

## La PREGHIERA cristiana

La Fede svanisce quando non viene più praticata e tale prassi è la preghiera

(Gabriel Bunge)

Il pregare non è cosa facile per il cristiano.

Forse anche questo spiega perché gli apostoli chiesero a Gesù:

“Signore insegnaci a pregare” (Lc. 11,1).

Il pregare non corrisponde ad un’attività naturale dell’uomo ne è proprio così spontanea come il senso religioso.

**1** Nella Bibbia essa appare come DONO, cioè come Risposta dell’uomo alla decisione prioritaria e gratuita di Dio di entrare in relazione con l’uomo:

è accoglienza e riconoscimento tramite l’ascolto della Parola e il discernimento nello Spirito santo, di una PRESENZA che è in noi anteriormente ad ogni nostro sforzo di esserle attenti, è un decentramento del proprio io per lasciare che l’io di Cristo dispieghi la sua vita in noi.

In conclusione: La preghiera è un movimento di apertura alla Comunione con Dio nello spazio dell’alleanza con Lui.

È il Dio della rivelazione biblica che ha iniziato ed è in costante ricerca dell’UOMO.

È Lui che vuole stabilire un dialogo con noi.

Il Dio che ci ha amati per primi (1° Gv. 4.19) parla, dando inizio al dialogo; l’uomo di fronte a questa auto-rivelazione di Dio nella storia, re-agisce nella fede attraverso la benedizione, la lode, l’azione di grazie, l’adorazione, la domanda, la confessione del proprio peccato.

Insomma reagisce attraverso la preghiera, che è sempre RISPOSTA a Dio, finalizzata all’amore verso di Lui e verso i fratelli.

La preghiera nella tradizione biblica non è ricerca di Dio, ma risposta, le sue forme sono conseguenza e ciò che resta è sostanzialmente la RELAZIONE con Dio.

**2** La preghiera cristiana è innanzitutto ASCOLTO.

È ascolto per giungere all’accoglienza di una presenza.

Si richiede silenzio interiore ed esteriore.

Dio parla: è l’affermazione fondamentale che attraversa tutta la Scrittura, senza la quale noi non potremmo avere nessuna relazione personale con Lui.

Con iniziativa libera e gratuita, Dio si è rivolto agli uomini per entrare in relazione con loro, per instaurare un dialogo finalizzato alla comunione. (cfr Dt.4,32-33)

Dio si rivela come Parola e fa di Israele il popolo dell’ASCOLTO, prima ancora che il popolo della fede → la Chiamata ad ASCOLTARE.

“ASCOLTA ISRAELE” (Dt. 6,4-9).

L’Ascolto è caratterizzato da un movimento discendente, da una discesa della Parola di Dio nell’uomo.

Il vero orante è colui che ascolta, colui che presta l’orecchio a Dio.

Per questo “ascoltare” è meglio del sacrificio. (1° Sam. 15,22)

Se Dio in principio è la Parola (Gv. 1,1) per l’uomo in principio è l’ascolto.

“ Dio, dopo aver parlato nei tempi antichi molte volte e nei diversi modi ai padri per mezzo del Figlio” (Ebr 1,1-2).

Ormai è a Lui, al Figlio che deve andare il nostro Ascolto in seguito al comando dell'amore del Padre.

“Questi è il mio figlio, l'amato, ascoltatelo” (Mc. 9.7).

È chiaro che la preghiera autentica germoglia là dove c'è l'ascolto. “Parla, Signore, perché il tuo servo ti ascolta” .( 1° Sam. 3,9)

Anche Salomone, giovane re a cui Dio rivolge l'invito a presentargli delle richieste replicherà chiedendo un “ Lev shomea” (1 Re 3.91) “ Un cuore capace di ascolto”.

Non a caso Paolo dirà che “ la fede nasce dall'ascolto”. (Rm. 10,17)

Dall'ascolto alla fede, dalla fede alla conoscenza di Dio e dalla conoscenza di Dio all'amore.

Con l'ascolto della Parola noi entriamo nel mistero del dialogo intra-trinitario.

### L'accoglienza di una PRESENZA

L'ascolto della Parola di Dio non può che svelare in noi una PRESENZA, la presenza del Dio vivente, più intima di quanto noi possiamo esserlo a noi stessi. ( Confessioni S. Agostino)

La preghiera ci porta a scoprire la nostra verità più profonda: Dio è presente in noi.

## **3** Gli insegnamenti di Gesù sulla Preghiera

### Gesù pregava

- Egli apparteneva a un popolo che sapeva pregare, il popolo che ha creato il libro dei Salmi.
- Grande rilievo ha la preghiera personale in Gesù, frequenti ritiri (la notte, al mattino presto) (Mc.1.35).  
“Al mattino si alzò quando ancora era buio e, uscito di casa, si ritirò in un luogo deserto e là PREGAVA”. ( Mc. 1.35)
- Dopo la prima moltiplicazione dei pani congedò i discepoli ordinando loro di precederlo nell'altra riva mentre lui avrebbe congedato la folla. “Appena li ebbe congedati salì sul monte a PREGARE”. (Mc. 6.46)
- Quella di Gesù è una preghiera personalissima, in cui egli si rivolge a Dio chiamandolo “Papà”.

E a Gesù che prega con insistenza e perseveranza il Padre risponde entrando con lui in dialogo “ tu sei mio figlio, in te mi sono compiaciuto” (Mc 1.11)

A partire dalla sua esperienza di preghiera Gesù ha insegnato ai suoi discepoli a pregare.

(Mc. 11.25)

### L'esperimento del Getsemani (Mc. 14.35)

Giunsero intanto ad un podere chiamato Getsemani ed egli disse ai suoi discepoli: sedetevi qui mentre io Prego.

Prese con se Pietro, Giacomo e Giovanni e cominciò a sentire paura e angoscia.

Gesù disse loro: la mia anima è triste fino alla morte. Restate qui e vegliate. Poi, andando un po' innanzi, si gettò a terra e pregava che, se fosse possibile, passasse da lui quell'ora.

E diceva: “ Abbà Padre. Tutto è possibile a te, allontana da me questo calice! Però non ciò che io voglio ma ciò che vuoi tu.

Tornato indietro li trovò addormentati e disse a Pietro: “ Simone dormi? Non sei riuscito a vegliare un'ora sola? Vegliate e pregate per non entrare in tentazione; lo spirito è pronto, ma la carne è debole”.

Allontanatosi di nuovo, PREGAVA dicendo le medesime parole. Ritornò e li trovò addormentati, perché i loro occhi si erano appesantiti e non sapevano che cosa rispondergli. Viene la terza volta e disse loro. “Dormite ormai e riposatevi”. Basta è venuta l’ora: ecco il Figlio dell’uomo viene consegnato nelle mani dei peccatori. Alzatevi andiamo. Ecco colui che mi tradisce è vicino.

L’ora decisiva di Gesù.

Nell’imminenza della sua passione egli confessa Dio quale “ Abbà, Padre” (Mc. 14,36) e con insistenza gli chiede che passi da lui “quell’ora” (Mc.14.35) “quel calice” (Mt 26.39).

Nello stesso tempo, però, Gesù sottomette le sue richieste a un criterio ben preciso: “Non ciò che voglio io, ma ciò che vuoi tu” (Mc.14.36)

Questo è l’autentica preghiera di domanda del cristiano, discepolo di Gesù Cristo.

Mc. 15.34 “Alle tre Gesù gridò con voce forte: Eloì, Eloì, lamà sabactàni: che significa “Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato.” (Sal. 22)

**2** «Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?

Tu sei lontano dalla mia salvezza»:

sono le parole del mio lamento.

**3** Dio mio, invoco di giorno e non rispondi,  
grido di notte e non trovo riposo.

**5** In te hanno sperato i nostri padri,  
hanno sperato e tu li hai liberati;

**8** Mi scherniscono quelli che mi vedono,  
storcono le labbra, scuotono il capo:

**9** «Si è affidato al Signore, lui lo scampi;

**12** Da me non stare lontano,  
poiché l'angoscia è vicina  
e nessuno mi aiuta.

**17** Un branco di cani mi circonda,  
mi assedia una banda di malvagi;  
hanno forato le mie mani e i miei piedi

**19** si dividono le mie vesti,  
sul mio vestito gettano la sorte.

**20** Ma tu, Signore, non stare lontano,  
mia forza, accorri in mio aiuto.

### Mt. 6,7-15

“ Pregando non sprecate parole...”

È sempre in agguato dentro di noi un atteggiamento pagano in cui l’immaginario che ci guida interiormente è quello della divinità che va propiziata con le nostre preghiere e sacrifici.

Dio non va convinto. Egli è nostro Padre e ci ama. È già convinto.

La dinamica della preghiera non serve a Dio, ma a noi.

È nella misura della nostra conversione, della nostra consapevolezza, della semplicità o meno del nostro cuore che la preghiera porta frutto. Ma allora che senso ha pregare se Dio sa già tutto? Per noi uomini le parole servono a far venire alla luce le cose.

Per questo Dio ci dà la parola, non perché lui non sappia ma perché siamo noi che ne abbiamo bisogno.

Non basta, occorre che la preghiera sia fatta con fede. Occorre allontanare il nostro cuore di pietra e tornare ad avere un cuore di carne. (L. Maria Epicoco)

La santità consiste nel pensare e agire come Dio pensa e agisce.

La meta è diventare come Dio. ( Santi – perfetti - misericordiosi)

Forse la cosa che più ci fa essere come Dio è il capovolgimento di quella che è l'indole predatoria che ognuno di noi si porta dentro. Infatti è naturale pensare che è nel verbo "prendere" la radice della fedeltà.

Il Vangelo ci insegna il contrario, e cioè che ogni uomo si realizza pienamente nella sua umanità solo quando è disposta a "donare" e non a "prendere"

- Ti sarà fatto esattamente come tu farai al tuo prossimo.

Non possiamo separare i tre amori con cui siamo chiamati a vivere la nostra vita:

l'amore a Dio, l'amore al prossimo, l'amore a noi stessi.

Non puoi desiderare di essere amato da Dio se non ami il tuo prossimo, ma puoi amare il tuo prossimo solo se lo ami come te stesso e quindi in fondo solo se ti ami davvero puoi amare entrambi. (L. Maria Epicoco)

La preghiera, o dialogo con Dio è una comunione intima con Dio.

---

Deve essere, però, una preghiera non fatta per abitudine ma che proceda dal cuore. Non deve essere circoscritta e determinata nel tempo ad ore, ma fiorire continuamente, notte e giorno.

Non bisogna infatti innalzare il nostro animo a Dio solamente quando attendiamo con tutto lo spirito alla preghiera.

Occorre che, anche quando siamo occupati in altre faccende, sia nella cura verso i poveri, sia nelle altre attività, impreziosite magari dalla generosità verso il prossimo, abbiamo il desiderio e il ricordo di Dio, perché, insaporito dall'amore divino, come da sale, tutto diventi cibo gustosissimo al Signore dell'universo. (San Giovanni Crisostomo)

Traccia per la riflessione

1. Quali difficoltà provo nel pregare?
2. Come far diventare la preghiera cristiana?
3. Come deve cambiare nel mio modo di pregare?