



Una semplice devozione con una straordinaria forza spirituale

Introduzione: il piccolo che compie grandi cose

In un tempo in cui ciò che è spettacolare sembra essere l’unico criterio di valore, la fede cattolica ci ricorda che il più grande dei misteri si nasconde spesso nelle cose più semplici. È il caso di una **piccola ma potente pratica devozionale**: le **“Tre Ave Maria” da recitare prima di dormire**. Sant’Antonio Maria Claret, grande missionario dell’Ottocento e fondatore dei Clarettiani, raccomandava fortemente questa preghiera. Era convinto che fosse una **potente arma contro il demonio**, oltre che fonte di protezione, grazia e crescita spirituale.

In questo articolo scopriremo la storia, il significato teologico e il valore pratico di questa preghiera, riscoprendo un tesoro della spiritualità popolare che può trasformare il nostro cammino quotidiano di fede.

I. Chi era Sant’Antonio Maria Claret?

Per comprendere il valore di questa pratica, è bene conoscere chi l’ha promossa con tanto fervore. **Sant’Antonio Maria Claret (1807-1870)** fu arcivescovo di Santiago de Cuba, confessore della regina Isabella II di Spagna, fondatore dei **Missionari Figli del Cuore Immacolato di Maria**, e uno dei più grandi predicatori del suo tempo. Visse con ardore la missione, la preghiera, l’amore per l’Eucaristia e per la Vergine Maria, e una profonda sensibilità al combattimento spirituale.

Non era un teorico della preghiera: parlava da uomo che aveva combattuto spiritualmente, vissuto in povertà, sofferto persecuzioni, e sperimentato la potenza della preghiera del popolo.

II. Origine della devozione delle “Tre Ave Maria”

La pratica di **recitare tre Ave Maria prima di andare a dormire** non nasce direttamente da Claret, ma **lui la promosse con fervore** perché ne conosceva l’efficacia. Le sue radici risalgono al XIII secolo, quando **Santa Matilde di Hackeborn**, monaca benedettina tedesca,



ricevette in visione dalla Madonna una promessa: chi avesse recitato ogni sera tre Ave Maria, in onore dei **tre privilegi divini** concessi a Maria, avrebbe ricevuto speciale protezione.

I tre privilegi sono:

1. **Il potere concesso dal Padre**
2. **La sapienza ricevuta dal Figlio**
3. **L’amore infuso dallo Spirito Santo**

Anche **Sant’Alfonso Maria de’ Liguori** raccomandava questa devozione, ma fu **Sant’Antonio Maria Claret** a diffonderla con forza nel XIX secolo, in un contesto di forti attacchi spirituali e morali, presentandola come **una difesa efficace contro le insidie del demonio**.

III. Fondamento teologico delle Tre Ave Maria

L’Ave Maria non è una formula magica, ma una **preghiera profondamente teologica**. Ogni “Ave” è un atto di fede, una proclamazione dell’opera di Dio in Maria, e un’umile richiesta di intercessione.

1. **Al Padre tramite Maria (potere del Padre):**

Maria è la Figlia prediletta del Padre, da Lui preservata dal peccato originale e scelta per essere Madre del Verbo. Chiedendo la sua intercessione, ci affidiamo alla sovranità del Padre.

2. **Al Figlio tramite Maria (sapienza del Figlio):**

Maria è la Madre del Figlio, la Theotokos. Con il suo “fiat” ha permesso l’Incarnazione. Ella ha partecipato intimamente all’opera della Redenzione. Invocarla è attingere alla sapienza del Verbo incarnato.

3. **Allo Spirito Santo tramite Maria (amore dello Spirito):**

Lo Spirito Santo ha agito potentemente in Maria, sua Sposa mistica. In Lei ha preso dimora. Ogni Ave Maria apre il cuore all’azione santificante dello Spirito.

Pregare tre Ave Maria significa **onorarla nelle sue relazioni trinitarie**, e questa è una ricchezza spirituale straordinaria.



IV. Perché scacciano i demoni?

Sant’Antonio Maria Claret era convinto che il semplice atto di recitare ogni sera tre Ave Maria allontanasse i demoni. Non si tratta di superstizione, ma di una **profonda verità spirituale**. In molti suoi scritti, Claret racconta esperienze dirette di liberazione e protezione ottenute tramite la preghiera mariana.

Questa convinzione si inserisce nella **tradizione della Chiesa** e nella sua **antropologia spirituale**:

- **Il demonio odia la Vergine Maria**, perché fu lei, con la sua umiltà, a schiacciare l’orgoglio di Lucifero.
- Ogni Ave Maria è un richiamo alla grazia, alla Redenzione, alla mediazione di Maria.
- **Il Rosario, e in particolare l’Ave Maria, è un’arma potente nel combattimento spirituale**, come hanno testimoniato molti santi.

La Genesi ci ricorda la profezia divina:

“Io porrò inimicizia tra te e la donna, tra la tua stirpe e la sua stirpe: essa ti schiaccerà la testa.” (Genesi 3,15)

La Chiesa interpreta questa donna come **Maria**, la nuova Eva, associata alla vittoria di Cristo sul peccato e sul demonio.

V. Guida pratica: come recitarle ogni sera

Sant’Antonio Maria Claret raccomandava di **recitare le Tre Ave Maria con fede e umiltà prima di dormire**. Ecco una guida semplice e teologicamente fondata:

□ Guida serale per le Tre Ave Maria

1. Crea un clima di silenzio e raccoglimento.

Spegni il telefono, ferma i pensieri, entra nel mistero del giorno che finisce.



2. **Fai lentamente il segno della croce.**
3. **Recita tre Ave Maria**, ciascuna con questa intenzione:
 - In onore del potere concesso dal Padre
 - In onore della sapienza del Figlio
 - In onore dell’amore dello Spirito Santo
4. **Puoi aggiungere dopo ogni Ave Maria la giaculatoria tradizionale (opzionale):** “Per la tua purissima e Immacolata Concezione, o Maria, rendi puro il mio corpo e santa la mia anima.”
5. **Concludi con un atto di affidamento a Maria:** “O mia Signora, o mia Madre, io mi offro tutto a te...”
6. **Addormentati con fiducia in Dio.**
Il giorno finisce nella grazia, l’anima riposa nella pace.

Bastano pochi minuti, ma l’effetto spirituale è profondo e duraturo.

VI. Perché è una pratica attualissima

Viviamo in un tempo di confusione, paura, insidie spirituali, smarrimento morale. Molti cristiani sentono di non avere strumenti per combattere. Le Tre Ave Maria sono **una risposta semplice ma potente**: risvegliano la preghiera, la fiducia, l’intercessione della Madre, e creano **una barriera spirituale contro il male**.

Questa pratica è **perfetta per le famiglie**, per **insegnare ai bambini a pregare**, per **giovani in ricerca**, per **laici, religiosi e sacerdoti**. È accessibile a tutti, e può davvero **cambiare la qualità della vita spirituale quotidiana**.

VII. Testimonianze dei santi e della Chiesa

Sant’Alfonso Maria de’ Liguori scriveva:

“Chi sarà fedele a questa pratica per tutta la vita riceverà grandi grazie e la perseveranza finale.”



Anche **Papa Leone XIII**, grande devoto della Madonna, ha **benedetto e incoraggiato** la devozione delle Tre Ave Maria.

Conclusione: Maria, forza degli umili

Alla fine, le Tre Ave Maria non sono solo una preghiera, ma **uno stile di vita spirituale**: affidarsi ogni giorno, ogni sera, a **colei che veglia su di noi come Madre, Regina degli angeli, schiacciatrice del serpente antico**.

Se cerchi una devozione semplice, ma potente: **inizia questa sera**. Ginocchiati, prega con amore e fede tre Ave Maria... e lascia agire la grazia.

□ Ultima raccomandazione

Fallo per te. Fallo per i tuoi figli. Fallo per la Chiesa.

Il Cielo è più vicino quando invochi la Madre.

“Dio resiste ai superbi, ma dà grazia agli umili.” (Giacomo 4,6)
E non c’è preghiera più umile e forte dell’Ave Maria, detta con amore.