



SALA STAMPA DELLA SANTA SEDE **BOLLETTINO**

HOLY SEE PRESS OFFICE BUREAU DE PRESSE DU SAINT-SIÈGE PRESSEAMT DES HEILIGEN STUHLIS
OFICINA DE PRENSA DE LA SANTA SEDE SALA DE IMPRENSA DA SANTA SÉ
BIURO PRASOWE STOLICY APOSTOLSKIEJ دار الصحافة التابعة للكرسي الرسولي

N. 0237

Mercoledì 21.04.2021

L'Udienza Generale

Catechesi del Santo Padre in lingua italiana

Sintesi della catechesi e saluti nelle diverse lingue

L'Udienza Generale di questa mattina si è svolta alle 9.15 nella Biblioteca del Palazzo Apostolico Vaticano.

Nel discorso in lingua italiana il Papa, continuando il ciclo di catechesi sulla preghiera, ha incentrato la sua meditazione sul tema: "La preghiera vocale" (Lettura: *Sal* 130 (129), 1-5).

Dopo aver riassunto la Sua catechesi nelle diverse lingue, il Santo Padre ha indirizzato particolari espressioni di saluto ai fedeli.

L'Udienza Generale si è conclusa con la recita del *Pater Noster* e la Benedizione Apostolica.

Catechesi del Santo Padre in lingua italiana

Cari fratelli e sorelle, buongiorno!

La preghiera è dialogo con Dio; e ogni creatura, in un certo senso, "dialoga" con Dio. Nell'essere umano, la preghiera diventa *parola*, invocazione, canto, poesia... La Parola divina si è fatta carne, e nella carne di ogni uomo la parola torna a Dio nella preghiera.

Le parole sono nostre creature, ma sono anche nostre madri, e in qualche misura ci plasmano. Le parole di una

preghiera ci fanno attraversare senza pericolo una valle oscura, ci dirigono verso prati verdi e ricchi di acque, facendoci banchettare sotto gli occhi di un nemico, come ci insegna a recitare il salmo (cfr *Sa/ 23*). Le parole nascono dai sentimenti, ma esiste anche il cammino inverso: quello per cui le parole modellano i sentimenti. La Bibbia educa l'uomo a far sì che tutto venga alla luce della parola, che nulla di umano venga escluso, censurato. Soprattutto il dolore è pericoloso se rimane coperto, chiuso dentro di noi... Un dolore chiuso dentro di noi, che non può esprimersi o sfogarsi, può avvelenare l'anima; è mortale.

È per questa ragione che la Sacra Scrittura ci insegna a pregare anche con parole talvolta audaci. Gli scrittori sacri non vogliono illuderci sull'uomo: sanno che nel suo cuore albergano anche sentimenti poco edificanti, addirittura l'odio. Nessuno di noi nasce santo, e quando questi sentimenti cattivi bussano alla porta del nostro cuore bisogna essere capaci di disinnescarli con la preghiera e con le parole di Dio. Nei salmi troviamo anche espressioni molto dure contro i nemici – espressioni che i maestri spirituali ci insegnano a riferire al diavolo e ai nostri peccati –; eppure sono parole che appartengono alla realtà umana e che sono finite nell'alveo delle Sacre Scritture. Sono lì a testimoniarcì che, se davanti alla violenza non esistessero le parole, per rendere inoffensivi i cattivi sentimenti, per incanalarli così che non nuocciano, il mondo ne sarebbe tutto quanto sommerso.

La prima preghiera umana è sempre una recita vocale. Per prime si muovono sempre le labbra. Anche se tutti sappiamo che pregare non significa ripetere parole, tuttavia la preghiera vocale è la più sicura ed è sempre possibile esercitarla. I sentimenti invece, per quanto nobili, sono sempre incerti: vanno e vengono, ci abbandonano e ritornano. Non solo, anche le grazie della preghiera sono imprevedibili: in qualche momento le consolazioni abbondano, ma nei giorni più bui sembrano evaporare del tutto. La preghiera del cuore è misteriosa e in certi momenti latita. La preghiera delle labbra, quella che si bisbiglia o che si recita in coro, è invece sempre disponibile, e necessaria come il lavoro manuale. Il *Catechismo* afferma: «La preghiera vocale è una componente indispensabile della vita cristiana. Ai discepoli, attratti dalla preghiera silenziosa del loro Maestro, questi insegna una preghiera vocale: il Padre Nostro» (n. 2701). «Insegnaci a pregare», chiedono i discepoli a Gesù, e Gesù insegna una preghiera vocale: il Padre Nostro. E in quella preghiera c'è tutto.

Tutti dovremmo avere l'umiltà di certi anziani che, in chiesa, forse perché ormai il loro udito non è più fine, recitano a mezza voce le preghiere che hanno imparato da bambini, riempiendo la navata di bisbigli. Quella preghiera non disturba il silenzio, ma testimonia la fedeltà al dovere dell'orazione, praticata per tutta una vita, senza venire mai meno. Questi oranti dalla preghiera umile sono spesso i grandi intercessori delle parrocchie: sono le querce che di anno in anno allargano le fronde, per offrire ombra al maggior numero di persone. Solo Dio sa quando e quanto il loro cuore fosse unito a quelle preghiere recitate: sicuramente anche queste persone hanno dovuto affrontare notti e momenti di vuoto. Però alla preghiera vocale si può restare sempre fedeli. È come un ancora: aggrapparsi alla corda per restare lì, fedeli, accada quel che accada.

Abbiamo tutti da imparare dalla costanza di quel pellegrino russo, di cui parla una celebre opera di spiritualità, il quale ha appreso l'arte della preghiera ripetendo per infinite volte la stessa invocazione: «Gesù, Cristo, Figlio di Dio, Signore, abbi pietà di noi, peccatori!» (cfr *CCC*, 2616; 2667). Ripeteva solo questo. Se arriveranno grazie nella sua vita, se l'orazione si farà un giorno caldissima tanto da percepire la presenza del Regno qui in mezzo a noi, se il suo sguardo si trasformerà fino ad essere come quello di un bambino, è perché ha insistito nella recita di una semplice giaculatoria cristiana. Alla fine, essa diventa parte del suo respiro. È bella la storia del pellegrino russo: è un libro alla portata di tutti. Vi consiglio di leggerlo: vi aiuterà a capire cos'è la preghiera vocale.

Dunque, non dobbiamo disprezzare la preghiera vocale. Qualcuno dice: «Eh, è cosa per i bambini, per la gente ignorante; io sto cercando la preghiera mentale, la meditazione, il vuoto interiore perché venga Dio». Per favore, non bisogna cadere nella superbia di disprezzare la preghiera vocale. È la preghiera dei semplici, quella che ci ha insegnato Gesù: Padre nostro, che sei nei cieli ... Le parole che pronunciamo ci prendono per mano; in qualche momento restituiscono il gusto, destano anche il più assonnato dei cuori; risvegliano sentimenti di cui avevamo smarrito la memoria, e ci portano per mano verso l'esperienza di Dio. E soprattutto sono le sole, in maniera sicura, che indirizzano a Dio le domande che Lui vuole ascoltare. Gesù non ci ha lasciato nella nebbia. Ci ha detto: «Voi, quando pregate, dite così!». E ha insegnato la preghiera del Padre Nostro (cfr *Mt 6,9*).

Sintesi della catechesi e saluti nelle diverse lingue

In lingua francese

Speaker:

Frères et sœurs, la prière est dialogue avec Dieu. En un certain sens, chaque créature dialogue avec Dieu mais chez l'être humain, la prière devient parole, invocation, chant, poésie. Les paroles naissent de nos expériences et façonnent notre existence. C'est pourquoi les Saintes Ecritures nous enseignent à prier aussi avec des paroles parfois audacieuses. Personne ne naît saint et lorsque des sentiments mauvais frappent à la porte de notre cœur, nous devons être capables de les désamorcer avec la prière et la parole de Dieu. La première prière humaine est toujours une récitation vocale. Même si prier ne signifie pas répéter des paroles, la prière vocale est cependant la plus sûre et il est toujours possible de la pratiquer. La prière des lèvres, murmurée ou récitée en chœur, est toujours possible. Nous devrions tous avoir l'humilité de certaines personnes âgées qui, dans l'Eglise, récitent à mi-voix les prières apprises durant l'enfance. Ces pratiquants de la prière humble sont souvent les grands intercesseurs des paroisses. On peut toujours demeurer fidèle à la prière vocale. Nous ne devons pas la mépriser car elle présente à Dieu les demandes qu'il veut écouter. Jésus ne nous a pas laissés dans le brouillard. Il nous a enseigné la prière du Notre Père.

Santo Padre:

Sono lieto di salutare le persone di lingua francese! Le nostre parole, i nostri canti e le nostre invocazioni diventino per il nostro Dio lode, azione di grazie e adorazione, in vista di una più grande fecondità delle nostre vite.

A tutti, la mia benedizione!

Speaker:

Je suis heureux de saluer les personnes de langue française! Que nos paroles, nos chants et nos invocations deviennent pour notre Dieu louange, action de grâce et adoration en vue d'une plus grande fécondité de nos vies.

A tous, ma bénédiction!

[00517-FR.01] [Texte original: Français]

In lingua inglese

Speaker:

Dear Brothers and Sisters, in our continuing catechesis on Christian prayer, we now consider the importance of vocal prayer. In our dialogue with God, he first spoke to us through his own Word made flesh. He invites us in turn to speak to him in words that embody our deepest thoughts, emotions and experiences. Words do not only express our ideas, they also shape us and often reveal us to ourselves. In the inspired words of the Book of Psalms, we find a model of vocal prayer. The Psalmist gives us the words to bring our joys, fears, hopes and needs to God and to share with him every aspect of our lives. The prayer of the heart and the prayer of our lips can never be separated. As the Catechism tells us, "vocal prayer is an essential element of the Christian life" (No. 2701). Through our spoken or chanted prayer, alone or in common, we find the words that enable us to grow daily in our relationship with God. Prayer thus quietly becomes an essential part of our lives, like the air we breathe. When the disciples asked Jesus to show them how to pray, he responded by teaching them, and us, the words of the Our Father.

Santo Padre:

Saluto cordialmente i fedeli di lingua inglese. Nella gioia del Cristo Risorto, invoco su voi e sulle vostre famiglie, l'amore misericordioso di Dio nostro Padre. Il Signore vi benedica!

Speaker:

I cordially greet the English-speaking faithful. In the joy of the Risen Christ, I invoke upon you and your families the loving mercy of God our Father. May the Lord bless you all!

[00518-EN.01] [Original text: English]

In lingua tedesca**Speaker:**

Liebe Brüder und Schwestern, das Gebet ist Dialog mit Gott. Jedes Geschöpf „spricht“ in gewissem Sinn mit Gott. Beim Menschen wird das Gebet zum Wort, zur Bitte, zum Lobgesang. Die Heilige Schrift lehrt uns, alles ins Wort zu bringen und mitunter auch mit kühnen Worten zu beten – nichts soll ausgespart werden, schon gar nicht Leid und Schmerz. Die erste Form des menschlichen Betens besteht im Sprechen. »Das mündliche Gebet gehört unverzichtbar zum christlichen Leben« (KKK, 2701). Das Beten mit den Lippen ist stets möglich, während die Gefühle nicht immer gewiss sind, die Gnaden des Gebets nicht immer geschenkt werden. So dürfen wir das mündliche Gebet nicht geringschätzen, sei es ein Flüstern oder das gemeinschaftliche Beten. Die Worte, die wir sprechen, nehmen uns bei der Hand. Sie können die schläfrigen Herzen aufrütteln und die Gefühle wecken, deren Erinnerung in uns verblasst ist. Es gibt Worte, von denen wir sicher sein können, dass sie die Bitten an Gott richten, die er hören möchte. Darüber lässt uns Jesus nicht im Ungewissen. Er sagt: „Wenn ihr betet, so sprecht“ (Lk 11,2), und lehrt das Vaterunser.

Santo Padre:

Saluto cordialmente i fratelli e le sorelle di lingua tedesca. La preghiera vocale ci aiuta ad essere fedeli e costanti nel pregare, soprattutto quando sperimentiamo momenti di vuoto. Lo Spirito Santo ci guidi nella preghiera e nella vita secondo la parola di Dio.

Speaker:

Herzlich grüße ich die Brüder und Schwestern deutscher Sprache. Das mündliche Gebet hilft uns, im Beten treu und beharrlich zu sein, vor allem dann, wenn wir Momente der Leere erfahren. Der Heilige Geist leite uns im Gebet und im Leben nach dem Wort Gottes.

[00519-DE.01] [Originalsprache: Deutsch]

In lingua spagnola

Queridos hermanos y hermanas:

Hoy meditamos sobre la oración vocal. La oración es diálogo con Dios, y en el ser humano la oración se hace palabra, se hace invocación, canto, poesía. Las palabras revelan lo que llevamos en el corazón, nacen de nosotros, pero también nos modelan. Las palabras surgen de los sentimientos y, al mismo tiempo, los forjan.

La Biblia nos instruye para que podamos comprender nuestra vida a la luz de la Palabra de Dios. Sabemos que nuestro corazón no alberga únicamente buenos sentimientos, sino también sentimientos malos y perniciosos.

Por eso, todo lo que forma parte de nuestra realidad humana, incluso los aspectos más negativos, están incluidos en las Escrituras Sagradas. Esto atestigua que, si frente a la violencia no existieran las palabras para contrarrestar los malos sentimientos, para volverlos inofensivos, el mundo estaría hundido en el mal. Guiados por la oración y la Palabra de Dios podemos enfrentar el mal. Es por eso que la Sagrada Escritura nos enseña a rezar con palabras a veces muy atrevidas.

La oración humana elemental es siempre vocal. Y aun cuando *rezar* no signifique *repetir sólo palabras*, la oración vocal es parte de la oración cristiana. No la podemos despreciar, pensando que se trate sólo de una aburrida repetición de fórmulas. La oración del corazón es misteriosa y muchas veces difícil de practicar. En cambio, la oración de los labios es sencilla y simple, a nuestro alcance; forma parte indispensable de la vida cristiana. A los discípulos, atraídos por la oración silenciosa de Jesús, Él les enseñó una oración vocal: el *Padrenuestro*, dirigida al Padre Celestial, que contiene todas las peticiones que Él quiere escuchar.

Saludo cordialmente a los fieles de lengua española. Pidamos al Señor Jesús, Palabra hecha carne, que nos enseñe a rezar como enseñó a sus discípulos, para que, con la ayuda del Espíritu Santo, permanezcamos fieles a la oración toda nuestra vida, y sepamos hacer concordar nuestras palabras con las intenciones de nuestro corazón. Que Dios los bendiga. Muchas gracias.

[00520-ES.02] [Texto original: Español]

In lingua portoghese

Speaker:

A oração é diálogo com Deus. A Palavra divina se fez carne e, na carne de cada ser humano, a palavra retorna a Deus pela oração. A Sagrada Escritura nos ensina a rezar com palavras por vezes ousadas pois, quando os maus sentimentos batem à porta do nosso coração, temos de ser capazes de desarmá-los com a oração e com a palavra de Deus. A primeira oração do ser humano é sempre vocal, e embora saibamos que rezar não significa repetir palavras, todavia a oração vocal é a mais segura e sempre podemos fazê-la. A oração do coração é misteriosa e, em certos momentos, ausente, ao passo que a oração dos lábios - sussurrada ou dita em voz alta - está sempre ao nosso alcance. Todos deveríamos ter a humildade de alguns idosos que na igreja, talvez pela sua audição já meio enfraquecida, ouvimos recitando em voz baixa as orações que aprenderam de pequenos, enchendo o templo com seus murmúrios. Esta oração não perturba o silêncio, antes testemunha a fidelidade ao dever da oração feita sem desfalecer a vida inteira. Estes orantes da oração humilde são frequentemente os grandes intercessores da paróquia. Não devemos, portanto, desprezar a oração vocal. Jesus nos disse: «Quando orades, dizei assim!» e ensinou-nos a oração do Pai-nosso (cf. *Mt* 6,9).

Santo Padre:

Saluto cordialmente i fedeli di lingua portoghese. Vi invito a non abbandonare le preghiere semplici che da bambini abbiamo imparato nella nostra famiglia e che custodiamo nella memoria e nel cuore. Sono vie sicure di accesso al cuore del Padre. Dio vi benedica!

Speaker:

Saúdo cordialmente os fiéis de língua portuguesa. Vos convido a nunca abandonar as orações simples que aprendemos de pequenos no seio da nossa família e que guardamos na memória do coração. São vias seguras de acesso ao coração do Pai. Que Deus vos abençoe!

[00521-PO.01] [Texto original: Português]

In lingua araba

Speaker:

تأمل قداسة البابا اليوم في موضوع الصلاة الشفوية، قال قداسته: إن الصلاة هي حوار مع الله؛ وكل مخلوق، بمعنى ما "يتحاور" مع الله. ولهذه الصلاة قوة تجعلنا نسير بأمان في وادي الظلمات، وتقودنا نحو مروج خضراء وغنية بالمياه، وتجعلنا نعد مادية تجاه مضايقتنا، كما يقول المزمور. يعلمنا الكتاب المقدس أن نصلي، حتى بكلمات جريئة في بعض الأحيان. يعلم كتاب الكتاب المقدس أن مشاعر غير صالحة تكمن في قلب الإنسان، حتى الكراهية. ولهذا علمونا كيف نواجه الشر والأشعار. أول صلاة بشرية هي دائماً تلاوة شفوية. فالشفاه تتحرك دائماً أولاً. على الرغم من أننا نعلم جميعاً أن الصلاة لا تعني تكرار الكلمات، إلا أن الصلاة الشفوية هي الأكثر أماناً ومن الممكن دائماً ممارستها. بينما المشاعر، مهما كانت نبيلة، فإنها متقلبة: تأتي وتذهب، وتتخلى عنا وتعود. يجب أن تتحلى جميعاً بتواضع بعض الكبار في السن الذين، ربما لأن سمعهم أصبح ثقيلًا، يتلون بصوت منخفض الصلوات التي تعلموها وهم أطفال، وبملأون حنايا الكنيسة بهمساتهم. هذه الصلاة لا تزج الصمت، بل تشهد على الأمانة لواجب الصلاة، التي مارسوها طوال الحياة دون انقطاع. يسوع علمنا صلاة شفوية تتلوها هي الأبناء، ويجب أن تتلوها ونكررها إلى أن تصبح الصلاة جزءاً من ذاتنا.

Santo Padre:

Saluto i fedeli di lingua araba. Non ci spaventiamo se le grazie della preghiera sembrano svanite in un momento di buio, ma piuttosto insistiamo nel recitare anche una semplice giaculatoria cristiana, affinché essa diventi parte del nostro respiro che ci fa percepire la presenza del Regno di Dio, qui, in mezzo a noi. Il Signore vi benedica tutti e vi protegga sempre da ogni male!

Speaker:

أحبي المؤمنين الناطقين باللغة العربية. يجب ألا نرتعب إذا شعرنا بالرغم من صلاتنا بالجفاف، في لحظة من لحظات الظلام التي نعيشها، بل بالحري، يجب علينا أن نثابر على تلاوة الصلاة مهما كانت بسيطة، إلى أن تصبح تلك الصلاة جزءاً من ذاتنا، وإلى أن ندرك حضور ملكوت الله هنا في ما بيننا. ليبارككم الرب جميعاً وليحيمكم دائماً من كل شر!

[00522-AR.01] [Testo originale: Arabo]

In lingua polacca

Speaker:

Drodzy bracia i siostry, modlitwa jest dialogiem z Bogiem. Jest naszym słowem, wołaniem, pieśnią, poezją... Oprócz modlitwy serca, przenikniętej uczuciami, tajemnicą, pierwszą modlitwą człowieka jest zawsze modlitwa ustna. Odmawiana szeptem lub recytowana w chórze, jest nam zawsze bliska. *Katechizm Kościoła Katolickiego* przypomina, że ta modlitwa jest niezbędnym elementem życia chrześcijańskiego. Uczniów, których przyciągała cicha modlitwa Pana Jezusa, nauczył On modlitwy ustnej: „Ojcze nasz”. Przykład wiernego trwania na modlitwie dają nam często ludzie starsi. Uczestnicząc w liturgii, niekiedy może niedosłyszając słów celebracji, półgłosem powtarzają jednak słowa modlitw zapamiętanych z dzieciństwa. Uczmy się od nich owego pragnienia modlitwy. W atmosferę relacji z Bogiem może nas dobrze wprowadzić znane z tradycji monastycznej wezwanie: Panie, Jezu Chryste, Synu Boga, zmiłuj się nade mną, grzesznym (por. *KKK*, 2616). Jego Imię zawiera Obecność, którą oznacza. Niech doświadczenie Bożej Obecności staje się naszym udziałem, gdy zwracamy się do Boga w codziennej modlitwie słowami: „Ojcze nasz”.

Santo Padre:

Saluto cordialmente i Polacchi. Dopodomani celebrerete la solennità di Sant'Adalberto, vescovo e martire,

patrono della Polonia. Uomo di profonda fede, preghiera e forza, il suo martirio divenne il fondamento dell'identità della Chiesa in Polonia. Egli ottenga per voi, da Dio, il coraggio nella fede e la crescita umana, sociale e spirituale della vostra Patria. Vi benedico di cuore.

Speaker:

Serdecznie pozdrawiam Polaków. Pojutrze będziecie obchodzili uroczystość Świętego Wojciecha, biskupa i męczennika, głównego patrona Polski. Był człowiekiem głębokiej wiary, modlitwy i męstwa, a jego męczeństwo stało się fundamentem tożsamości Kościoła w Polsce. Niech wyprosi wam u Boga odwagę w wierze, rozwój ludzki i społeczny oraz wzrost duchowy waszej Ojczyzny. Z serca wam błogosławię.

[00523-PL.01] [Testo originale: Polacco]

In lingua italiana

Rivolgo un cordiale saluto ai fedeli di lingua italiana. Il tempo pasquale che stiamo vivendo favorisca in voi la rinascita nello Spirito Santo, per vivere una vita nuova, piena di amore e di entusiasmo.

Il mio pensiero va infine, come di consueto, agli anziani, ai giovani, ai malati e agli sposi novelli. In questo periodo pasquale, che ci invita a meditare sul mistero della Risurrezione di Cristo, possa la gloria del Signore essere per ognuno sorgente di nuove energie nel cammino verso la salvezza.

A tutti la mia benedizione!

[00524-IT.01] [Testo originale: Italiano]

[B0237-XX.02]
