppo (o in coppia!) ci si incoraggia a vicenda e si fa molta più strada.
6. Tuffarsi nel positivo: cominciare a fare qualcosa di concreto. L’importante è partire. Non importa se non sai pregare bene: prega come sei capace. Ma poi non fermarti lì.