



Un appello urgente a riscoprire il cuore della vita cristiana

Ci sono frasi che attraversano i secoli come una spada che risveglia l'anima. Questa, pronunciata da Alfonso María de Liguori, è una di esse. A prima vista può sembrare dura, persino eccessiva. Ma quando se ne comprende la profondità teologica e pastorale, si rivela come un'espressione di amore urgente — quasi disperato — da parte di chi conosce il valore eterno della preghiera.

Non è una minaccia. È una verità spirituale.

E nel nostro tempo — segnato dalla fretta, dalla distrazione costante e da una fede sempre più superficiale — questa frase risuona con un'attualità sorprendente.

1. Chi era sant'Alfonso e perché parlava così?

Sant'Alfonso Maria de' Liguori (1696-1787), fondatore dei Redentoristi e Dottore della Chiesa, fu un grande teologo morale e un pastore profondamente preoccupato per la salvezza delle anime. Visse in un'epoca di confusione morale, in cui molti cristiani vivevano la fede in modo rilassato o routinario.

La sua risposta non fu complicare la teologia, ma semplificarla all'essenziale:

Senza preghiera non c'è vita cristiana.

Senza vita cristiana non c'è salvezza.

Per lui, la preghiera non era una pratica opzionale, ma il mezzo necessario — ordinario e universale — per ottenere la grazia di Dio.

2. Fondamento teologico: perché la preghiera è



necessaria per la salvezza?

a) La grazia è necessaria... ma non automatica

La Chiesa insegna che nessuno può salvarsi senza la grazia di Dio. Ma questa grazia non agisce come per magia: richiede la cooperazione libera dell'uomo.

Ed è qui che entra in gioco la preghiera.

La preghiera è il canale attraverso il quale chiediamo, riceviamo e perseveriamo nella grazia.

b) Cristo stesso lo insegna

Il Signore stesso è stato chiaro:

«*Vegliate e pregate per non entrare in tentazione*» (Matteo 26,41)

E ancora:

«*Chiedete e vi sarà dato; cercate e troverete; bussate e vi sarà aperto*» (Matteo 7,7)

Queste parole non sono semplici consigli pii: sono comandamenti. Gesù Cristo collega direttamente la perseveranza nel bene con la preghiera.

c) Senza preghiera, l'anima si indebolisce

Dal punto di vista teologico, l'anima senza preghiera diventa vulnerabile:

- Perde la sensibilità spirituale
- Si indebolisce di fronte al peccato
- Si raffredda nell'amore verso Dio
- Dimentica il suo destino eterno



Sant'Alfonso lo comprese chiaramente:

non è Dio che abbandona l'uomo, ma l'uomo che smette di rivolgersi a Dio.

3. La preghiera come relazione viva: più che recitare, vivere in Dio

Oggi esiste un grande equivoco: molti pensano che pregare significhi semplicemente “dire delle cose”.

Ma la preghiera è, prima di tutto:

- **relazione**
- **incontro**
- **dipendenza amorosa da Dio**

È vivere con la consapevolezza che non possiamo farcela da soli.

Sant'Alfonso insiste su un punto essenziale:

chi prega riconosce il proprio bisogno di Dio; chi non prega vive come se non ne avesse bisogno.

Ed è qui che sta il pericolo.

4. Il dramma attuale: un'umanità senza preghiera

Non abbiamo mai avuto così tanti mezzi... e non siamo mai stati così distratti.

Viviamo in una cultura in cui:

- Il silenzio dà fastidio
- La vita interiore viene evitata
- Dio è relegato in secondo piano

Molti cristiani credono in Dio... ma non parlano con Lui.



E qui si compie tristemente l'avvertimento di sant'Alfonso:
non è l'incredulità aperta a perdere molte anime, ma **l'indifferenza pratica**.

5. Applicazioni pratiche: come vivere questa verità oggi?

Non basta comprendere questa frase. Bisogna incarnarla.

a) Stabilire un tempo quotidiano di preghiera

Non improvvisato. Non "quando capita".

□ Un minimo realistico:

- 10-15 minuti al giorno per iniziare
- Nel silenzio
- Con consapevole presenza di Dio

b) Pregare anche quando non si sente nulla

Questa è la chiave della vita spirituale.

La preghiera non dipende dalle emozioni.
Dipende dalla fedeltà.

□ Pregare senza sentirne il gusto vale più di mille preghiere piene di entusiasmo passeggero.

c) Usare mezzi concreti

- Lettura del Vangelo
- Il Santo Rosario
- Preghiere tradizionali
- Parlare a Dio con le proprie parole

d) Chiedere la grazia di pregare

Questo è profondamente alfonsiano:



| *«Signore, insegnami a pregare»*

Anche il desiderio di pregare è già grazia.

6. Una chiave pastorale: non è paura, è amore

Alcuni potrebbero interpretare questa frase come una minaccia.

Ma in realtà è il contrario.

Sant'Alfonso non dice: «Dio ti condanna se non preghi»,
ma: **«Senza preghiera ti disconnetti dalla fonte della vita».**

È come un medico che dice:

□ «Se non respiri, morirai.»

Non è una punizione. È una realtà.

7. La preghiera come cammino di salvezza quotidiana

La preghiera non è solo per “momenti religiosi”.

È uno stile di vita:

- Pregare nella gioia
- Pregare nella difficoltà
- Pregare nella tentazione
- Pregare nella routine

Perché la salvezza non si gioca solo alla fine della vita...
si costruisce ogni giorno.



8. Conclusione: una frase che può cambiare la tua vita

«**Chi prega si salva; chi non prega si dannna**» non è un'esagerazione.

È una sintesi brutalmente onesta del Vangelo.

Alla fine, la domanda non è teologica, ma personale:

- Parli con Dio?
- Dipendi da Lui?
- Lo cerchi ogni giorno?

Perché, in definitiva, la salvezza non è altro che vivere eternamente in relazione con Dio.

E questa relazione... comincia adesso.

Preghiera finale

Signore,
insegnami a pregare quando non so farlo,
a perseverare quando mi stanco,
a cercarti quando ti dimentico.

Fa' che non viva mai come se non avessi bisogno di Te.
Perché so che senza di Te non sono nulla.

Amen.