

## PREGHIERA E VITA DEVOZIONALE

Compilazione di brani tratti dagli Scritti  
di Bahá'u'lláh, del Báb e di 'Abdu'l-Bahá  
e da lettere di Shoghi Effendi  
e della Casa Universale di Giustizia

## LA CASA UNIVERSALE DI GIUSTIZIA

28 febbraio 2019

A tutte le Assemblee Spirituali Nazionali

Cari amici bahá'í,

### Compilazione sulla preghiera e sulla vita devozionale

mentre gli amici intensificano i loro sforzi per perseguire l'ultimo Piano della serie di Piani che termineranno nel 2021, l'anno che segna il centenario dell'Ascensione di 'Abdu'l-Bahá e dell'inaugurazione dell'Età formativa, appaiono alcuni segnali dell'arricchimento della vita devozionale della comunità. Le attività devozionali stanno dappertutto moltiplicandosi e integrandosi sempre più nel cuore della vita comunitaria. Per dare un ulteriore stimolo a questo importante sviluppo e per aiutare gli amici a trarre il massimo vantaggio da questo periodo investito di una potenza speciale durante il quale vengono commemorati gli anniversari del bicentenario della nascita di Bahá'u'lláh e del Báb, la Casa Universale di Giustizia ci ha incaricati di accludere una compilazione di estratti sulla preghiera e sulla vita devozionale tratti dagli Scritti di Bahá'u'lláh, del Báb e di 'Abdu'l-Bahá e da lettere del Custode e della Casa di Giustizia.

La Casa di Giustizia auspica che questa compilazione, preparata per sua richiesta dal Dipartimento delle ricerche, venga ampiamente studiata e sia di aiuto alle persone, alle famiglie e alle comunità che s'impegnano per evocare lo spirito del Mashriqu'l-Adhkár creando occasioni nelle quali ogni anima possa inalare i profumi divini, sperimentare il potere di elevazione della preghiera ed essere portata insieme agli altri in amicizia e in una causa comune.

La compilazione [in inglese] è ora disponibile nella sezione "compilation" della Bahá'í Reference Library. Le Assemblee Spirituali Nazionali che hanno una casa editrice sono invitate a considerare la possibilità di produrre edizioni stampate.

Con amorevoli saluti bahá'í,

Il Dipartimento della Segreteria

per conoscenza:

Centro Internazionale di Insegnamento  
Corpi dei Consiglieri  
Consiglieri  
Case Editrici Bahá'í

## Potere della preghiera

Ti supplico... di far della mia preghiera un fuoco che bruci i veli che mi nascondono la Tua bellezza e una luce che mi guidi all'oceano della Tua Presenza.

(Bahá'u'lláh, *Preghiere e Meditazioni*, Casa Editrice Bahá'í, Roma, 2003, p. 274, sez. CLXXXIII, par. 2) [1]

Ogni parola che esce dalla bocca di Dio è dotata di tale potenza da infondere nuova vita in ogni forma umana, se siete fra coloro che comprendono questa verità.

(Bahá'u'lláh, *Spigolature dagli Scritti*, Casa Editrice Bahá'í, Roma, 2003), p.138, sez. LXXIV, par. 1) [2]

O Mio servo, intona versetti di Dio che hai ricevuto, come li intonano coloro che si sono avvicinati a Lui, ché la dolcezza della tua melodia accenda la tua stessa anima e attiri i cuori di tutti gli uomini. Quando qualcuno recita i versetti rivelati da Dio nell'intimità della propria camera, gli angeli dell'Onnipotente sparsi ovunque spandono nell'universo la fragranza delle parole pronunziate dalla sua bocca, facendo palpitare il cuore di ogni giusto. Per quanto, in un primo momento, possa non avvertirne l'effetto, pure, prima o poi, la virtù della grazia concessagli eserciterà la sua influenza sulla sua anima. In tal guisa sono stati decretati i misteri della Rivelazione di Dio per virtù della volontà di Colui Che è la Sorgente del potere e della saggezza.

(Bahá'u'lláh, *Spigolature*, p. 287, sez. CXXXVI, par. 2) [3]

Se desideri la vita eterna, respira il profumo del cielo e se cerchi la vita immortale, dimora al riparo della Parola di Dio.

(‘Abdu’l-Bahá, da una Tavola, tradotta dal persiano) [4]

La Parola di Dio può essere paragonata alle vivificanti brezze della primavera divina. Quando sia cantata nei toni dello spirito, essa dona il soffio della vita e concede la vera salvezza. In un terreno puro fa crescere un giardino di rose ed effonde profumo di muschio in tutto il mondo.

(‘Abdu’l-Bahá, da una Tavola, tradotta dal persiano) [5]

Se reciterai una preghiera rivelata e chiederai aiuto a Dio con il viso rivolto verso di Lui e Lo implorerai con fervore e devozione, i tuoi bisogni saranno appagati.

(‘Abdu’l-Bahá, da una Tavola, tradotta dal persiano) [6]

...Egli, Che li ha mandati nel mondo con una così grande missione, attende, pazientemente attende che coloro che lavorano nella sua Vigna divina rivolgano il cuore in preghiera e supplica verso l'Onnipotente e chiedano aiuto e guida, le sole cose che consentiranno loro di dare esecuzione al Suo Piano divino per questo mondo.

(Shoghi Effendi, 7 gennaio 1923, lettera alla comunità bahá'í di Pasadena, California) [7]

Se leggete le parole di Bahá'u'lláh e di 'Abdu'l-Bahá con abnegazione e attenzione, concentrandovi su di esse, scoprirete verità che vi erano prima sconosciute e riuscirete a comprendere a fondo i problemi che hanno sconcertato i grandi pensatori del mondo.

(a nome di Shoghi Effendi, 30 gennaio 1925, a un credente, poscritto di suo pugno; vedi *Guida per una vita bahá'í*, Casa Editrice Bahá'í, Roma, 2005, p. 94, n. 5) [8]

Il Custode desidera che ella... preghi e supplichi l'Onnipotente di concederle una misura più colma della Sua grazia, onde le sue energie spirituali siano ravvivate ed ella maggiormente pervasa da quello spirito che deve animare, sorreggere e rafforzare ogni sincero e autentico seguace della Fede.

(a nome di Shoghi Effendi, 13 marzo 1934, a un credente, *Preghiera, meditazione, devozione*, Casa Editrice Bahá'í, Roma, 1981, p. 23) [9]

Egli desidera ancora io la rassicuri che pregherà alle Sante Tombe per il suo progresso spirituale. La potenza di Dio può trasformare completamente il nostro carattere e far di noi esseri del tutto diversi da quello che eravamo. Noi possiamo modificarci mediante la preghiera e la supplica, l'obbedienza alle leggi divine che Bahá'u'lláh ha rivelato e un sempre maggior servizio alla Sua Fede.

(a nome di Shoghi Effendi, 22 novembre 1941, a un credente, *Preghiera, meditazione, devozione*, p. 28) [10]

Come tutti sanno, i credenti devono sforzarsi di vivere e comportarsi in modo esemplare, a tal segno che gli altri siano indotti ad abbracciare una Fede che ha il potere di trasformare il carattere dell'uomo. Ma sfortunatamente non tutti riescono a vincere l'egoismo in modo rapido e facile. Ciò che ogni credente, nuovo o vecchio, deve capire è che, se noi facciamo lo sforzo di lasciarci influenzare, la Causa ha il potere spirituale di ricrearci e a tal fine il più grande aiuto è la preghiera. È necessario che supplichiamo Bahá'u'lláh di aiutarci a emendare i difetti del nostro carattere ma nello stesso tempo siamo anche tenuti a usare la nostra forza di volontà per dominarci.

(a nome di Shoghi Effendi, 27 gennaio 1945, a un credente, *Preghiera, meditazione, devozione*, pp. 28-9) [11]

Egli suggerisce che tutti voi abbiate preghiere speciali perché Dio vi mandi anime ricettive alle quali insegnare la Fede. La preghiera spalanca porte che sembra impossibile aprire in altro modo!

(a nome di Shoghi Effendi, 28 giugno 1945, a un credente) [12]

Egli le suggerisce di pregare quotidianamente Bahá'u'lláh affinché le faccia incontrare un'anima recettiva al Suo Messaggio. La preghiera, con la sua immensa forza, attrae le conferme divine.

(a nome di Shoghi Effendi, 30 settembre 1951, a un credente, *Preghiera, meditazione, devozione*, p. 31) [13]

I due Luminari gemelli di questa fulgida era ci hanno insegnato questo: la preghiera è l'essenziale conversazione spirituale dell'anima, diretta e senza intermediari, con il suo Creatore. È

il cibo spirituale che dà sostentamento alla vita dello spirito. Come la rugiada del mattino, essa porta freschezza al cuore e lo deterge, purificandolo dagli attaccamenti all'io importuno. È un fuoco che consuma i veli e una luce che porta fino all'oceano del ricongiungimento con l'Onnipotente. Sulle sue ali l'anima si libra nei cieli di Dio e si avvicina alla realtà divina. Dalla sua qualità dipende lo sviluppo delle illimitate capacità dell'anima e l'attrazione delle munificenze di Dio, ma non è desiderabile che essa si prolunghi.

(La Casa Universale di Giustizia, 18 dicembre 2014, ai bahá'í in Iran,  
*La resilienza della comunità bahá'í in Iran*, Casa Editrice Bahá'í,  
Acuto, 2018, p. 153, n. 38) [14]

## Comunione con Dio

Recitate i versetti di Dio ogni mattina e sera. Chi non lo fa non ha tenuto fede al Patto di Dio e al Suo Testamento e chi si distoglie da questi santi versetti in questo Giorno è fra coloro che si sono allontanati da Dio per tutta l'eternità. Temete Dio, o Miei servi tutti quanti. Non inorgogliatevi per molte letture di versetti o per le troppe pie azioni di giorno e nottetempo; perché se un uomo legge un solo versetto con gioia e radiosità, questo sarà meglio per lui che leggere stancamente tutti i Santi Libri di Dio, l' Aiuto nel Pericolo, l'Esistente da Sé. Leggete i sacri versetti in tal misura che non siate sopraffatti da languore e abbattimento. Non caricate sulle anime vostre ciò che le sfinisca e le aggravi, ma ciò che le illumini e le sollevi, sì che sulle ali dei versetti divini si librino verso l'Oriente dei Suoi segni manifesti; questo vi condurrà più vicini a Dio, se solo comprendeste.

(Bahá'u'lláh, *Il Kitáb-i-Aqdas. Il Libro Più Santo*, Casa Editrice Bahá'í, Roma, 1995, p. 65, par. 149) [15]

Purifica il mio orecchio, o mio Signore, sì che io ascolti i versetti inviati a Te, rischiara il mio cuore con la luce del Tuo sapere, sciogli la mia lingua, sì che faccia menzione di Te e canti la Tua lode. Per la Tua potenza, o mio Dio! La mia anima non è legata ad altri che Te e il mio cuore non cerca altri che il Tuo Essere.

(Bahá'u'lláh, *Pregchiere e meditazioni*, p. 122,  
sez. LXXXIV, par. 3) [16]

La mattina presto, dedicati alla rimembranza della Bellezza di Colui Che è l' Illimitato e cerca la comunione con Lui nell'ora dell'alba. O Alí! RicordarMi è un farmaco salutare per l'anima e una luce per il cuore.

(Bahá'u'lláh, da una Tavola tradotta dal persiano) [17]

Rendo grazie a Te, Che hai acceso il Tuo fuoco nella mia anima e gettato i raggi della Tua luce nel mio cuore, perché hai insegnato ai Tuoi servi a menzionarTi e rivelato loro come supplicarTi, mediante la Tua santissima ed eccelsa lingua e la Tua augustissima e preziosa favella. Se non fosse per il Tuo permesso, chi potrebbe azzardarsi a esprimere la Tua potenza e la Tua magnificenza? E se non fosse per le Tue istruzioni, quale uomo potrebbe scoprire le vie del Tuo compiacimento nel regno della Tua creazione?

(Bahá'u'lláh, *Pregchiere e meditazioni*, pp. 244-5,  
sez. CLXXVI, par. 39) [18]

Fa' della mia preghiera, o mio Signore, una fontana d'acqua vivificatrice per cui io possa vivere tanto quanto duri la Tua sovranità e possa parlare di Te in ogni mondo dei Tuoi mondi.

(Bahá'u'lláh, *Pregchiere e meditazioni*, p. 275, sez. CLXXXIII, par. 8) [19]

O Figlio della luce! Dimentica tutto eccetto Me ed entra in comunione col Mio spirito. Quest'è parte dell'essenza del Mio comandamento; seguilo.

(Bahá'u'lláh, *Parole celate*, dall'arabo, n. 16) [20]

O Figlio della gloria! Percorri veloce il sentiero della santità ed entra nel cielo della comunione con Me. Forbisci il tuo cuore col brunitoio dello spirito e affrettati verso la corte dell'Altissimo.

(Bahá'u'lláh, *Parole celate*, dal persiano, n. 8) [21]

Gloria a Te, Tu trascendi di gran lunga qualunque descrizione d'altri che Te, perché il magnificare adeguatamente le Tue virtù o il comprendere l'intima realtà della Tua Essenza travalica l'umana concezione. Lungi sia dalla Tua gloria che le Tue creature Ti descrivano o che all'infuori di Te qualcuno Ti possa mai conoscere. Io Ti ho conosciuto, o mio Dio, perché Tu Ti sei fatto conoscere, ma se non Ti fossi rivelato a me, non Ti avrei mai conosciuto. Ti adoro, perché mi hai chiamato a Te, ma se non fosse stato per il Tuo invito non Ti avrei adorato.

(Il Báb, *Antologia*, Casa Editrice Bahá'í, Roma, 1984, pp. 176) [22]

Rimembrare Iddio è come pioggia e rugiada che elargiscono freschezza e grazia a fiori e giacinti, rinvivendoli e donando loro fragranza, profumo e rinnovato fascino. «E tu vedi la terra arida, ma quando vi inviamo sopra l'acqua, ecco che preme e si gonfia, e produce ogni specie d'erbe gioiose».<sup>1</sup> Stùdiati, adunque, di lodare e glorificare Iddio notte e dì, sì da acquistare infinita beltà e freschezza.

(‘Abdu’l-Bahá, da una Tavola tradotta dal persiano, *Preghiera, meditazione, devozione*, p. 16) [23]

Fa d'uopo che il servo preghi Iddio, Ne cerchi l'aiuto e Ne supplichi e Ne implori l'assistenza. Questo s'addice al rango del servaggio e il Signore decreterà qualunque cosa voglia, conforme alla Sua perfetta saggezza.

(‘Abdu’l-Bahá, da una Tavola tradotta dall'arabo, *Preghiera, meditazione, devozione*, p. 17) [24]

Sia lodato Iddio, il cuore volto a commemorare Iddio, l'anima rallegrata dalle liete Sue novelle, sei raccolto in orazione. Tale stato è la migliore condizione, poiché qui l'uomo è assieme a Dio. La preghiera è vera dispensatrice di vita, specialmente quando sia offerta in solitudine e in momenti, come la mezzanotte, in cui si è liberi da ogni cura quotidiana.

(‘Abdu’l-Bahá, *Antologia*, Casa Editrice Bahá'í, Roma, 1987, p. 192, sez. 172) [25]

---

<sup>1</sup> Corano XXII, 5.

Dobbiamo cercare di raggiungere quella condizione separandoci da tutte le cose e le persone del mondo e rivolgendoci a Dio soltanto. Sforzi saranno necessari da parte dell'uomo per acquistare quella condizione e lavoro e lotta per raggiungere l'intento; ciò potrà avvenire pensando e curando di meno le cose materiali e di più quelle spirituali. Maggiormente ci distacciamo dalle une, più vicini siamo alle altre. A noi la scelta.

La nostra percezione spirituale, la nostra vista interiore devono schiudersi così da poter discernere i segni e le tracce dello spirito di Dio in qualsiasi cosa. Tutto può riflettere per noi la luce dello Spirito.

(Parole di un discorso di 'Abdu'l-Bahá citate in John E. Esslemont, *Bahá'u'lláh e la nuova era*, Casa Editrice Bahá'í, Roma, 1998, p. 137) [26]

Sappi, in verità, che si addice al debole di supplicare il Forte e incombe a chi cerca favori d'implorare il Munifico Glorioso. E a chi supplica il suo Signore, si volge a Lui e cerca generosità dal Suo oceano, questa supplica apporta luce al cuore, splendore all'occhio, vita all'anima ed esaltazione all'essere interiore.

(Parole di un discorso di 'Abdu'l-Bahá citate in Esslemont, *Bahá'u'lláh e la nuova era*, p. 140) [27]

Nella preghiera più elevata, l'uomo prega soltanto per amore di Dio e non perché tema di Lui o dell'inferno o spera in favori o nel paradiso... Quando un uomo s'innamora di un essere umano è impossibile che si astenga dal nominare l'amato. Quanto più difficile è l'astenersi dal ricordare il Nome di Dio quando si sia imparato ad amarLo... L'uomo spirituale non trova diletto se non nel rimembrare Iddio.

(Parole di un discorso di 'Abdu'l-Bahá citate in Esslemont, *Bahá'u'lláh e la nuova era*, pp. 142-3) [28]

Quando ci rivolgiamo a Dio con tutto il cuore e invochiamo il Suo Nome, si stabilisce una connessione spirituale grazie alla quale diventiamo canali degli influssi divini.

(a nome di Shoghi Effendi, 19 ottobre 1925, a un credente) [29]

## **Lo spirito e la forma della preghiera**

La preghiera più gradita è quella offerta in perfetta spiritualità e radiosità; a Dio non è mai stato né è caro ch'essa debba prolungarsi. Al Suo cospetto quanto più distaccata e pura, tanto più gradita è l'orazione.

(Il Báb, *Antologia*, p. 68) [30]

Il motivo per cui è stato ingiunto di star soli nei momenti di devozione è questo, che tu rivolga tutta l'attenzione al rimembrare Iddio, che il tuo cuore sia sempre animato dal Suo Spirito e non escluso dal tuo Benamato come da un velo. Non pronunzino le tue labbra preghiere in lode a Dio, mentre il tuo cuore non è intonato all'eccelsa Vetta di Gloria e al Foco della comunione. Così se ti accadrà di vivere il Dì della Resurrezione, lo specchio del tuo cuore sarà rivolto verso Colui Che è l'Astro della Verità; e

al primo sfolgorar della Sua luce, subito il suo splendore ti si rifletterà nel cuore. Poiché Egli è Sorgente d'ogni bene e tutto ritorna a Lui. Ma s'Egli apparisse mentre ti sei rivolto meditabondo verso te stesso, non te ne gioveresti, a meno che tu non menzionassi il Suo Nome con parole ch'Egli abbia rivelato. Nell'imminente Rivelazione è Lui, infatti, il Ricordo di Dio, mentre le preghiere che offri ora sono state prescritte dal Punto del Bayán, laddove Colui Che risplenderà radioso il Dì della Resurrezione è la Rivelazione dell'intima realtà racchiusa entro il Punto del Bayán – Rivelazione più potente, infinitamente più potente di quella che l'ha preceduta.

(Il Báb, Antologia, p. 81) [31]

Quanto alle preghiere che non siano quelle obbligatorie, è del tutto accettabile che vengano cantate coralmemente e con una melodia gradevole e commovente.

(‘Abdu’l-Bahá, da una Tavola tradotta dal persiano) [32]

È necessario preservare la semplicità che caratterizza il modo bahá’í di offrire le preghiere, obbligatorie o meno. Rigidità e rituali vanno evitati accuratamente.

(a nome di Shoghi Effendi, 30 ottobre 1936, a un credente, poscritto di suo pugno, *Preghiera, meditazione, devozione*, p. 23) [33]

Una volta ‘Abdu’l-Bahá disse: «Chi prega deve farlo con spirito distaccato, incondizionata resa della volontà, concentrata attenzione e fervore spirituale... Le preghiere automatiche, formali che non toccano il centro del cuore non servono a nulla».

(a nome di Shoghi Effendi, 19 ottobre 1925, a un credente) [34]

Per quanto riguarda il canto di Tavole nel Tempio, Shoghi Effendi desidera a questo proposito invitare gli amici a evitare ogni forma di rigidità e di uniformità in materia di culto. Non c'è alcuna obiezione alla recitazione o al canto di preghiere in lingua orientale, ma non vi è alcun obbligo di adottare questa forma di preghiera in tutte le funzioni devozionali nell'auditorium del Tempio. Non deve essere né obbligatoria né vietata. La cosa importante da tenere sempre a mente è che con l'eccezione di alcune specifiche preghiere obbligatorie Bahá'u'lláh non ci ha dato alcun regolamento rigoroso o speciale in materia di culto nel Tempio o altrove. La preghiera è essenzialmente una comunione tra l'uomo e Dio e come tale trascende tutte le forme e le formule ritualistiche

(a nome di Shoghi Effendi, 15 giugno 1935, a un credente, *L'istituzione del Mashriqu'l-Adhkár*, Casa Editrice Bahá'í, Acuto, 2018, p. 53, n. 49) [35]

Le preghiere quotidiane, fatta eccezione per quelle obbligatorie specifiche come le “Namáz”,<sup>2</sup> possono essere recitate in qualunque stile o modo il credente preferisca. Per queste preghiere non si dovrà mai imporre agli amici alcun genere di uniformità. Chi prega deve essere lasciato completamente libero di farlo come vuole.

(a nome di Shoghi Effendi, 6 luglio 1935, a un credente) [36]

---

<sup>2</sup> La parola persiana *Namáz* indica le preghiere obbligatorie quotidiane.

In quanto alle sue esperienze spirituali, il Custode ne è rimasto molto interessato. Ma le raccomanda di continuare a usare e a leggere, nelle ore di meditazione e di preghiera, le parole rivelate da Bahá'u'lláh e dal Maestro.

(a nome di Shoghi Effendi, 6 dicembre 1935, a un credente,  
*Preghiera, meditazione, devozione*, p. 24) [37]

Il vero fedele, pregando, deve sforzarsi non tanto di chiedere che Dio esaudisca i suoi desideri e le sue aspirazioni, ma piuttosto che li modifichi adattandoli al Suo Volere. È questo l'atteggiamento che può far nascere quel senso di pace e di appagamento interiori che solo la preghiera ha il potere di elargire".

(a nome di Shoghi Effendi, 26 ottobre 1938, a un credente,  
*Preghiera, meditazione, devozione*, p. 27) [38]

Egli pensa che sia bene dare maggior risalto all'importanza e al potere della preghiera, e dell'uso del Grande Nome: ma senza eccedere. È lo spirito insito nelle parole quello che conta veramente.

(a nome di Shoghi Effendi, 16 marzo 1946, a un credente,  
*Preghiera, meditazione, devozione*, p. 29) [39]

Le preghiere quotidiane sono da recitare da soli, non importa se ad alta voce o in silenzio. Non esiste alcuna preghiera congregazionale, eccetto quella per i defunti. Nelle nostre riunioni leggiamo preghiere per la guarigione e per altri fini, ma la preghiera quotidiana è un obbligo personale, quindi se viene letta da un altro non è affatto la stessa cosa che recitarla di persona.

(a nome di Shoghi Effendi, 31 gennaio 1949, a un credente) [40]

Le forze latenti nella preghiera si manifestano quando essa sia motivata dall'amore di Dio, al di là di ogni timore e favore, e libera da ostentazioni e superstizioni. Si deve esprimere con cuore sincero e puro in modo da portare alla contemplazione e alla meditazione, sì che la facoltà razionale possa essere illuminata dai suoi effetti. Siffatta preghiera trascenderà i limiti delle parole e andrà al di là di un mero suono. La dolcezza delle sue melodie deve allietare ed edificare il cuore e rafforzare il potere penetrante della Parola, tramutando le inclinazioni terrene in attributi celestiali e ispirando un altruistico servizio al genere umano.

(La Casa Universale di Giustizia, 18 dicembre 2014,  
ai bahá'í in Iran, *Resilienza*, p. 153, n. 38) [41]

## **Il ruolo della meditazione**

Medita su ciò che ti abbiamo rivelato affinché tu possa scoprire il disegno di Dio, il tuo Signore, il Signore di tutti i mondi. In queste parole sono racchiusi i misteri della saggezza divina.

(Bahá'u'lláh, *Spigolature*, p. 149, sez. LXXIX) [42]

Bahá'u'lláh dice che in ogni fenomeno vi è un segno di Dio. Il segno dell'intelletto è la contemplazione e il segno della contemplazione è il silenzio, perché non è possibile che un uomo faccia due cose per volta. Non si può parlare e meditare allo stesso tempo.

È un fatto assiomatico che mentre meditate, parlate col vostro spirito. In quello stato mentale rivolgete delle domande al vostro spirito ed esso risponde, la luce si accende e la verità si rivela.

Non potete chiamare «uomo» un essere che non abbia questa facoltà di meditare. Senza di essa, un essere è un semplice animale, inferiore alle bestie.

Grazie alla facoltà della meditazione l'uomo consegue la vita eterna. Grazie ad essa riceve l'alito dello Spirito Santo, il dono dello Spirito si rivela nella riflessione e nella meditazione.

Lo spirito dell'uomo apprende e si rinforza durante la meditazione. Per essa, cose di cui l'uomo non aveva nozione alcuna si svelano alla sua vista. Con la meditazione l'uomo riceve l'ispirazione divina e il cibo celeste.

La meditazione è la chiave per aprire le porte dei misteri. In tale stato l'uomo si astrae, la sua attenzione si distoglie da ogni oggetto esteriore, egli si immerge nell'oceano della vita spirituale e può svelare i segreti delle cose in se stesse. Per spiegarvelo, pensate che l'uomo è dotato di due specie di vista. Quando egli usa il potere della visione interiore, il potere della visione esteriore non agisce.

La facoltà della meditazione libera l'uomo dalla natura animale, discerne la realtà delle cose e mette l'uomo in contatto con Dio.

Questa facoltà trae dalla sfera invisibile le scienze e le arti, rende possibile le invenzioni, fa compiere colossali imprese e permette ai governi di operare senza impedimenti. Per mezzo della facoltà di meditazione l'uomo entra veramente nel Regno di Dio.

Nondimeno alcuni pensieri sono inutili all'uomo, sono come onde che si agitano nel mare senza alcun risultato. Ma se la facoltà della meditazione è immersa nella luce spirituale e caratterizzata dagli attributi divini, i risultati sono certi.

La facoltà della meditazione è come uno specchio. Se la ponete davanti a oggetti terreni li riflette. Perciò se lo spirito dell'uomo contempla cose mondane, ha cognizione soltanto di esse.

Ma se orientate lo specchio dello spirito verso il cielo, le costellazioni celesti e i raggi del Sole della Verità si rifletteranno nel vostro cuore e otterrete le virtù del Regno.

Teniamo dunque ben diretta questa facoltà, volgendola non verso le cose del mondo, ma verso il Sole celeste, in modo da poter scoprire i segreti del Regno e comprendere le allegorie della Bibbia e i misteri dello spirito.

Possiamo noi divenire specchi che riflettano le realtà divine e possiamo noi diventare così puri da riflettere le stelle del cielo!

(‘Abdu’l-Bahá, *La saggezza di ‘Abdu’l-Bahá: Discorsi pronunciati da ‘Abdu’l-Bahá nel 1911*, Casa Editrice Bahá’í, Roma, 2018, pp. 162-3, cap. 54, par. 8-20) [43]

...è ovvio che i bahá’í possono e devono meditare sul significato degli Scritti, sforzandosi di comprenderlo al meglio delle loro capacità. A questo non si può obiettare nulla. Ma certe cose, per la loro stessa natura, sono per noi un mistero, almeno nel nostro attuale stadio di sviluppo.

(a nome di Shoghi Effendi, 14 gennaio 1942, a un credente) [44]

Negli insegnamenti non sono previste forme precise di meditazione o piani specifici per lo sviluppo interiore. Gli amici sono invitati – anzi obbligati – a pregare, sono anche tenuti a meditare, ma il come farlo è lasciato interamente alla loro discrezione...

È impossibile valutare o definire la natura dell'ispirazione ricevuta attraverso la meditazione. Se è Suo volere, Dio può ispirare nella nostra mente cose di cui prima non avevamo idea

(a nome di Shoghi Effendi, 25 gennaio 1943, a un credente,  
*Preghiera, meditazione, devozione*, p. 28) [45]

Mediante la meditazione possono aprirsi le porte di un sapere più profondo e dell'ispirazione. Naturalmente chi mediti essendo bahá'í è collegato alla Fonte; il credente in Dio, quando mediti, si mette in sintonia con la potenza e la misericordia di Dio; ma non possiamo dire che qualunque ispirazione ricevuta da chi non conosca Bahá'u'lláh o non creda in Dio provenga solamente dal suo io. La meditazione è importantissima e il Custode non vede perché non debba essere insegnata agli amici: è bene però metterli in guardia verso le superstizioni o le sciocchezze che vi si possono insinuare.

(a nome di Shoghi Effendi, 19 novembre 1945, a un credente,  
*Preghiera, meditazione, devozione*, p. 29) [46]

Egli giudica più saggio che i bahá'í si servano delle Meditazioni date da Bahá'u'lláh, piuttosto che di altri schemi raccomandati da altre persone: tuttavia è bene che, in questi dettagli, sia data libertà ai credenti, affinché ciascuno abbia agio di trovare il proprio personale livello di comunione con Dio.

(a nome di Shoghi Effendi, 27 gennaio 1952, a un credente,  
*Preghiera, meditazione, devozione*, p. 32) [47]

## **Preghiera, meditazione e azione**

Fate dunque sì che le vostre azioni siano ogni giorno come belle preghiere. Volgetevi verso Dio e cercate sempre di fare ciò che è giusto e nobile. Soccorrete i poveri, rialzate i caduti, confortate gli afflitti, curate gli infermi, incoraggiate i timorosi, liberate gli oppressi, infondete speranza agli sfiduciati, date asilo i derelitti!

(‘Abdu’l-Bahá, *Saggezza*, p. 72, sez. 26, par. 7) [48]

O ancella di Dio! Canta le parole di Dio e, meditando sul loro significato, volgile in azioni! Invo-  
co Dio di farti pervenire a un alto stadio nel Regno della Vita per i secoli dei secoli.

(‘Abdu’l-Bahá, *Tablets of Abdul-Baha Abbas*, vol. 1,  
Bahá'í Publishing Society, Chicago, 1909, p. 85,  
*Preghiera, meditazione, devozione*, p. 17) [49]

La preghiera e la meditazione sono fattori assai importanti nell'approfondimento della vita spiri-  
tuale degli individui, ma esse devono andare di pari passo con l'azione e l'esempio, che ne sono i risul-  
tati tangibili. Entrambe le cose sono essenziali.

(a nome di Shoghi Effendi, 15 maggio 1944, a un credente,  
*Preghiera, meditazione, devozione*, p. 28) [50]

Il Maestro ha detto che “guida” significa che le porte si aprano dopo che ci abbiamo provato. Possiamo pregare, chiedere che sia fatta soltanto la volontà di Dio, mettercela tutta e poi se troviamo che il nostro piano non funziona, supponiamo che non sia la cosa giusta, almeno per il momento.

(a nome di Shoghi Effendi, 29 ottobre 1952, a un credente) [51]

Quando si diventa bahá'í, ciò che avviene in realtà è che il seme dello spirito incomincia a crescere nell'anima umana. Questo seme deve essere innaffiato dalle effusioni dello Spirito Santo e questi doni si ricevono attraverso la preghiera, la meditazione, lo studio delle Parole sacre e il servizio alla Causa di Dio. In verità il servizio alla Causa è come l'aratro che prepara la terra alla semina. È necessario che la terra sia arata, perché sia arricchita e così faccia crescere meglio il seme. L'evoluzione dello spirito avviene esattamente nella stessa maniera, grazie all'aratura del terreno del cuore perché esso diventi un costante riflesso dello Spirito Santo. In questo modo lo spirito umano cresce e si evolve rapidamente [alla lettera "a passi da gigante"].

(a nome di Shoghi Effendi, 6 ottobre 1954, a un credente,  
*Guida per una vita bahá'í*, p. 126, n. 65) [52]

Gli amici... devono chiedere una guida a Dio in preghiera e in meditazione, devono studiare gli Insegnamenti della Fede e poi agire. La preghiera, la meditazione e lo studio, senza azione, non hanno alcun valore e l'azione deve essere rafforzata da queste due cose, che irrobustiscono l'anima e nutrono la mente.

(a nome di Shoghi Effendi, 30 maggio 1956,  
alle Mani della Causa in Asia) [53]

L'amato Custode ha sottolineato più e più volte che per avere successo nell'insegnamento della Fede l'individuo deve studiare profondamente la Parola Divina, assorbire le Sue acque vivificanti e nutrirsi abbondantemente dei Suoi gloriosi insegnamenti. Indi deve meditare sull'importanza [sic! sui significati] della Parola e trovarvi le profonde saggezze spirituali, pregare per ottenere guida e assistenza. Ma importantissima, dopo la preghiera, è l'azione. Dopo aver pregato e meditato, l'individuo, confidando totalmente nella guida e nella conferma di Bahá'u'lláh, deve levarsi a insegnare la Sua Fede. La perseveranza nell'azione è essenziale, così come per aver successo nell'insegnamento occorrono saggezza e audacia. L'individuo deve sacrificare ogni cosa a questa grande meta e allora le vittorie verranno!

(a nome di Shoghi Effendi, 30 maggio 1956, alle Mani della Causa  
negli Stati Uniti, *Insegnamento*, Casa Editrice Bahá'í,  
Roma, 2001, p. 43) [54]

L'insegnamento è la fonte della Conferma divina. Non basta pregare diligentemente per essere guidati; a questa preghiera devono seguire la meditazione sui migliori metodi d'azione e poi l'azione stessa. Se l'azione non dà risultati immediati, o se per caso non è del tutto corretta, ciò non fa molta differenza, perché le preghiere hanno una risposta solo attraverso l'azione e se un'azione è sbagliata, Iddio può servirsi di quel metodo per mostrare la via giusta. Pertanto lei e gli altri membri dell'Assemblea... dovete mettervi a insegnare la Causa con impegno. Troverete che sarete guidati e confermati in questo lavoro.

(a nome di Shoghi Effendi, 22 agosto 1957, a un credente,  
fino «alla via giusta», *Insegnamento*, pp. 47-8) [55]

## Le preghiere obbligatorie

Per quanto riguarda la tua menzione della preghiera obbligatoria: in verità, chiunque la legga con assoluta sincerità attirerà tutte le cose create e conferirà nuova vita al mondo dell'essere. Questo servo implora il suo Signore di assistere i Suoi amati in ciò che li liberi dalle vicissitudini, dalle preoccupazioni, dalle frustrazioni e dall'oscurità di questo mondo e li adorni con ciò che in ogni circostanza li avvicini a Lui. In verità, Egli è Colui Che tutto possiede, l'Altissimo.<sup>3</sup>

(Bahá'u'lláh, da una Tavola tradotta dall'arabo e dal persiano) [56]

Le preghiere obbligatorie sono vincolanti perché sono apportatrici di umiltà e sottomissione, fanno volgere il viso verso Dio ed esprimere devozione verso di Lui. Con questa preghiera si entra in comunione con Dio, si cerca di avvicinarsi a Lui, si conversa con il vero Amato del cuore e si conseguono stadi spirituali.

(Abdu'l-Bahá, da una Tavola tradotta dal persiano, *L'importanza della preghiera obbligatoria e del digiuno*, Casa Editrice Bahá'í, Roma, 2001, p. 13, “dagli Scritti di ‘Abdu'l-Bahá”, n. VI) [57]

Sappi che ciascuna delle parole e dei gesti della Preghiera Obbligatoria contiene allusioni, misteri e saggezze che l'uomo è incapace di comprendere, né a lettere e pergamene è dato contenere.

(Abdu'l-Bahá, da una Tavola tradotta dall'arabo, *Kitáb-i-Aqdas*, p. 153, nota 4) [58]

Per quanto riguarda la domanda che le è stata posta dall'Assemblea di Londra da presentare al Custode circa la recitazione delle “Munáját”:<sup>4</sup> egli desidera che io innanzi tutto richiami la sua attenzione sul fatto che c'è una differenza fondamentale tra “Namáz” e “Munáját”. Mentre la prima, essendo stata specificamente ordinata da Bahá'u'lláh, è obbligatoria e, secondo le ben precise indicazioni che Egli ha dato nell'Aqdas, deve essere recitata in privato, le seconde non sono né obbligatorie né vi sono modi prescritti per recitarle. Ma anche se nella lettura delle “Munáját” sono lasciati liberi di seguire la propria inclinazione, gli amici devono stare molto attenti a non permettere che qualunque modalità essi adottino diventi troppo rigida, trasformandosi in un'istituzione.

Questo è un punto che gli amici devono sempre tenere a mente, per non discostarsi dal percorso chiaramente indicato dagli Insegnamenti

(a nome di Shoghi Effendi, 25 ottobre 1934, a un credente) [59]

... Le preghiere obbligatorie rivestono, per loro natura, una maggiore efficacia e sono dotate di una potenza maggiore di quelle non obbligatorie e pertanto sono essenziali.

(a nome di Shoghi Effendi, 4 gennaio 1936, a un credente, *Preghiera, meditazione, devozione*, p. 25) [60]

---

<sup>3</sup> Questa Tavola è stata rivelata nella voce dell'amanuense di Bahá'u'lláh, Mírzá Áqá Ján, soprannominato *Khádimu'lláh* (servo di Dio). Per rispetto, i bahá'í, invece di rivolgersi direttamente a Bahá'u'lláh, scrivevano a Mírzá Áqá Ján. La risposta aveva la forma di una lettera di Mírzá Áqá Ján che citava le parole di Bahá'u'lláh, ma in effetti veniva integralmente dettata da Lui. Tutte le parti di queste Tavole, anche quelle che sembrano parole di Mírzá Áqá Ján, sono una sacra Scrittura rivelata da Bahá'u'lláh.

<sup>4</sup> La parola persiana *Munáját* significa “preghiera”.

Le istruzioni che accompagnano queste preghiere, come il lavacro delle mani e del viso, gli inchini e l'innalzamento delle mani, sono stati sicuramente ordinate da Bahá'u'lláh e come tali i credenti devono applicarle per intero e con fiducia, specialmente i giovani, sulle cui spalle è stata posta la responsabilità primaria di difendere la verità delle leggi e delle ordinanze della Fede e di preservarne l'integrità.

Le preghiere obbligatorie quotidiane sono tre. La più corta consiste di un solo versetto che deve essere recitato una volta ogni ventiquattro ore, a mezzogiorno. Quella media, che ha inizio con le parole, "il Signore attesta che non v'è altro Dio che Lui", deve essere recitata tre volte al giorno, mattina, mezzogiorno e sera. Essa è accompagnata da alcuni atti e gesti del corpo. La preghiera lunga, che è la più elaborata delle tre, deve essere recitata solo una volta ogni ventiquattro ore, in qualsiasi momento ci si senta inclini a farlo.

Ogni credente è completamente libero di scegliere una delle tre, ma ha l'obbligo di recitarne una e di farlo seguendo le precise istruzioni che le accompagnano.

(a nome di Shoghi Effendi, 10 gennaio 1936, all'Assemblea Spirituale Nazionale degli Stati Uniti e del Canada)

[61]

Lei aveva chiesto informazioni sulla recitazione delle preghiere obbligatorie nel *Mashriqu'l-Adhkár*. Egli mi ha detto di scrivere: «Non è proibito recitare la preghiera obbligatoria nel *Mashriqu'l-Adhkár*, ma gli amici non sono mai stati e non sono tenuti a farlo. La preghiera congregazionale è vietata, fuorché per la Preghiera dei defunti. La scelta del luogo e la determinazione delle condizioni della recitazione delle preghiere obbligatorie nel *Mashriqu'l-Adhkár* sono questioni secondarie da affidare all'Assemblea Spirituale della città».

(a nome di Shoghi Effendi, 30 gennaio 1937, a un credente) [62]

Il Custode apprezza in modo particolare il nobile esempio che ella ha dato ai suoi giovani amici bahá'í, ottemperando sempre fedelmente all'intimazione di Bahá'u'lláh di recitare le preghiere obbligatorie quotidiane. A queste preghiere quotidiane è stata conferita una particolare potenza che solo coloro i quali le recitano regolarmente sono in grado di apprezzare in modo conveniente. Gli amici devono perciò sforzarsi di leggerle ogni giorno, a prescindere dalle particolari circostanze e condizioni della loro vita.

(a nome di Shoghi Effendi, 23 febbraio 1939, a un credente,  
*Preghiera, meditazione, devozione*, p. 27) [63]

Facendo riferimento alla sua domanda sulle tre preghiere obbligatorie quotidiane: i fedeli bahá'í non sono tenuti a recitarle tutte ogni giorno, ma ne devono scegliere una e a conformarsi fedelmente alle istruzioni rivelate da Bahá'u'lláh quanto alla sua recitazione, come l'innalzamento delle mani, le varie genuflessioni, eccetera. Coloro che per qualsiasi motivo non possano attenersi a queste istruzioni, in particolare coloro che non siano fisicamente in grado di osservare queste norme a causa di malattie o difetti fisici, è preferibile che scelgano la preghiera breve, che è estremamente semplice.

(a nome di Shoghi Effendi, 7 dicembre 1939, a un credente) [64]

Egli le consiglia di usare solo la breve Preghiera Obbligatoria del mezzogiorno. Essa non richiede genuflessioni, basta che nel dirla il credente si rivolga verso 'Akká dove è sepolto Bahá'u'lláh. È questo un simbolo materiale di una realtà interiore: come la pianta tende verso il sole, da cui riceve vita e nutrimento, così noi, nella preghiera, orientiamo il cuore verso la Manifestazione di Dio, Bahá'u'lláh; e

durante questa breve orazione rivolgiamo il viso verso il luogo dove le sue ceneri riposano su questa terra, a simboleggiare un atto interiore.

Bahá'u'lláh nella Sua Fede ha ridotto al minimo rituali e forme. Le poche forme rimaste – come quelle relative alle due preghiere obbligatorie lunghe – sono simboli di una realtà interiore. Esse celano una grande saggezza e benedizione, ma non possiamo farci un obbligo di comprendere o sentire queste cose, ecco perché Egli ci ha dato anche una preghiera breve e semplicissima, per coloro che non avvertono il desiderio di eseguire i gesti legati alle altre due.

(a nome di Shoghi Effendi, 24 giugno 1949, a un credente,  
*Preghiera, meditazione, devozione*, p. 31) [65]

Quanto alle domande sulla corretta recitazione della Preghiera obbligatoria lunga: tutti gli scritti della Fede possono e devono essere letti per educare e ispirare gli amici, comprese alcune preghiere specifiche. Se un credente è fisicamente impossibilitato a eseguire le genuflessioni che accompagnano una delle preghiere e tuttavia ha il desiderio di recitarla come preghiera obbligatoria, può farlo. Per “fisicamente impossibilitato” s’intende una reale incapacità fisica riconosciuta dai medici.

(a nome di Shoghi Effendi, 17 febbraio 1955, all’Assemblea Spirituale Locale di Los Angeles, California) [66]

Abbiamo deciso, pertanto, che sia imperativo che tutti i credenti approfondiscano la propria consapevolezza della benedizione conferita dalle leggi che promuovono direttamente la vita devozionale personale e, di conseguenza, della comunità. Tutti i bahá'í conoscono gli aspetti essenziali di queste leggi, ma l’acquisizione di una maggiore comprensione dei loro significati deve includere l’adempimento di tutti gli aspetti divinamente rivelati della loro osservanza. Queste sono le leggi che riguardano la preghiera obbligatoria, il digiuno e la ripetizione del Più Grande Nome novantacinque volte al giorno.

Bahá'u'lláh dice: «Chi non compie né opere di bene né atti di culto è come un albero che non produce frutti e un’azione che non lascia tracce. Chiunque provi la santa estasi dell’adorazione si rifiuterà di barattare tale atto o qualunque lode di Dio con tutto ciò che si trova nel mondo. Il digiuno e la preghiera obbligatoria sono come due ali per la vita umana. Benedetto colui che con il loro aiuto si libra nel cielo dell’amore di Dio, il Signore di tutti i mondi».

(La Casa Universale di Giustizia, 28 dicembre 1999, ai bahá'í del mondo;  
per il secondo paragrafo, *L’importanza della preghiera obbligatoria e del digiuno*, p. 7, “dagli Scritti di Bahá'u'lláh”, n. III) [67]

## **Il carattere devozionale della comunità**

Radunatevi nella massima gioia e fratellanza a recitare i versetti rivelati dal Signore misericordioso. Ciò facendo, si spalancheranno innanzi al vostro intimo essere le porte della vera conoscenza e sentirete le vostre anime dotarsi di fermezza e i vostri cuori colmarsi di sfolgorante gioia.

(Bahá'u'lláh, da una Tavola tradotta dall’arabo, *Approfondimento. Centri di studio bahá'í*, Casa Editrice Bahá'í, Roma, 1985, p. 12, n. 6) [68]

Hai posto un quesito sui luoghi di culto e sul perché si costruiscono. La saggezza dell'erigere tali edifici è che a una data ora, sapendo che è tempo d'incontrarsi, tutti si riuniscano e in armoniosa sintonia si raccolgano in preghiera; col risultato che da questo convegno, nel cuore umano nasceranno e fioriranno unità e affetto.

(‘Abdu’l-Bahá, *Antologia*, p. 96, sez. 58) [69]

Sia lodato Iddio, avete ambedue dimostrato la verità delle vostre parole con le vostre azioni e vi siete meritate le conferme del Signore Iddio. Ogni giorno, di buon mattino, riunite i bambini bahá’í e insegnate loro le orazioni e le preghiere. Questa azione è molto encomiabile e rallegra il cuore dei bambini: ogni mattina, si rivolgano al Regno e facciano menzione del Signore e lodino il Suo Nome e cantino e recitino, con dolcissime voci.

Questi bambini sono simili a pianticelle, e insegnar loro le preghiere è come irrorarli di pioggia, affinché divengano teneri e freschi e spirino su loro le dolci brezze dell'amor di Dio, facendoli palpitare di gioia.

(‘Abdu’l-Bahá, *Antologia*, pp. 135-6, sez. 115) [70]

Infatti la causa principale dei mali che imperversano oggi nel mondo è la mancanza di spiritualità. La civiltà materialistica del nostro tempo ha tanto assorbito le energie e l'interesse dell'umanità che in genere la gente non avverte più il bisogno d'innalzarsi al di sopra delle forze e delle condizioni della quotidiana esistenza materiale. Non c'è richiesta sufficiente di cose che dobbiamo chiamare spirituali per distinguerle dai bisogni e dalle esigenze dell'esistenza terrena. Le cause della crisi universale dell'umanità sono perciò fondamentalmente spirituali. Lo spirito dell'era è, nel suo insieme, irreligioso. Oggi l'uomo vede la vita in modo troppo rozzo e materialistico per poter assurgere ai reami superiori dello spirito.

È questa condizione, così tristemente malsana, nella quale la società è caduta che la religione cerca di migliorare e trasformare. Perché l'essenza della fede religiosa è quel sentimento mistico che unisce l'uomo a Dio. Questo stato di comunione spirituale può essere indotto e mantenuto mediante la meditazione e la preghiera. Ecco perché Bahá'u'lláh ha tanto insistito sull'importanza del culto. Non basta che i credenti si limitino ad accettare e osservare gli insegnamenti: è necessario che essi alimentino quel sentimento di spiritualità che si può acquistare soprattutto attraverso la preghiera. La Fede Bahá’í, come tutte le altre Religioni Divine, è quindi essenzialmente mistica. Il suo principale intendimento è lo sviluppo dell'individuo e della società, mediante l'acquisizione di virtù e forze spirituali. È l'anima dell'uomo che deve, per prima, essere nutrita e a questo nutrimento spirituale è la preghiera che può meglio provvedere. Le leggi e le istituzioni prospettate da Bahá'u'lláh potranno andare in vigore solo quando la nostra vita spirituale interiore sarà stata perfezionata e trasformata. Altrimenti, degenerata in una mera organizzazione, la religione diverrà una cosa morta.

I credenti, e soprattutto i giovani, devono dunque rendersi pienamente conto della necessità di pregare, perché la preghiera è assolutamente indispensabile al loro sviluppo spirituale interiore, e questo – come si è già detto – costituisce la base e lo scopo della Religione di Dio.

(a nome di Shoghi Effendi, 8 dicembre 1935, a un credente,  
*Preghiera, meditazione, devozione*, pp. 24-5) [71]

...la fioritura della comunità, specialmente a livello locale, richiede un significativo passo avanti nei modelli di comportamento... Comporta la pratica del culto collettivo. Quindi, per la vita spirituale della comunità è essenziale che gli amici si riuniscano regolarmente per la preghiera nei centri bahá’í, dove esistono, o altrove, per esempio nelle case dei credenti.

(La Casa Universale di Giustizia, Riḍván 1996, ai bahá’í del mondo) [72]

La crescita spirituale generata dalle preghiere personali è rafforzata dall'amorevole associazione fra gli amici nelle varie località, dalla preghiera comunitaria e dal servizio alla Fede e al nostro prossimo. Questi aspetti comunitari della vita religiosa rientrano nella legge del *Mashriqu'l-Adhkár* che appare nel *Kitáb-i-Aqdas*... la programmazione di regolari incontri di preghiera aperti a tutti e la partecipazione delle comunità bahá'í a progetti a scopi umanitari sono espressioni di questo elemento della vita bahá'í e un ulteriore passo avanti nell'applicazione della Legge di Dio.

(La Casa Universale di Giustizia, 28 dicembre 1999,  
ai bahá'í del mondo) [73]

Migliaia di migliaia di persone, rappresentanti della diversità dell'intera famiglia umana, sono intente a studiare la Parola creativa in un ambiente che è nel contempo serio e edificante. Mentre si sforzano di applicare, in un processo di azione, riflessione e consultazione, le intuizioni così acquisite, esse vedono la loro capacità di servire la Fede conseguire livelli sempre più alti. Rispondendo all'intimo anelito di ogni cuore di entrare in comunione con il proprio Creatore, esse compiono atti di culto collettivi in diversi contesti, unendosi in preghiera agli altri, risvegliando sensibilità spirituali e forgiando un modello di vita che si distingue per il suo carattere devozionale.

(La Casa Universale di Giustizia, Ridván 2008,  
ai bahá'í del mondo) [74]

Abbiamo chiesto ai bahá'í di vedere nei loro sforzi per costruire le comunità la creazione di un nuovo modello di come la società può essere... Un aspetto essenziale di quel modello è l'incontro devozionale, un aspetto comunitario di una vita santa e una delle dimensioni del concetto del *Mashriqu'l-Adhkár*, che rappresenta una meravigliosa opportunità per la vostra comunità non solo per adorare l'Onnipotente e chiedere le Sue benedizioni sulla vostra vita, ma anche per estendere ai vostri concittadini le energie spirituali della preghiera, per restituire loro la purezza dell'adorazione, per accendere nei loro cuori la fede nelle conferme di Dio e per rafforzare in loro, tanto quanto in voi stessi, l'anelito di servire la nazione e l'umanità e di mostrare una resilienza costruttiva sulla via della giustizia.

Amati amici, gli incontri dedicati alla preghiera nella vostra terra benedetta, in ogni vicinato, in ogni città, in ogni villaggio e in ogni borgo e il crescente accesso alle preghiere bahá'í conseguito dai vostri compatrioti permettono alla vostra comunità di riverberare la luce dell'unità sull'assemblea del genere umano, contribuendo agli sforzi dei vostri compagni di fede in tutto il mondo. Piantate, dunque, i semi dei futuri *Mashriqu'l-Adhkár* a beneficio di tutti e accendete innumerevoli fari luminosi contro il buio dell'odio e dell'ingiustizia.

(La Casa Universale di Giustizia, 18 dicembre 2014,  
ai bahá'í in Iran, *Resilienza*, p. 154, n. 38) [75]

Il sistematico perseguimento del Piano in tutte le sue dimensioni dà origine a un modello di impegno collettivo caratterizzato non solo dalla dedizione al servizio, ma anche dalla sua attrazione verso il culto. L'intensificazione delle attività che il prossimo quinquennio richiede arricchirà ulteriormente la vita devozionale condivisa da coloro che servono fianco a fianco nelle aree di tutto il mondo. Questo processo di arricchimento è già molto avanzato: guardate per esempio come le riunioni di preghiera si siano integrate nel cuore della vita comunitaria. Gli incontri devozionali sono eventi nei quali qualsiasi anima può entrare, respirare le fragranze del cielo, percepire la dolcezza della preghiera, meditare sulla Parola creativa, lasciarsi trasportare sulle ali dello spirito ed entrare in comunione con l'Amato. Vi si generano sentimenti di amicizia e di causa comune, soprattutto nelle conversazioni spiritualmente ele-

vate che sorgono spontaneamente in quelle occasioni e attraverso le quali la «città del cuore umano» può essere aperta. Indicando un incontro di preghiera che accoglie adulti e bambini di ogni provenienza, in qualsiasi località si evoca lo spirito del *Mashriqu'l-Adhkár*. Il miglioramento del carattere spirituale di una comunità ha effetto anche sulla Festa del diciannovesimo giorno e può farsi sentire in altri momenti in cui gli amici si riuniscono.

(La Casa Universale di Giustizia, 29 dicembre 2015,  
al Convegno dei Corpi continentali dei Consiglieri,  
*Il Piano quinquennale 2016-2021, messaggi e documenti*,  
Casa Editrice Bahá'í, Acuto, 2018, pp. 37-8, par. 49) [76]

## Ulteriori considerazioni

### *Preghiera e guarigione*

Mentre supplichi Iddio e reciti: «Il Tuo Nome è la mia cura», considera come il cuore è rallegrato, e l'anima deliziata dallo Spirito dell'amor di Dio, e la mente attratta al Regno del Signore! Con questa attrazione le abilità e le capacità aumentano.

Quando il recipiente si ingrandisce, l'acqua aumenta e quando la sete cresce la generosità della nuvola diviene più piacevole al gusto dell'uomo. In ciò è il mistero del supplicare e la saggezza del palesare i propri bisogni.

(Parole di un discorso di 'Abdu'l-Bahá citate in Esslemont,  
*Bahá'u'lláh e la nuova era*, pp. 140-1) [77]

O ancella di Dio! Le preghiere sono esaudite per il tramite delle universali Manifestazioni di Dio. Nondimeno, se il voto è di ottenere cose materiali, ancorché gli oranti siano ignari, invocando essi umilmente l'aiuto di Dio, persino le loro suppliche sono efficaci...

O ancella di Dio! Le preghiere rivelate per impetrare la guarigione valgono per la cura del corpo e dello spirito. Recitatele dunque, per risanare l'anima e il corpo. Se è giusto che il paziente riacquisti la salute, ciò gli sarà sicuramente concesso; ma per taluni il guarire sarebbe solo cagione di altri malanni e perciò la saggezza non consente una risposta affermativa a quella preghiera.

O ancella di Dio! È il potere dello Spirito Santo che guarisce i mali materiali e spirituali.

(‘Abdu’l-Bahá, *Antologia*, p. 155-6, sez. 139) [78]

Lo spirito ha influenza, la preghiera ha un effetto spirituale. Quindi noi preghiamo: «O Dio! Guarisci questo malato!». Forse Dio risponderà. Ha importanza chi prega? Dio risponde alla preghiera di ogni servo, se quella preghiera è urgente. La Sua misericordia è vasta, illimitata. Egli risponde alle preghiere di tutti i Suoi servi. Risponde alla preghiera di questa pianta. La pianta potenzialmente prega: «O Dio! Mandami la pioggia!». Dio risponde alla preghiera e la pianta cresce. Dio risponde a tutti.

(‘Abdu’l-Bahá, *La promulgazione della pace universale. Discorsi pronunciati da ‘Abdu’l-Bahá durante la Sua visita negli Stati Uniti e nel Canada nel 1912. Compilati da Howard MacNutt*, Casa Editrice Bahá'í, Acuto, 2017, pp. 270-1, par. 6) [79]

Alla fine è la volontà di Dio destinata per noi che prevarrà, ma abbiamo la certezza che la preghiera per i malati è efficace e ottiene spesso una risposta. A volte richiede tempo, ma dobbiamo avere fede.

(A nome di Shoghi Effendi, 8 novembre 1931, a un credente) [80]

Egli è molto lieto di sapere che ella è guarita e ha ripreso le sue importanti attività per la Causa. Non deve però trascurare la salute, sibbene considerarla lo strumento che le permette di servire. Il corpo è come un cavallo che porta la persona e lo spirito, e per questo deve essere ben curato affinché possa svolgere il proprio lavoro! È certamente necessario che ella protegga i suoi nervi e si prenda un po' di tempo libero, non solo per pregare e meditare, ma anche proprio per riposarsi e rilassarsi. Per essere spirituali non siamo tenuti a pregare e meditare per ore e ore.

(A nome di Shoghi Effendi, 23 novembre 1947, a un credente,  
*Preghiera, meditazione, devozione*, p. 30) [81]

Il Custode è lieto di sapere che le preghiere degli amici hanno avuto un effetto benefico sulla guarigione del signor... La preghiera è una scala sulla quale l'anima sale in cielo. È ciò che ci collega con i regni spirituali e, se usata con vera dedizione, porta le forze spirituali in aiuto e assistenza dei credenti in questo mondo.

(A nome di Shoghi Effendi, 28 marzo 1953, a un credente) [82]

### *L'importanza di impararle a memoria*

Dobbiamo imparare a memoria le Parole Celate, seguire le esortazioni del Signore Incomparabile e condurci in modo degno della nostra servitù alla soglia dell'Unico Vero Dio.

(‘Abdu’l-Bahá, da una Tavola tradotta dal persiano,  
*Approfondimento*, p. 22, n. 38) [83]

Quando i vostri cuori saranno completamente attratti all'unico vero Dio, acquisirete la sapienza divina, diverrete ricettivi alle prove e alle testimonianze e manderete a memoria le liete novelle riguardanti la Manifestazione della Bellezza del Misericordiosissimo, menzionate nelle Scritture celesti. Allora vedrete come sono mirabili le Sue conferme e benevola la Sua assistenza

(‘Abdu’l-Bahá, da una Tavola tradotta dal persiano,  
*Approfondimento*, p. 19, n. 28) [84]

Il Custode si è altresì compiaciuto di notare ch'ella ha già incominciato a leggere alcuni libri bahá'í e la consiglia specialmente di sforzarsi di mandare a memoria alcuni passi degli Scritti di Bahá'u'lláh e in particolare alcune Sue preghiere. Quest'allenamento le sarà indubbiamente d'immenso aiuto nei suoi futuri studi della Causa e servirà anche ad approfondirla e arricchirla considerevolmente nella sua attuale vita spirituale.

(a nome di Shoghi Effendi, 10 aprile 1939, a un credente,  
*Approfondimento*, p. 57, n. 130) [85]

### *Chi preghiamo*

Durante la preghiera sarebbe meglio rivolgere i propri pensieri verso la Manifestazione, perché nell'altro mondo è Lui che continua a metterci in contatto con l'Onnipotente. Ma possiamo anche pregare Dio direttamente.

(a nome di Shoghi Effendi, 27 aprile 1937, all'Assemblea Spirituale Nazionale dell'India e della Birmania, *Preghiera, meditazione, devozione*, p. 26) [86]

Ella ha chiesto se le nostre preghiere giungano oltre Bahá'u'lláh: tutto dipende dall'aver noi pregato Lui direttamente o Dio per Suo tramite. Possiamo fare ambo le cose, e anche pregare direttamente Dio, ma le nostre preghiere saranno di certo più efficaci e illuminanti se rivolte a Lui per il tramite di Bahá'u'lláh, Sua Manifestazione.

Comunque, nel recitare le preghiere, non potremo mai sostituire la parola “Dio” con “Bahá'u'lláh”, perché ciò equivarrebbe a una bestemmia.

(a nome di Shoghi Effendi, 14 ottobre 1937, a un credente,  
fino a «Sua Manifestazione», vedi *Preghiera, meditazione, devozione*, p. 26) [87]

In quanto alla sua domanda: non dobbiamo essere rigidi nei confronti della preghiera. Non esiste un insieme di norme che la regolino: la cosa più importante è partire da un giusto concetto di Dio, della Manifestazione, del Maestro o del Custode – quando preghiamo possiamo volgere il pensiero a chiunque di loro. Per esempio è possibile chiedere qualcosa a Bahá'u'lláh o, pensando a Lui, chiederla a Dio. Altrettanto dicasi del Maestro e del Custode. Ella è libera di volgere il pensiero a uno dei due chiedendoNe l'intercessione, o di pregare Dio direttamente. Se non confonde i Loro stadi, equiparandoli, non importa come orienta i suoi pensieri.

(a nome di Shoghi Effendi, 24 luglio 1946, a un credente,  
*Preghiera, meditazione, devozione*, pp. 29-30) [88]

Se si è accorto che quando prega le occorre immaginare qualcuno, pensi al Maestro. Attraverso di Lui potrà rivolgersi a Bahá'u'lláh. Ma a poco a poco si sforzi di pensare alle qualità della Manifestazione: in tal modo l'immagine mentale svanirà, perché dopo tutto il corpo non è importante; c'è il Suo Spirito, che è un elemento essenziale e sempiterno.

(a nome di Shoghi Effendi, 31 gennaio 1949, a un credente,  
*Preghiera, meditazione, devozione*, pp. 30-1) [89]

...lo Spirito di Dio giunge fino a noi tramite le Anime delle Manifestazioni. Dobbiamo imparare a entrare in comunione con quelle Anime ed è questo che i martiri sembrano aver fatto e che ha portato loro una tale estatica gioia che la vita è diventata nulla. Questo è il vero misticismo e il segreto, intimo significato della vita da cui l'umanità si è oggi tanto allontanata.

(a nome di Shoghi Effendi, 28 luglio 1950, all'Assemblea Spirituale Locale di Manchester) [90]

Riguardo la sua domanda: ovviamente, Bahá'u'lláh non è Dio e non è il Creatore, ma attraverso di Lui possiamo conoscere Dio, a causa – in un certo senso – di questa Sua posizione di Intermediario divino. Egli (al pari degli altri Profeti) è tutto ciò che noi potremo mai sapere di quell'Infinita Essenza che è Dio. Perciò, rivolgamoci in preghiera e meditazione a Lui o, tramite Lui, a quell'Infinita Essenza che Si trova dietro e al di sopra di Lui.

(a nome di Shoghi Effendi, 4 giugno 1951, a un credente) [91]

Non dobbiamo pregare il Custode come pregheremmo Dio. A chiunque ci rivolgiamo mentre preghiamo, dobbiamo avere un'idea corretta del rango di quella persona: Bahá'u'lláh in quanto suprema Manifestazione di Dio, il Maestro in quanto Uomo perfetto, il Centro del Patto, il Custode nelle sue

funzioni definite nelle Ultime volontà del Maestro. Gli amici devono soltanto leggere le Scritture. Le risposte sono tutte là. In questa Fede non abbiamo sacerdoti a interpretarle o a risponderci.

(a nome di Shoghi Effendi, 23 aprile 1957, a un credente) [92]

## Altri passi

Annoveralo dunque, o mio Dio, fra coloro che non hanno permesso a nessuna cosa al mondo di distogliere dal contemplare la Tua bellezza o dal meditare sulle mirabili testimonianze della Tua eterna opera, sì che non abbia dimestichezza con nessuno fuorché Te, e non si volga a nessuna cosa fuorché Te, e in tutto ciò che creasti nei regni della terra e del cielo null'altro scopra se non la Tua mirabile bellezza e la rivelazione degli splendori del Tuo volto, e sia immerso negli spumeggianti oceani della Tua provvidenza sovrana e negli ondosì mari della Tua santa unità, e così dimentichi ogni menzione fuorché la menzione della Tua trascendente unicità e bandisca dalla sua anima le tracce di tutte le cattive insinuazioni, o Tu nelle Cui mani sono i regni di tutti i nomi ed attributi!

(Bahá'u'lláh, *Pregchiere e meditazioni*, pp. 291-2, sez. CLXXXIV, par. 19) [93]

Educate i vostri figli, così che siano in grado di leggere i versetti divini ogni mattina e ogni sera. Dio ha prescritto che ogni padre educi i propri figli, maschi e femmine, nelle scienze e nella morale, nei mestieri e nelle professioni.

(Bahá'u'lláh, da una Tavola tradotta dall'arabo) [94]

Adora Iddio in tal guisa che, se pur ti sospingesse verso il fuoco, quell'adorazione non subirebbe mutamento alcuno, e altrettanto se la tua mercede fosse il paradiso. Così e così soltanto ha da essere il culto confacente all'unico Vero Dio. AdorarLo per paura sarebbe sconveniente nella Corte santificata della Sua presenza e non potrebbe essere stimato atto da te dedicato all'Unicità del Suo Essere. O se tu, mirando al paradiso, Lo adorassi con questa intima speranza, daresti a Dio la creazione per compagna, ancorché il paradiso sia ambito dagli uomini.

(Il Báb, *Antologia*, p. 67) [95]

Si conviene che, dopo ogni preghiera, il servo supplichi Iddio di elargire misericordia e perdono ai suoi genitori. Al che si leverà l'invocazione di Dio: «Mille volte mille quel che hai chiesto per i tuoi genitori sarà la tua mercede!» Benedetto è colui che ricorda i genitori quando rivolge lo spirito a Dio. In verità, non v'è altro Dio che Lui, il Possente, il Benamato.

(Il Báb, *Antologia*, pp. 82) [96]

O Signore! In questa Suprema Dispensazione Tu accetti l'intercessione dei figli per i genitori. Questo è uno degli speciali munifici doni di questa Dispensazione. Perciò, o gentile Signore, accetta il voto di questo tuo servo della soglia della Tua unicità e immergi suo padre nell'oceano della Tua grazia, perché questo figlio s'è levato a renderTi servizio e si prodiga di continuo nella strada del Tuo amore. In verità, Tu sei il Donatore, il Perdonatore e il Gentile!

(‘Abdu’l-Bahá, in *La potenza dell'aiuto divino. Eccellenza in ogni cosa. Vita familiare*, Casa Editrice Bahá'í, Roma, 1983, p. 85, n. 27) [97]

Hai chiesto dei mezzi materiali e della preghiera. La preghiera è come lo spirito dell'uomo e i mezzi materiali come la sua mano. Lo spirito opera per mezzo della mano. Ancorché a tutto provveda l'unico Vero Dio, è la terra che fornisce il sostentamento. 'E nel cielo v'è il vostro sostentamento'<sup>5</sup>, ma una volta decretato, il sostentamento si rende disponibile, qualunque possa esserne la via. L'uomo che si rifiuti di servirsi dei mezzi materiali, è come l'assetato che cerchi di spegnere la propria sete con mezzi diversi dall'acqua o da altri liquidi. Il Signore Onnipotente, dell'acqua Dispensatore e Creatore, ha decretato ch'essa valga a dissetare l'uomo, ma l'usarne dipende dal Suo volere. Se ciò non fosse in conformità col Suo Volere, l'uomo sarebbe bruciato da una sete che gli oceani non potrebbero placare.

(Abdu'l-Bahá, da una Tavola tradotta dal persiano,  
*Preghiera, meditazione, devozione*, p. 15) [98]

In quanto alla sua domanda sul valore dell'intuizione quale fonte di guida per l'individuo, non è saggio fidarsi ciecamente delle capacità intuitive; tuttavia grazie alla preghiera quotidiana e a un continuo impegno è possibile, anche se non sempre e non completamente, scoprire per intuizione la Volontà di Dio. Ma nessuno può mai essere assolutamente certo di aver riconosciuto la Volontà di Dio, avvalendosi del proprio intuito. Accade spesso che esso ci porti a travisare del tutto la verità diventando così fonte di errore piuttosto che di guida.

(a nome di Shoghi Effendi, 29 ottobre 1938, a un credente,  
*Spiritismo. Reincarnazione. Fenomeni medianici*,  
Casa Editrice Bahá'í, Roma, 1985, p. 9, n. 8) [99]

...Secondo il Custode sarebbe meglio che le madri dei bambini bahá'í – o un Comitato al quale la vostra Assemblea potrebbe affidare l'incarico – scegliessero alcuni brani dalle Parole Sacre, così! che i piccini usino queste, piuttosto che cose appena preparate. Naturalmente la preghiera può essere completamente spontanea, ma molti pensieri e frasi contenuti negli Scritti Bahá'í di carattere devozionale sono facili da capire e la Parola rivelata è dotata di un suo proprio potere.

(a nome di Shoghi Effendi, 8 agosto 1942, all'Assemblea Spirituale  
Nazionale delle Isole Britanniche, *Educazione bahá'í*,  
Casa Editrice Bahá'í, Roma, 1978, p. 85) [100]

C'è un grandissimo bisogno, in tutto il mondo, dentro e fuori della Fede, di una reale consapevolezza spirituale che dia significato alla vita umana. Non c'è procedura amministrativa o adesione a regole che possa sostituire questa caratteristica spirituale [sic! dell'anima], questa spiritualità che costituisce l'essenza dell'Uomo.

(a nome di Shoghi Effendi, 25 aprile 1945, a un credente,  
*Guida per una vita bahá'í*, p. 111, n. 37) [101]

...poiché la Causa comprende membri di tutte le razze e le religioni, dobbiamo essere attenti a non introdurre in essa i costumi delle nostre credenze precedenti. Bahá'u'lláh ci ha dato le preghiere obbligatorie, e anche le preghiere da dire prima di dormire, per i viaggiatori, ecc. Non dobbiamo introdurre un nuovo gruppo di preghiere che Egli non ha specificato, quando ci sono già state date tante preghiere, per tante occasioni.

(a nome di Shoghi Effendi, 27 settembre 1947, a un credente,  
*Educazione bahá'í*, pp. 87-8) [102]

---

<sup>5</sup> Corano LI, 22.

Egli suggerisce che, oltre all'abituale lavoro di insegnamento in quel luogo, vi facciate un dovere di pregare ardentemente non solo per il successo in generale, ma anche perché Dio vi invii le anime pronte. Ve ne sono in tutte le città, ma non è facile trovarle e contattarle nel giusto modo.

(a nome di Shoghi Effendi, 18 marzo 1950, all'Assemblea Spirituale  
Locale di Punta Arenas, Cile, da «vi facciate» a «le città»  
vedi *Insegnamento*, p. 36) [103]

Per quanto riguarda la sua domanda sulla preghiera e sul fatto che alcuni dei nostri problemi non si risolvano con la preghiera, dobbiamo sempre renderci conto che la vita comporta molte situazioni: alcune sono prove inviate da Dio per formare il nostro carattere, altre sono accidentali perché viviamo nel mondo della natura e siamo soggetti a incidenti come la morte, le malattie, eccetera, e ad altri che ci tiriamo addosso per follia, egoismo o qualche altra debolezza umana.

Quando una persona che ci è cara muore, o non guarisce da una malattia, o un problema non si risolve, non è corretto dire che Dio non ha risposto alla nostra preghiera, o che non Lo abbiamo pregato in modo tale da ricevere una risposta positiva. Forse quello per cui abbiamo pregato non era la Sua Volontà oppure era il risultato di un incidente che ha prodotto una conclusione irrevocabile come un trapasso, o una malattia, o un fallimento, eccetera.

Come lei afferma, a volte i bahá'í credono di fare ciò che Dio vuole e tuttavia vediamo che i risultati sono pessimi. Dobbiamo pertanto supporre che, quando credevano che la loro decisione e la loro linea di condotta fossero conformi alla Sua Volontà, si stessero sbagliando. Il significato di tutto ciò è questo: dobbiamo pregare Dio, ma sempre con la riserva di preferire la sua Volontà alla nostra. Dobbiamo anche essere all'altezza delle Leggi dei Suoi Insegnamenti, perché più ci comportiamo in questo modo, migliori credenti esemplari siamo, più sicuri saremo di ricevere più pienamente la Sua guida.

(a nome di Shoghi Effendi, 18 marzo 1951, a un credente) [104]

Il Custode pregherà perché le vostre anime siano vivificate, i misteri divini vi si dischiudano e lo Spirito Santo vi conceda le sue benedizioni. È lo Spirito Santo che dà nuova vita e oggi possiamo trovare in grande abbondanza tutto questo negli Scritti di Bahá'u'lláh. Le Sue parole e i Suoi Insegnamenti sono l'acqua della vita e il nutrimento necessario per la crescita spirituale. Pertanto dovete studiare con attenzione la Parola, meditare sui suoi significati e, toccati dal suo spirito, legare la mente e il cuore alla Sua atmosfera, allora la strada diventerà chiara e le porte si apriranno.

(a nome di Shoghi Effendi, 11 giugno 1956, a un gruppo di studio  
bahá'í di Columbus, Ohio) [105]