



SALA STAMPA DELLA SANTA SEDE **BOLLETTINO**

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

N. 0309

Mercoledì 19.05.2021

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 nel Cortile di San Damaso del Palazzo Apostolico Vaticano.

Nel discorso in lingua italiana il Papa, continuando il ciclo di catechesi sulla preghiera, ha incentrato la sua riflessione sul tema: "Distrazioni, aridità, accidia" (Lettura: *Lc*21,34-36).

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 Nostere* la Benedizione Apostolica.

Catechesi del Santo Padre in lingua italiana

Cari fratelli e sorelle, buongiorno!

Seguendo la falsariga del *Catechismo*, in questa catechesi ci riferiamo all'esperienza vissuta della preghiera, cercando di mostrarne alcune difficoltà molto comuni, che vanno identificate e superate. Pregare non è facile: ci sono tante difficoltà che vengono nella preghiera. Bisogna conoscerle, individuarle e superarle.

Il primo problema che si presenta a chi prega è *la distrazione*. (cfr *CCC*, 2729). Tu incominci a pregare e poi la mente gira, gira per tutto il mondo; il tuo cuore è lì, la mente è lì ... la distrazione dalla preghiera. La preghiera convive spesso con la distrazione. Infatti, la mente umana fatica a soffermarsi a lungo su un solo pensiero. Tutti sperimentiamo questo continuo turbinio di immagini e di illusioni in perenne movimento, che ci accompagna persino durante il sonno. E tutti sappiamo che non è bene dare seguito a questa inclinazione scomposta.

La lotta per conquistare e mantenere la concentrazione non riguarda solo la preghiera. Se non si raggiunge un sufficiente grado di concentrazione non si può studiare con profitto e nemmeno si può lavorare bene. Gli atleti sanno che le gare non si vincono solo con l'allenamento fisico ma anche con la disciplina mentale: soprattutto con la capacità di stare concentrati e di mantenere desta l'attenzione.

Le distrazioni non sono colpevoli, però vanno combattute. Nel patrimonio della nostra fede c'è una virtù che spesso viene dimenticata, ma che è tanto presente nel Vangelo. Si chiama "vigilanza". E Gesù lo dice tanto: "Vigilate. Pregate". Il *Catechismo* cita esplicitamente nella sua istruzione sulla preghiera (cfr n. 2730). Spesso Gesù richiama i discepoli al dovere di una vita sobria, guidata dal pensiero che prima o poi Lui ritornerà, come uno sposo dalle nozze o un padrone da un viaggio. Non conoscendo però il giorno e l'ora del suo ritorno, tutti i minuti della nostra vita sono preziosi e non vanno dispersi in distrazioni. In un istante che non conosciamo risuonerà la voce del nostro Signore: in quel giorno, beati quei servi che Egli troverà operosi, ancora concentrati su ciò che veramente conta. Non si sono dispersi inseguendo ogni attrattiva che si affacciava alla loro mente, ma hanno cercato di camminare sulla strada giusta, facendo il bene e facendo il proprio compito. Questa è la distrazione: che l'immaginazione gira, gira, gira ... Santa Teresa chiamava questa immaginazione che gira, gira nella preghiera, "la pazza della casa": è come una pazza che ti fa girare, girare ... Dobbiamo fermarla e ingabbiarla, con l'attenzione.

Un discorso diverso merita il *tempo dell'aridità*. Il *Catechismo* descrive in questo modo: «Il cuore è insensibile, senza gusto per i pensieri, i ricordi e i sentimenti anche spirituali. È il momento della fede pura, che rimane con Gesù nell'agonia e nella tomba» (n. 2731). L'aridità ci fa pensare al Venerdì Santo, alla notte e al Sabato Santo, tutta la giornata: Gesù non c'è, è nella tomba; Gesù è morto: siamo soli. E questo è il pensiero-madre dell'aridità. Spesso non sappiamo quali siano le ragioni dell'aridità: può dipendere da noi stessi, ma anche da Dio, che permette certe situazioni della vita esteriore o interiore. O, alle volte, può essere un mal di testa o un mal di fegato che ti impedisce di entrare nella preghiera. Spesso non sappiamo bene la ragione. I maestri spirituali descrivono l'esperienza della fede come un continuo alternarsi di tempi di consolazione e di desolazione; momenti in cui tutto è facile, mentre altri sono segnati da una grande pesantezza. Tante volte, quando noi troviamo un amico, diciamo. "Come stai?" – "Oggi sto giù". Tante volte siamo "giù", cioè non abbiamo dei sentimenti, non abbiamo consolazioni, non ce la facciamo. Sono quei giorni grigi ... e ce ne sono, tanti, nella vita! Ma il pericolo è avere il cuore grigio: quando questo "essere giù" arriva al cuore e lo ammalia ... e c'è gente che vive con il cuore grigio. Questo è terribile: non si può pregare, non si può sentire la consolazione con il cuore grigio! O non si può portare avanti un'aridità spirituale con il cuore grigio. Il cuore dev'essere aperto e luminoso, perché entri la luce del Signore. E se non entra, bisogna aspettarla con speranza. Ma non chiuderla nel grigio.

Poi, una cosa diversa è l'*accidia*, un altro difetto, un altro vizio, che è una vera e propria tentazione contro la preghiera e, più in generale, contro la vita cristiana. L'accidia è «una forma di depressione dovuta al rilassamento dell'ascesi, a un venire meno della vigilanza, alla mancata custodia del cuore» (CCC, 2733). È uno dei sette "vizi capitali" perché, alimentato dalla presunzione, può condurre alla morte dell'anima.

Come fare dunque in questo succedersi di entusiasmi e avvilimenti? Si deve imparare a camminare sempre. Il vero progresso della vita spirituale non consiste nel moltiplicare le estasi, ma nell'essere capaci di perseverare in tempi difficili: cammina, cammina, cammina ... E se sei stanco, fermati un po' e torna a camminare. Ma con perseveranza. Ricordiamo la parabola di San Francesco sulla perfetta letizia: non è nelle fortune infinite piovute dal Cielo che si misura la bravura di un frate, ma nel camminare con costanza, anche quando non si è riconosciuti, anche quando si è maltrattati, anche quando tutto ha perso il gusto degli inizi. Tutti i santi sono passati per questa "valle oscura", e non scandalizziamoci se, leggendo i loro diari, ascoltiamo il resoconto di serate di preghiera svogliata, vissuta senza gusto. Bisogna imparare a dire: "Anche se Tu, Dio mio, sembri far di tutto perché io smetta di credere in Te, io invece continuo a pregarti". I credenti non spengono mai la preghiera! Essa a volte può assomigliare a quella di Giobbe, il quale non accetta che Dio lo tratti ingiustamente, protesta e lo chiama in giudizio. Ma, tante volte, anche protestare davanti a Dio è un modo di pregare o, come diceva quella vecchietta, "arrabbiarsi con Dio è un modo di preghiera, pure", perché tante volte il figlio si arrabbia con il papà: è un modo di rapporto con il papà; perché lo riconosce "padre", si arrabbia ...

E anche noi, che siamo molto meno santi e pazienti di Giobbe, sappiamo che alla fine, al termine di questo

tempo di desolazione, in cui abbiamo elevato al Cielo grida mute e tanti “perché?”, Dio ci risponderà. Non dimenticare la preghiera del “perché?”: è la preghiera che fanno i bambini quando incominciano a non capire le cose e gli psicologi la chiamano “l’età dei perché”, perché il bambino domanda al papà: “Papà, perché ...? Papà, perché ...? Papà, perché ...?”. Ma stiamo attenti: il bambino non ascolta la risposta del papà. Il papà incomincia a rispondere e il bambino arriva con un altro *perché*. Soltanto vuole attirare su di sé lo sguardo del papà; e quando noi ci arrabbiamo un po’ con Dio e incominciamo a dire dei *perché*, stiamo attirando il cuore di nostro Padre verso la nostra miseria, verso la nostra difficoltà, verso la nostra vita. Ma sì, abbiate il coraggio di dire a Dio: “Ma perché ...?”. Perché a volte, arrabbiarsi un po’ fa bene, perché ci fa svegliare questo rapporto da figlio a Padre, da figlia a Padre, che noi dobbiamo avere con Dio. E anche le nostre espressioni più dure e più amare, Egli le raccoglierà con l’amore di un padre, e le considererà come un atto di fede, come una preghiera.

[00677-IT.02] [Testo originale: Italiano]

Sintesi della catechesi e saluti nelle diverse lingue

In lingua francese

Speaker:

Frères et sœurs, nous consacrons notre catéchèse sur la prière et quelques-unes de ses difficultés. Le premier obstacle dans la prière est la *distraktion*. Dans le patrimoine de notre foi, la vertu de la vigilance, présente dans l’Evangile, permet de l’affronter. Jésus appelle souvent ses disciples à une vie sobre. En effet, ne sachant pas le jour et l’heure de son retour, chaque instant de notre vie est précieux et ne doit pas être dispersé dans la distraction. La deuxième difficulté est l’*aridité* où, comme l’écrit le *Catéchisme*, «le cœur est sevré, sans goût pour les pensées, les souvenirs et les sentiments, même spirituels». Les maîtres spirituels décrivent l’expérience de la foi comme une alternance continue de temps de consolation et de désolation. La troisième difficulté est l’*acédie*, «une forme de dépression due au relâchement de l’ascèse, à la baisse de la vigilance, à la négligence du cœur». Le vrai progrès de la vie spirituelle ne consiste pas à multiplier des extases, mais à être capable de persévérer dans les moments difficiles. Tous les saints sont passés par cette “vallée obscure”. Cependant, chez les croyants, la prière ne s’éteint jamais, et elle ressemble parfois à celle de Job. Et nous qui sommes moins saints et moins patients que Job, nous savons qu’au terme de ce temps de désolation, Dieu nous répondra. Il recueillera avec l’amour d’un père nos expressions les plus dures et les plus amères et les considérera comme un acte de foi, une prière.

Santo Padre:

Sono lieto di salutare le persone di lingua francese! In attesa della Pentecoste, come gli Apostoli riuniti nel Cenacolo con la Vergine Maria, chiediamo al Signore con fervore lo Spirito di consolazione e di pace per i popoli martoriati che vivono in situazioni difficili.

A tutti, la mia benedizione!

Santo Padre:

Je suis heureux de saluer les personnes de langue française! Dans l’attente de la Pentecôte, comme les Apôtres réunis au Cénacle avec la Vierge Marie, demandons au Seigneur avec ferveur l’Esprit de consolation et de paix pour les peuples meurtris qui vivent dans des situations difficiles.

A tous, ma bénédiction!

[00678-FR.01] [Texte original: Français]

In lingua inglese

Speaker:

Dear Brothers and Sisters: In our continuing catechesis on Christian prayer, we now consider some common difficulties we encounter in our practice of prayer. The first is *distraction*. Prayer, like study and work, demands concentration and mental discipline. This calls for our cultivation of the virtue of vigilance, by which we focus our lives on doing the Lord's will daily in expectation of his return. A second difficulty is the experience of *spiritual aridity*, moments of dryness when our hearts – as the Catechism teaches – have “no taste for thoughts, memories, and feelings, even spiritual ones” (No. 2731). The spiritual masters acknowledge that the life of faith involves times of consolation but also of desolation, when we share in the Lord's sufferings. A third difficulty is *acedia* or sloth, a form of spiritual fatigue that leads to the deadly temptation to abandon prayer altogether. The saints faced these same difficulties in their prayer and they teach us that true progress in the spiritual life comes about through daily perseverance, like that of Job who remained constant even amid his many afflictions. As we strive to grow in our own life of prayer let us ask for the grace of perseverance, confident that our loving Father will grant us, through the Son and in the Spirit, all that we need to draw us ever closer to him.

Santo Padre:

Saluto cordialmente i fedeli di lingua inglese. Mentre ci prepariamo a celebrare la solennità di Pentecoste, invoco su voi e sulle vostre famiglie i doni dello Spirito Santo. Dio vi benedica!

Speaker:

I cordially greet the English-speaking pilgrims and visitors. As we prepare to celebrate the Feast of Pentecost, I invoke upon you and your families the gifts of the Holy Spirit. May God bless you!

[00679-EN.01] [Original text: English]

In lingua tedesca

Speaker:

Liebe Brüder und Schwestern, heute möchte ich über einige Schwierigkeiten beim Beten sprechen. »Oft wird das Beten durch die Zerstreuung erschwert« (KKK, 2729). Zerstreuungen sind nicht schuldhaft, man muss aber gegen sie ankämpfen. Dabei ist wichtig, den Ablenkungen nicht nachzugehen, noch sie zu verscheuchen zu suchen, sondern die Tugend der Wachsamkeit zu leben. Wie in den Gleichnissen im Evangelium müssen wir unseren Sinn auf das Kommen des Herrn ausrichten. Eine weitere Schwierigkeit ist die Trockenheit. »Diese gehört zum inneren Gebet, wenn das Herz von Gott wie getrennt und ohne Verlangen nach geistlichen Gedanken, Erinnerungen und Gefühlen ist« (KKK, 2731). Eine Versuchung gegen das Gebet ist dann der Überdruß, der »durch das Nachlassen der Askese, das Schwinden der Wachsamkeit und durch mangelnde Sorgfalt des Herzens hervorgerufen« wird (KKK, 2733). Wie sollen wir nun mit dieser Aufeinanderfolge von Hochgefühlen und Entmutigungen umgehen? Wir müssen lernen, in Beständigkeit weiterzugehen. Der Fortschritt im geistlichen Leben besteht darin, dass wir in den Schwierigkeiten ausharren im Vertrauen, dass der Herr im finsternen Tal bei mir ist (vgl. Ps 23,4) und mein Rufen und Fragen als Ausdruck des Glaubens und als Gebet annimmt.

Santo Padre:

Rivolgo un cordiale benvenuto ai pellegrini di lingua tedesca. In questi giorni della novena di Pentecoste preghiamo che lo Spirito Santo venga e riempia i cuori dei fedeli, e che ci dia anche la forza di perseverare quando il pregare si fa difficile. Lo Spirito Santo ci guidi sul nostro cammino.

Speaker:

Herzlich heiße ich die Pilger deutscher Sprache willkommen. In diesen Tagen der Pfingstnovene beten wir besonders um das Kommen des Heiligen Geistes, damit er die Herzen der Gläubigen erfülle. Er schenke uns auch die Kraft, auszuharren, wenn uns das Beten schwerfällt. Der Heilige Geist leite uns auf unserem Weg.

[00680-DE.01] [Originalsprache: Deutsch]

In lingua spagnola

Queridos hermanos y hermanas:

Reflexionamos hoy sobre algunas de las dificultades más comunes que pueden surgir en la vida de oración. La persona que reza experimenta con frecuencia la presencia de ciertos obstáculos y ciertas tentaciones que impiden el encuentro con el Señor, y que tiene que identificar y combatir con humildad y perseverancia. El Catecismo de la Iglesia Católica menciona, por ejemplo, *la distracción*, *la sequedad* y *la acedia*. Hay otros más, pero menciona estos tres.

El primer problema que se presenta en la oración son *las distracciones*. En efecto, todos experimentamos —no sólo en la oración, sino en cualquier actividad que realicemos—, que no es fácil concentrarse y estar atentos. Pero en el patrimonio de nuestra fe hay una virtud que puede ayudarnos: *la vigilancia*. En la oración, cuando caemos en la cuenta de nuestras distracciones, lo que nos ayuda a combatirlas es ofrecer con humildad el corazón al Señor para que lo purifique y lo vuelva a centrar en él.

Otra dificultad es *la sequedad*, que puede depender de nosotros mismos o también de Dios, que permite ciertas situaciones exteriores o interiores. Es el tiempo de la desolación y de la fe más pura, porque se mantiene firme junto a Jesús. Por último, otra de las dificultades de la oración es *la acedia*, que est provocada por la pereza, el relajamiento de la ascesis, la falta de vigilancia y la negligencia del corazón. Ante todas estas dificultades no tenemos que desanimarnos, sino seguir rezando con humildad y confianza.

Saludo cordialmente a los fieles de lengua española. En estos días de preparación a la Solemnidad de Pentecostés, pidamos al Señor que nos envíe los dones del Espíritu Santo para poder perseverar en nuestra vida de oración con humildad y alegría, superando las dificultades con sabiduría y constancia. Que Dios los bendiga. Muchas gracias.

[00681-ES.02] [Texto original: Espaol]

In lingua portoghese**Speaker:**

Hoje falaremos de trs dificuldades que podemos enfrentar na oração: a distração, a aridez e a acdia. A distração nasce da dificuldade da mente humana permanecer por muito tempo em um único pensamento: sempre nos acompanha um turbilhão de imagens e fantasias. O Evangelho nos indica uma virtude capital na luta por manter a concentração e a atenção: a vigilância. Trata-se de reconhecer que não sabemos quanto tempo nos resta nesta vida e que cada instante  precioso e não deve ser dispersado com as distrações. Já a aridez, a perda do gosto pelas realidades espirituais,  um desafio que chama a viver somente da f quando se está desprovido de consolações. Finalmente, a acdia ou preguiça espiritual  a tentação por excelência contra a oração.  uma espécie de depressão que nasce do relaxamento da ascese, muitas vezes alimentada pela presunção, e que pode levar à morte da alma. Tanto a aridez como a tentação da acdia se combatem com a perseverança, sobretudo quando se atravessa o "vale da escuridão", depositando diante de Deus, como Já, as nossas dificuldades e amarguras, na certeza de que Ele, com amor de Pai, as acolher como um verdadeiro ato de f, como uma oração.

Santo Padre:

Rivolgo un cordiale saluto ai fedeli di lingua portoghese. In questi giorni di preparazione alla festa di Pentecoste, chiediamo al Signore che effonda in noi l'abbondanza dei doni del suo Spirito, affinché, saldi nella preghiera, troviamo la forza dell'Alto che ci rende testimoni di Gesù sino ai confini della terra. Grazie.

Speaker:

Saúdo cordialmente todos os fiéis de língua portuguesa. Nestes dias de preparação para a festa de Pentecostes, peçamos ao Senhor que derrame em nós a abundância dos dons do seu Espírito, para que, firmes na oração, encontremos a força do Alto que nos torna testemunhas de Jesus até os confins da terra. Obrigado.

[00682-PO.02] [Texto original: Português]

In lingua araba

Speaker:

تَكَلَّمَ قَدَاسَةُ الْبَابَا عَلَى بَعْضِ التَّجَارِبِ الَّتِي يُمْكِنُ أَنْ نَعِيشَهَا فِي الصَّلَاةِ وَهِيَ التَّشَتُّتُ وَالْجَفَافُ وَالْكَسَلُ الرُّوحِيّ. قَالَ قَدَاسَتُهُ: التَّجَرِبَةُ الْأُولَى هِيَ التَّشَتُّتُ فِي الصَّلَاةِ. أَمَامَ التَّشَتُّتِ نَحْتَاجُ أَنْ نَبْقَى فِي تَرْكِيزٍ وَأَنْ نَحَافِظَ عَلَى قَضِيَّةِ السَّهَرِ حَتَّى لَا تَتَشَتَّتَ فِي السَّعْيِ وَرَاءَ مَا لَا يَهُمُّ. كُلُّ لَحَظَاتِ حَيَاتِنَا ثَمِينَةٌ وَيَجِبُ أَلَّا تَضِيعَ فِي التَّشَتُّتِ. التَّجَرِبَةُ الثَّانِيَّةُ هِيَ الْجَفَافُ فِي الصَّلَاةِ عِنْدَمَا يَكُونُ قَلْبُنَا غَيْرَ مَبَالٍ إِلَى شَيْءٍ، وَلَا يَتَذَوَّقُ الْأَفْكَارَ وَالذِّكْرِيَّاتِ وَالْعَوَاطِفَ حَتَّى الرُّوحِيَّةِ. هَذَا زَمَنٌ صَعَبٌ مَرَّ بِهِ كُلُّ الْقِدِّيسِينَ. التَّجَرِبَةُ الثَّالِثَةُ ضِدَّ الصَّلَاةِ وَالْحَيَاةِ الْمَسِيحِيَّةِ هِيَ الْكَسَلُ الرُّوحِيّ. وَهُوَ شَكْلٌ مِنْ أَشْكَالِ الْإِرْهَاقِ النَّفْسِيِّ، سَبَبُهُ التَّرَاخِي فِي أَعْمَالِ الزُّهْدِ، وَالضَّعْفُ فِي السَّهَرِ، وَإِهْمَالُ الْقَلْبِ. الْكَسَلُ الرُّوحِيّ هُوَ إِحْدَى الْخَطَايَا السَّبْعِ الرَّئِيسِيَّةِ وَبِمُكِنٍّ أَنْ يُؤَدِّيَ إِلَى مَوْتِ النَّفْسِ. وَقَالَ قَدَاسَتُهُ: كَيْفَ نَعْمَلُ إِذَا فِي مَا يَحْدُثُ لَنَا مِنْ تَقَلُّبٍ بَيْنَ حَمَاسٍ وَإِحْبَاطٍ فِي الصَّلَاةِ؟ يَجِبُ أَنْ نَتَعَلَّمَ أَنْ نَسِيرَ دَائِمًا. التَّقَدُّمُ الْحَقِيقِيُّ فِي الْحَيَاةِ الرُّوحِيَّةِ لَا يَقُومُ فِي كَثْرَةِ الْأَنْخِطَافَاتِ الرُّوحِيَّةِ، بَلْ فِي الْقُدْرَةِ عَلَى الْمُنَابَرَةِ فِي الْأَوْقَاتِ الصَّعْبَةِ. يَجِبُ أَنْ نَتَعَلَّمَ أَنْ نَقُولَ لِلرَّبِّ: "يَا إِلَهِي، حَتَّى لَوْ بَدَأَ لِي أَنْكَ تَفْعَلُ كُلَّ شَيْءٍ لِتَجْعَلَنِي أَتَوْفَقَ عَنِ الْإِيمَانِ بِكَ، فَأَنَا سَأَسْتَمِرُّ فِي الصَّلَاةِ إِلَيْكَ". الْمُؤْمِنُ لَا يَتَوَقَّفُ عَنِ الصَّلَاةِ أَبَدًا لِأَنَّهُ يَعْلَمُ أَنَّ اللَّهَ سَيَسْتَجِيبُ لَهُ يَوْمًا مَا.

Santo Padre:

Saluto i fedeli di lingua araba. Il combattimento della preghiera rafforza in noi la fede e la approfondisce, e ci fa comprendere che Gesù non è lontano da noi, ma è sempre stato con noi, anche se non lo vediamo in momenti di debolezza, e così potremo dire: "Pensavo di essere solo, invece no, non lo ero: Gesù era con me". Il Signore vi benedica tutti e vi protegga sempre da ogni male!

Speaker:

أَحْبِبِ الْمُؤْمِنِينَ النَّاطِقِينَ بِاللُّغَةِ الْعَرَبِيَّةِ. الْجِهَادُ فِي الصَّلَاةِ يَقْوِي فِينَا الْإِيمَانَ وَبِعَمِّقَهُ، وَبِجَعْلِنَا نَدْرِكُ أَنَّ يَسُوعَ لَيْسَ بَعِيدًا عَنَّا، بَلْ دَائِمًا مَعَنَا، حَتَّى لَوْ لَمْ نَرَهُ فِي بَعْضِ لَحَظَاتِ الضَّعْفِ، وَهَكَذَا يُمْكِنُنَا أَنْ نَقُولَ: "اعْتَقَدْتُ أَنَّي كُنْتُ وَحْدِي، لَكِنْ لَا، لَمْ أَكُنْ وَحْدِي: كَانَ يَسُوعُ مَعِي". لِيُبَارِكُكُمُ الرَّبُّ جَمِيعًا وَلِيُحْمِكُمْ دَائِمًا مِنْ كُلِّ شَرٍّ!

[00683-AR.02] [Testo originale: Arabo]

In lingua polacca

Speaker:

W dzisiejszej katechezie Ojciec Święty podjął temat trudności, jakie mogą towarzyszyć modlitwie.

Pierwszą z nich jest *roztargnienie* (por. KKK, 2729). Pojawia się ono, gdyż ludzki umysł ma ograniczone możliwości długotrwałego skupienia na jednej myśli. Roztargnienia nie wiążą się z winą, ale trzeba z nimi walczyć. Jezus często przypomina uczniom o obowiązku *czuwania*: błogosławieni będą ci słudzy, których przychodzący Pan zastanie czuwających, stale skupionych na tym, co naprawdę ważne.

Inną trudnością może być *schłość*. Katechizm opisuje ją w następujący sposób: „serce jest wyjałowione, nie znajdując upodobania w myślach, wspomnieniach i uczuciach, nawet duchowych. Jest to chwila czystej wiary, która wiernie trwa przy Jezusie w agonii i w grobie” (nr 2731).

Inną trudnością jest *znużenie* (*acedia*), które jest prawdziwą pokusą przeciwko modlitwie. Acedia jest „rodzajem depresji na skutek porzucenia ascezy, zmniejszenia czujności, zaniedbania serca” (KKK, 2733).

Prawdziwy postęp w życiu duchowym nie polega na mnożeniu ekstaz, ale na umiejętności wytrwania w chwilach trudnych. Wszyscy święci przeszli przez tę „ciemną dolinę” i nie bądźmy zgorszeni, jeśli czytając ich dzienniki, usłyszymy relacje o wieczorach opieszalej modlitwy, przeżywanych bez smaku. Ludzie wierzący nigdy nie przestają się modlić! Chwilami może to przypominać modlitwę Hioba, który nie godzi się na to, że Bóg traktuje go niesprawiedliwie, protestuje i chce się z Nim sądzić. Także my wiemy, że w końcu, gdy minie ten okres spustoszenia, w którym wznosiliśmy do nieba ciche wołania i wiele pytań „dlaczego?”, Bóg nam odpowie. I nawet nasze najostrzejsze i najbardziej gorzkie myśli przyjmie z ojcowską miłością i uzna je za akt wiary, za modlitwę.

Santo Padre:

Saluto cordialmente i polacchi. Cari fratelli e sorelle, ci avviciniamo alla solennità della Pentecoste. Invochiamo con cuore aperto lo Spirito Santo. Egli – come proclama la sequenza liturgica - è vero «padre dei poveri, datore dei doni, luce dei cuori, dolce ospite dell'anima». Preghiamo, affinché porti «riposo e riparo» in mezzo alle fatiche, al lavoro delle braccia e delle menti, in mezzo alle inquietudini e ai pericoli nel mondo contemporaneo. La potenza dello Spirito Santo sia la vostra forza!

Speaker:

Serdecznie pozdrawiam Polaków. Drodzy bracia i siostry, zbliżamy się do uroczystości Zesłania Ducha Świętego. Przyzywajmy Go z otwartym sercem. On – jak głosi sekwencja liturgiczna – jest prawdziwym „*Ojcem ubogich, Dawcą darów i Światłością sumień, słodkim Gościem dusz*”. Módlmy się, aby przyniósł „ochłodzenie i odpocznienie” wśród trudów, wśród pracy ludzkich rąk i umysłów, pośród spiekoty dnia, wśród niepokojów, walk i zagrożeń we współczesnym świecie. Moc Ducha Świętego niech będzie waszą siłą!

[00684-PL.01] [Testo originale: Polacco]

In lingua italiana

Rivolgo un cordiale saluto ai fedeli di lingua italiana. La festa, ormai vicina, della Pentecoste mi offre lo spunto per incoraggiarvi a implorare con più fervore lo Spirito Santo, perché riempi del Suo amore il cuore delle persone, faccia risplendere nel mondo la Sua luce, e susciti in tutti propositi e azioni di pace.

Il mio pensiero va infine, come di consueto, agli anziani, ai giovani, ai malati e agli sposi novelli. Invoco su ciascuno lo Spirito Santo, affinché con i Suoi doni di grazia vi sia di sostegno e di consolazione nel cammino della vita.

[00685-IT.01] [Testo originale: Italiano]

[B0309-XX.02]
