

PREGARE INSIEME IN FAMIGLIA

(1)

Perché pregare in famiglia.

Quando chiedo a qualche coppia: "Pregate insieme in famiglia?" c'è sempre un certo imbarazzo. Nasce certamente da difficoltà pratiche.

Perché pregare, se la preghiera è un'esperienza così rara e difficile? Perché pregare quando fra marito e moglie abbiamo già così poco tempo per parlarci e quando vediamo i nostri figli solo alla sera? Perché pregare quando siamo stanchi e nervosi, e il televisore sembra offrire un programma distensivo? Perché pregare, se conosciamo in fondo solo così poche cose di Dio e non abbiamo ancora letto una volta tutto il Vangelo? Perché pregare, se gli altri ci chiedono di dare loro una mano, se per la carità non bastano le parole perché essi ne hanno bisogno di fatti? Queste ed altre domande mettono alla prova la nostra buona volontà di dedicare un po' di tempo insieme al Signore.

L'atteggiamento migliore di fronte a queste difficoltà è quello dei discepoli che dopo aver visto Gesù ritornare lieto e disteso dalla preghiera, gli

hanno chiesto: "Signore, insegnaci a pregare!" (Lc. 11,1).

Gesù è il vero Maestro della preghiera e noi sediamo vicino a lui come i discepoli ed ascoltiamo la sua Parola.

Ma anzitutto Gesù ci rassicura: "Quando due o tre si riuniscono per invocare il mio nome, io sono in mezzo a loro" (Mt. 18,20). È meraviglioso scoprire la vicinanza del Signore in una famiglia che impara a pregare insieme!

Gesù non si dimentica mai di noi, conosce e condivide ogni nostra difficoltà, ci accompagnerà nei nostri sforzi per imparare a dialogare con Dio Padre.

La preghiera di un papà e di una mamma insieme ai loro figli è una grande occasione per fare esperienza della straordinaria vicinanza di Dio.

L'esperienza della preghiera è anzitutto legata alla capacità di fare un po' di silenzio dentro di noi, al tentativo di fare silenzio anche attorno a noi per ritrovare l'eco della voce di Dio.

Nel Vangelo di Matteo, dopo aver insegnato il Padre Nostro, Gesù dice: "Non preoccupatevi"

stari troppo del mangiare e del bere ⁽²⁾ del vestire" (Mt. 6, 25). La condizione stessa della preghiera è un certo silenzio anche dei desideri e dei rimpianti.

Ricordiamo ciò che successe a Betania, nella casa di Marta e Maria: un'improvvisa visita di Gesù con i suoi discepoli ha messo in agitazione Marta, che comincia a preparare da mangiare. Maria, invece, ai piedi di Gesù ascolta ogni sua parola. Alle proteste della sorella affrettata Gesù risponde: "Marta, Marta, tu ti affanni e ti preoccupi per molte cose. Una sola è necessaria. Maria ha scelto la parte migliore" (Lc. 10 41-42).

Dedicare uno spazio quotidiano alla preghiera è quindi scegliere come Maria l'unica cosa necessaria: vuol dire aver capito che l'incontro col Signore è la novità più importante e significativa di ogni nostra giornata.

Nella Bibbia leggiamo che Mosè, la guida del popolo di Israele "parlava con Dio faccia a faccia" (Esodo 33, 11).

È bello fare anche della nostra preghiera queste esperienze di intimità. Sentire il respiro del Signore, il rumore dei suoi passi nel nostro giardino.

Per conoscere bene una persona non ci si può accontentare del sentito dire: dobbiamo dialogare con lei a quattro occhi: può bastare anche uno scambio di saluti per cominciare a farsi un'idea dell'altro.

La cosa straordinaria del nostro dialogo con Lui è che se all'inizio sem-
bravamo noi incominciare a parlare a Dio, ad un certo punto ci troviamo a parlare con Lui ed infine scopiamo che pregare è ascoltare Dio che parla con noi!

Improvveremo a pregare quando impareremo a contemplare con occhio gratuito la profondità delle cose. Non siamo più abituati a guardare la realtà senza lo sguardo interessato di chi da ogni situazione deve guadagnare qualche cosa.

Ma solo chi ha il coraggio di "perdere" del tempo nella preghiera ha anche la possibilità di penetrare con il proprio sguardo il mistero della Presenza di Dio. Allora lo stupore diventa gioia e come nel salmo le nostre labbra potranno solo sussurrare: "Come è grande Signore il tuo nome su tutta la terra" (salmo 8).

Se abbiamo visto ridere un bambino⁽³⁾ in risposta al sorriso di sua madre, se ci è capitato di fermarci a guardare il cielo, un bosco, il mare, un ruscello, che ci hanno colpito per qualcosa che abbiamo chiamato "bellezza", se ci è venuta voglia di cantare, o di correre tutt'a un tratto per qualcosa che abbiamo chiamato "gioia", se ci siamo chiesti: "Auguri come mai possiamo che ci è vicino vuole bene proprio a noi", possiamo capire cosa significa chi lodare!

L'essere nati in un paese cristiano è una fortuna, ma può diventare un "limite": non ci meravigliamo più del dono di Dio.

Pregare è prendere consapevolezza che siamo suo dono: molte sono le cose che ogni giorno il Signore ci regala, attraverso la natura e i nostri incontri con gli altri. Molte sono le cose che ci si dona anche senza pensarci, tra genitori e figli, e tutto viene da Dio. Il dono più grande è Gesù. Egli con la sua morte e resurrezione ha ridato agli uomini la speranza di una vita senza fine.

Quando Gesù ha lasciato questa terra per tornare vicino al Padre, ci ha fatto una grande promessa: "Manderò su di voi la forza dello Spirito Santo" (Lc. 24, 49). È lo Spirito di Dio che oggi ci suggerisce le parole più vere del nostro pregare.

Pregare non è isolarsi dal mondo non è fuggire le responsabilità quotidiane. lodando e ringraziando nasce nel nostro cuore una domanda molto concreta: cosa vuole Dio da me? che cosa vuole dalla nostra famiglia, dalla nostra comunità parrocchiale? Gesù nell'orto degli Ulivi, prega: "Padre, non sia fatta la mia, ma la tua volontà" (Lc. 22, 42). Il dialogo con Dio fa maturare la nostra disponibilità a mettere da parte i nostri interessi per entrare nelle vie di Dio, per andare incontro agli altri.

La nostra scelta di pregare in famiglia ci è dunque di aiuto per vivere la dimensione comunitaria e fraterna della preghiera.

Essa ci abituerà a guardare il mondo con gli occhi di Dio. È straordinario sentire un marito che prega per la propria moglie, perché il Signore lo

aiuti ad amarla sempre di più; oppure ^{la}
ascoltare una mamma che prega per
i propri figli; o ancora sentire la preghiera
di un bambino per il proprio nonno
ammalato. Il vero Dio può abitare
nel cuore degli uomini.

La preghiera si allarga poi oltre i confini
della nostra famiglia per abbracciare il
dolore di chi soffre nel corpo o nello spirito;
per condividere le speranze di chi invoca
la giustizia e la libertà; per sostenere la
ricerca di chi si sta avvicinando a Dio
e per illuminare il cuore di chi deluso
si sta allontanando dalla Chiesa.

Giovanni nel suo Vangelo ci racconta
che Gesù, nella notte del giovedì san-
to prima di lasciare i suoi amici,
ha pregato per loro: "Padre, erano tuoi,
e tu li hai dati a me. Io prego per loro,
perché ti appartengano" (Gv. 17).

Questo è l'atteggiamento che dovrebbe
caratterizzare anche la preghiera per
i nostri cari: essi appartengono a Dio,
è Lui che ce li ha affidati, che ha posto
alcune persone al nostro fianco, per
che potessimo insieme con loro
raggiungere la gloria della sua Ca-
sa.

PREGARE INSIEME CON LE PAROLE CHE SAPPIAMO

①

la preghiera del mattino e della sera.

Il patrimonio prezioso di fede cristiana, che sono "le preghiere comuni", non deve andare perduto.

Un tempo si imparavano in famiglia. L'educazione cristiana iniziava prima di un esplicito discorso religioso: era un "AMBIENTE" un insieme di grandi e piccole cose, di incontri, di relazioni, di parole e di silenzi. Da questo clima nasceva anche la preghiera in famiglia che non era tanto un "far pregare i figli", ma era un "pregare con loro".

Certo non esistevano le difficoltà di oggi. Il lavoro vicino a casa non ci costringeva a rientrare a tarda ora; e forse le occasioni per uscire la sera erano un tempo meno frequenti.

A pregare si imparava in famiglia e così le preghiere, ripetute ogni giorno, si iscrivevano nel cuore e nella vita dei figli.

Erano preghiere facili e semplici. Finivano per creare un modo comune

per rivolgersi al Padre di tutti, aiutati in questo dal linguaggio comprensibile e piano.

Tutti conoscevano queste preghiere a memoria.

Anche a noi capita spesso di voler pregare e di non sapere come esprimere al Signore i desideri del nostro cuore.

È vero che le parole non sono sempre necessarie per pregare:

- ci sono dei "silenzii carichi" di amore che possiedono una profondità ancora più grande delle parole, che sono soltanto il supporto dei nostri sentimenti verso Dio.

Ci sono però dei giorni in cui abbiamo bisogno di essere sostenuti ed aiutati nella preghiera. Queste preghiere comuni inserendoci nella tradizione semplice e viva di intere generazioni che le hanno pregate e tuttora le pregano con fede, aiutano la nostra povertà e suggeriscono motivi di preghiera che vanno al di là delle nostre fragili e interessate richieste al Signore.

Erano chiamate anche "preghiere quotidiane".

Ogni giornata veniva iniziata e conclusa " nel nome del Signore " con il segno della Croce.

Mattino e sera ~~sono~~ due momenti in cui il tempo si fa sentire in maniera più evidente e l'uomo percepisce la sua condizione di viandante, la sua vocazione alla vita che non conosce tramonto.

Nello stesso tempo, a questi momenti della giornata erano legati simboli: simboli espressivi del mistero cristiano, quali quelli della luce e delle tenebre. La luce del giorno che nasce suscita in noi il ricordo della resurrezione di Gesù, avvenuta all'alba.

La sera ci dispone all'attesa del suo ritorno glorioso.

Queste preghiere possono essere pregate ancora oggi.

C'è un primo modo molto semplice e pratico per pregare insieme. Consiste nel recitare lentamente qualcuna delle formule che conosciamo. Non è necessario recitarne molte. Bastano una o due. Prima di cominciare si fa il segno della Croce, e subito dopo qualche momento di silenzio.

Questo silenzio ci dispone a sentire la presenza di Dio. Poi si recita la preghiera. Non è necessario, specialmente per i bambini, di gridare. Dio ci ascolta lo stesso.

Alle fine ancora una pausa di silenzio e si conclude con il segno della Croce.

Quando si è imparato a pregare lentamente, pensando a quello che si dice, ci si può fermare alla fine della recita della preghiera e chiedere che chi vuole sottolinei una frase: allora ciascuno ridice una invocazione della preghiera (Per esempio: "Venga il tuo Regno...", "Santa Maria, madre di Dio, prega per noi peccatori"...), quella che gli sembra più importante al momento o che corrisponde a una grazia particolare che vorrebbe chiedere.

Gli altri possono ripeterla insieme, per dare così forza a quella invocazione.

Al rosario pregato e meditato in famiglia è un altro modo di pregare semplice, magari con una decina della corona.

È importante e bello che come gruppo di famiglie sentiate il bisogno di riflettere sulla preghiera e sulla preghiera in famiglia in particolare. Viviamo troppo di corsa, pressati da ritmi e orari troppo intensi, viviamo "martellati" da messaggi disparati ma continui, troppo insistenti. Con questi ritmi e questa frenesia è difficile fare silenzio attorno a noi, ma soprattutto dentro di noi, e trovare tempo e spazio per pregare, per metterci davanti al Signore, per capire la sua volontà.

Quando ci troviamo a un incontro di amici, se proponiamo di pregare, vedremo subito cambiare l'atmosfera. È posto non perché l'invito sia poco gradito, anzi. È perché abbiamo uno strano concetto di ciò che deve essere la preghiera, che è vista come un qualcosa di "staccato" dalla nostra realtà, un qualcosa di aggiunto, sempre separato da noi. Siamo sempre concentrati su noi stessi, per cui ^{il momento della} preghiera dovrebbe essere di "deconcentrazione", ciò dovrebbe servirci per uscire da noi e dal nostro egoistico orizzonte per non mettere più il nostro io al centro dell'attenzione, ma Dio e i nostri fratelli e sorelle.

È così la preghiera.