

## **“Orazione costante, dalla mattina alla sera”**

La vera orazione, quella che assorbe tutto l'individuo, non è favorita tanto dalla solitudine del deserto, quanto dal raccoglimento interiore. (Solco, 460)

26 Ottobre

Finché ne avrò la forza, non cesserò di predicare la necessità primaria di essere anime d'orazione: sempre, in qualunque occasione e nelle

circostanze più diverse, perché Dio non ci abbandona mai. Non è da cristiani pensare all'amicizia divina come a una risorsa per casi estremi. Potrà mai sembrarci giusto ignorare o disprezzare le persone che amiamo? Certamente no. A coloro che amiamo si rivolgono costantemente le nostre parole, i desideri, i pensieri: c'è come una loro continua presenza. Lo stesso deve essere per Iddio.

Cercando il Signore in questo modo, la nostra giornata si trasforma tutta intera in un'intima e fiduciosa conversazione. È quanto ho affermato e scritto tante volte, né mi importa ripeterlo, perché il Signore ci fa vedere — con il suo esempio — che questa è la condotta da seguire: orazione costante, dalla mattina alla sera, dalla sera alla mattina. Quando tutto riesce facile, gli diciamo: «Grazie, mio Dio!». E quando giunge il momento difficile: «Signore, non

mi abbandonare!». E questo nostro Dio, *mite e umile di cuore* [Mt 11, 29], non dimenticherà le nostre suppliche, non rimarrà indifferente, Lui che ha affermato: *Chiedete e vi sarà dato, cercate e troverete, bussate e vi sarà aperto* [Lc 11, 9].

*(Amici di Dio, 247)*

---

pdf | documento generato  
automaticamente da [https://  
opusdei.org/it-ch/dailytext/orazione-  
costante-dalla-mattina-alla-sera/](https://opusdei.org/it-ch/dailytext/orazione-costante-dalla-mattina-alla-sera/)  
(19/02/2026)