



Ci sono parole che non sono semplicemente parole. Sono decisioni. Sono abbandono. Sono fuoco.

« **Praesto sum** » — in latino — significa: « *Sono presente* », « *Eccomi* », « *Sono pronto* ». Non è una formula decorativa di una spiritualità antica. È una dichiarazione radicale che attraversa tutta la Sacra Scrittura e definisce la vita dei santi.

In un mondo segnato da distrazione, fretta ed evasione, riscoprire il significato profondo di questo “eccomi” può diventare una vera rivoluzione interiore.

Questo articolo non è solo per comprendere il concetto. È per viverlo.

1. « Praesto sum »: più che presenza, disponibilità totale

Dire « praesto sum » non significa semplicemente essere presenti fisicamente. È qualcosa di molto più esigente:

- È **disponibilità interiore**
- È **obbedienza libera**
- È **abbandono totale**
- È **risposta a una chiamata**

Non è la stessa cosa dire « sono qui » e dire « **sono qui per Te** ».

Nella teologia spirituale, questo è direttamente collegato alla virtù della **docilità alla volontà di Dio**, che non è passività, ma una cooperazione attiva con la grazia.

2. La radice biblica: l’“Eccomi” che cambia la storia

Tutta la storia della salvezza è piena di uomini e donne che hanno risposto con un « praesto sum ».



« Praesto Sum: Eccomi, Signore » — La spiritualità dimenticata che
può trasformare la tua vita oggi | 2

Abramo: la fede che risponde senza capire

| « Dio chiamò Abramo... Egli rispose: “Eccomi” » (cf. Genesi 22,1)

Abramo non sapeva cosa sarebbe accaduto. Ma era disponibile. E questo bastò perché Dio costruisse su di lui un'alleanza eterna.

Samuele: il cuore che impara ad ascoltare

| « Parla, Signore, perché il tuo servo ti ascolta » (1 Samuele 3,10)

Samuele non riconosce subito la voce di Dio. Ma il suo atteggiamento è la chiave: disponibilità umile.

Isaia: il profeta che si offre

| « Chi manderò?... Eccomi, manda me » (Isaia 6,8)

Qui il « praesto sum » appare nella sua forma più missionaria: non solo sono qui... **voglio essere mandato.**

La Vergine Maria: il “sì” perfetto

| « Ecco la serva del Signore: avvenga per me secondo la tua parola
» (Luca 1,38)

Questo è il culmine. Maria non è solo disponibile: **si dona completamente al piano di Dio**, senza riserve.



Cristo stesso: il “Praesto Sum” incarnato

| « *Ecco, io vengo per fare, o Dio, la tua volontà* » (cf. Ebrei 10,7)

Gesù Cristo è l’“eccomi” definitivo. Tutta la sua vita è una risposta al Padre.

3. Dimensione teologica: il “praesto sum” come atto d’amore

Da un punto di vista teologico, dire « praesto sum » implica diverse realtà profonde:

a) È un atto di fede

Credere che Dio chiama. Credere che la sua volontà è buona.

b) È un atto di speranza

Confidare che, anche senza capire, Egli guida.

c) È un atto di carità

Amare Dio fino a preferire la sua volontà alla propria.

San Tommaso d’Aquino spiega che la perfezione cristiana consiste nella conformità alla volontà divina. Il « praesto sum » è precisamente questo: **un allineamento interiore con Dio**.

4. Il dramma attuale: una generazione che evita di dire



“eccomi”

Viviamo in un’epoca che fugge dall’impegno:

- Relazioni senza dono di sé
- Vocazioni rimandate
- Decisioni evitate
- Una fede vissuta “a metà”

Il problema non è che Dio abbia smesso di chiamare.

Il problema è che **abbiamo smesso di rispondere**.

Diciamo:

- « Vedremo »
- « Più tardi »
- « Non è il momento »

Ma Dio continua a chiedere:

« **Chi manderò?** »

E il silenzio dell’anima diventa una forma di rifiuto.

5. Ostacoli a vivere il “praesto sum”

Paura

Temiamo di perdere il controllo. Ma non c’è dono senza rischio.

Comodità

Preferiamo una vita sicura a una vita piena.

Rumore interiore

Non ascoltiamo perché siamo saturi di stimoli.



Mancanza di preghiera

Senza preghiera non c'è chiamata... e senza chiamata non c'è risposta.

6. Come vivere il “praesto sum” oggi (guida pratica)

Qui il messaggio diventa vita concreta.

1. Inizia la giornata dicendo: “Signore, eccomi”

Prima del telefono. Prima del rumore.

Una semplice preghiera:

| « Signore, eccomi. Fa' di me ciò che vuoi. »

Questo cambia l'orientamento della tua giornata.

2. Impara ad ascoltare

Il « praesto sum » non consiste nel parlare... ma nell'ascoltare prima.

- Dedica tempo al silenzio
- Leggi la Scrittura
- Pratica l'adorazione

Dio non grida. Sussurra.

3. Rispondi nelle piccole cose

Non aspettare una grande missione.



L'“eccomi” si vive in:

- Perdonare
- Servire
- Tacere quando è necessario
- Dire la verità con carità

4. Accetta la croce

Dire « praesto sum » include accettare ciò che non hai scelto.

Cristo non ha detto “eccomi” solo nella gloria... ma anche nel Getsemani.

5. Discerni la tua vocazione

La tua vita ha una missione concreta.

- Matrimonio
- Sacerdozio
- Vita consacrata
- Vita laicale impegnata

Il « praesto sum » non è generico. È personale.

6. Persevera anche quando non senti nulla

La vera disponibilità non dipende dalle emozioni.

È fedeltà.



7. Il frutto: una vita piena di senso

Chi vive il « praesto sum » scopre qualcosa di straordinario:

- Non vive più per sé stesso
- Smette di cercarsi continuamente
- Trova pace nel mezzo del caos
- Vive con uno scopo

Perché la più grande libertà non è fare ciò che vuoi...

Ma **volere ciò che Dio vuole.**

8. Preghiera finale: imparare a dire “Praesto Sum”

Puoi pregare così:

*Signore,
tante volte sono stato presente... ma non per Te.
Tante volte ho ascoltato... ma non ho risposto.*

*Oggi voglio dirTi: eccomi.
Senza condizioni. Senza scuse. Senza riserve.*

*Prendi la mia vita, i miei progetti, le mie paure.
Fa' di me ciò che vuoi.*

*Insegnami ad ascoltare.
Insegnami a fidarmi.
Insegnami ad amare.*

Praesto sum, Domine.



« Praesto Sum: Eccomi, Signore » — La spiritualità dimenticata che
può trasformare la tua vita oggi | 8

| *Eccomi, Signore.*
Amen.

Conclusione: la domanda che non puoi ignorare

Dio continua a chiamare.

Non solo i santi.

Non solo i consacrati.

Te. Oggi.

L'unica domanda è:

Continuerai a rimandare... o risponderai?

Perché ogni autentica vita cristiana inizia con due parole:

« **Praesto sum** ».