

# Pregare: come e perchè

ESPERIENZE

I modi di pregare sono tanti: potremmo dire che sono tanti quanti sono gli uomini che pregano.

È per questo che ci siamo rivolti ad un bambino, ad una ragazza, ad un giovane, ad una mamma di famiglia, ad un giovane avviato al sacerdozio, ad una suora, ad una persona anziana, ad un sacerdote e ad una famiglia intera, ed abbiamo chiesto loro: «Come preghi tu? Come pregate voi?».

Ne è risultato un piccolo campionario di modi diversi di intendere e di vivere la preghiera.

## Un bambino

### Andrea Baruffa

Duemila anni fa, Cristo pregava suo Padre. Ancora oggi molti pregano quel Padre. È quasi diventata una necessità per chi vive insieme con Cristo.

Penso che pregare non è solo andare in Chiesa, ma comprende anche le opere buone e sincere, come l'aiutare il prossimo.

Io non ho avuto un'esperienza di preghiera, anzi, per essere sincero, dico che, fin ad ora, non ci avevo mai pensato e solo adesso, mentre scrivo, mi pongo questo problema.

Ho pregato, a volte, ma non mi sono mai chiesto che cosa sia la preghiera. Forse è come un viaggio, alla scoperta di un mondo meraviglioso, che ci aiuta a scoprire il mondo presente.

## Una ragazza

### Luana Brunetti

Non mi è facile esprimere come concepisco la preghiera e come prego.

Secondo me, la preghiera non può essere unicamente un parlare con Dio nei vari momenti della mia giornata, nè, d'altra parte, la si può concepire solo come lavorare, agire, servire i fratelli.

A mio avviso, debbono esserci tutte e due le cose, perché mi pare necessario mettersi a confronto diretto con Dio, parlare con lui come si fa con un amico, ringraziarlo di ciò che ci dona, magari anche solo sfogarsi con lui, trovare in lui rifugio, sostegno e speranza; ma occorre anche pregare con i fatti, darsi agli altri, essere disponibili, aperti, testimoniare con la vita la nostra fede.

Chiarito questo, io non posso dire che la mia preghiera è questo o quest'altro, perché mi accorgo che ogni giorno scopro un modo nuovo di pregare, che mi sembra valido. A volte, la mia preghiera consiste in un sorriso, in un pensiero, in un gesto; altre volte, in lunghi discorsi e riflessioni a tu per tu con Dio.

Comunque, la cosa essenziale, secondo me, è che la mia preghiera sia sentita, nasca veramente dal profondo, perché solo in questo modo potrà aiutarmi a crescere e a realizzarmi.

Oltre alla preghiera individuale, mi serve molto anche ritrovarmi a pregare insieme ad altri amici. Questo avviene, per esempio, ogni domenica alla Messa. Sentendola così, anche la Messa acquista per me un valore diverso e molto importante: sento che non sono più sola a portare avanti un certo discorso e a cercare di vivere in un determinato modo, ma siamo tanti, una grande famiglia: il popolo di Dio.

Per concludere, a me sembra importante sia parlare che agire, sia riflettere che operare insieme, partecipi ognuno dei problemi e delle gioie degli altri: mi sembra che tutto, in qualche modo, diventi preghiera per me.

## Un giovane

### Saverio Orselli

Oggi, pregare per me significa vivere. Vivere in un modo nuovo, in contestazione con la nostra società. Il progresso ci ha reso la vita più comoda, ma, nello stesso tempo, ha distrutto alcuni valori importanti per l'uomo, quali, ad esempio, la comunicabilità e l'amicizia.

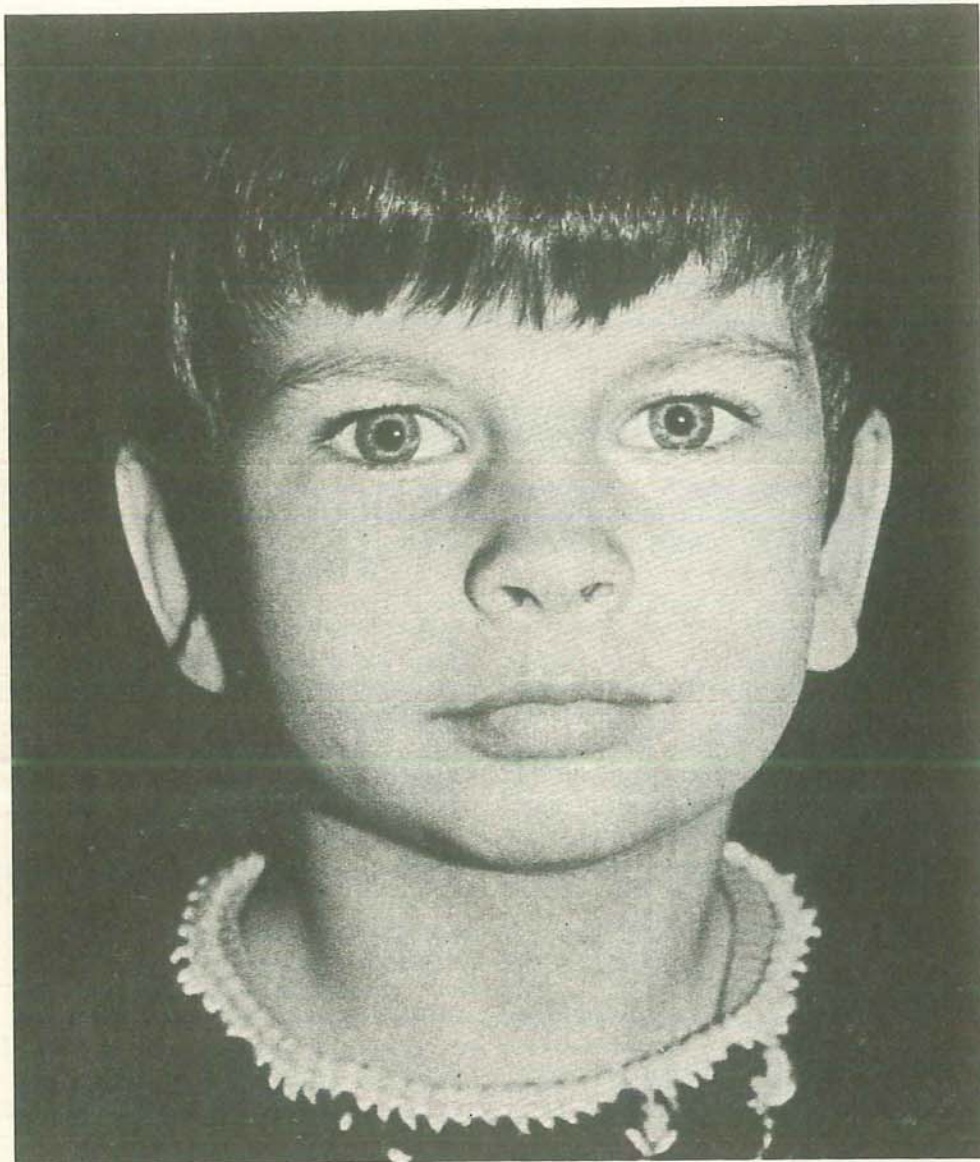
Io sento dentro di me che qualcosa mi spinge ad avvicinarmi sempre più agli altri uomini, per poterli capire sempre meglio, per poterli amare, e, attraverso loro, amare Cristo che in essi vive: ecco la mia preghiera.

Perciò, pregare per me significa questo: mettere la mia vita a disposizione degli altri, di chi ne ha bisogno. Certo questa idea va oltre il concetto di preghiera tradizionale; però vedo che dà grandi soddisfazioni, in quanto è possibile vedere i risultati subito; e i più bei risultati che si possono vedere sono un sorriso, un grazie, una nuova amicizia.

In termini pratici, non sono un gran ché, visto che nessuna di queste tre cose, messa in banca, dà frutto. Ma io ho sempre presenti quelle parole di Cristo: «Ogni volta che avrete fatto una di queste cose a uno dei miei fratelli più piccoli, l'avrete fatta a me».

Certamente non è facile vivere esclusivamente per gli altri; però io sento la presenza di Cristo sempre molto vicina, ed è proprio lui che mi spinge, mi dà la forza, mi aiuta. Spesso mi si fa l'osservazione che sono ancora un ragazzo. È vero che, a diciannove anni, la vita la si conosce solo in minima parte; ma io credo che, se esistesse un briciolo di coerenza in più in ogni cristiano, in qualsiasi ambiente, scuola, lavoro, famiglia, non esisterebbero il menefreghismo e il qualunquismo oggi così diffusi.

Oggi ognuno pensa a se stesso, qualsiasi religione o ideologia professi, e di-



mentica la frase di Giovanni: «Cristo, avendo amato i suoi, li amò fino alla fine». Anche lo avessimo rinnegato e condannato a morte, lui ci ha amati e ci ama ancora.

Tocca a noi, ora. Non è il momento di fermarsi a piangere per ciò che siamo stati, ma il momento di gioire insieme perché non lo siamo più. Cristo è l'uomo nuovo e in lui dobbiamo rinascere tutti da buoni fratelli: solo allora conosceremo che cos'è la vera felicità.

Pregare, per me, significa una cosa sola: vivere al servizio della comunità.

## Una mamma di famiglia **Giuliana Trevisan**

Giorni fa, mi è stato presentato un questionario che, fra l'altro, mi invitava a rispondere con un «no» o un «sì» a questa domanda: «Ti consideri una

madre cristiana?». Il mio imbarazzo è stato notevole, trovando i due monosillabi inadatti ad esprimere la realtà della mia vita spirituale.

Il conflitto in me nasce dal desiderio di agire in coerenza con l'insegnamento di Cristo e dalla difficoltà di svincolarmi dai problemi contingenti, assillanti e improrogabili. Il mio travaglio interiore ha origine dalla continua ricerca di un miglioramento spirituale e da un costante squilibrio tra il come sono e il come vorrei essere.

Dare la priorità ai valori assoluti ed eterni, vivendo minuto per minuto i problemi quotidiani, mi è difficile quanto ritrovare, nella giornata, la serena disponibilità al colloquio diretto con Dio attraverso la preghiera. Tuttavia, mi è abbastanza facile cogliere, nel contesto dei numerosi impegni, l'occasione di un pensiero, di una preghiera sincera e riconoscente.

Così, pur immersa in questa realtà

imprescindibile, ho cercato, anche ricorrendo alla guida spirituale di sacerdoti preparati e meditando alcuni brani del Vangelo, di pregare in modo diverso, meno tradizionale, ma più sentito e spontaneo. Sono stata anche indirizzata a considerare preghiera ogni buona azione quotidiana e la costante disponibilità per il prossimo.

Dio mi ha dato la vita in questo preciso ambiente familiare e sociale. Sono dunque chiamata a portare la mia testimonianza cristiana oggi e qui, mettendo a frutto i doni che il Signore mi ha fatto, non solo per il mio interesse personale, ma in funzione del bene comune. Dio mi ha inserita in una comunità che debbo edificare con una condotta il più esemplare possibile.

Dio si è dichiarato mio Padre e mi ha quindi riconosciuto il diritto di rivolgermi a lui con fiducioso abbandono e con rassereneante speranza. Partendo da queste riflessioni, ho accettato, pur sentendomi indegna e impreparata, di collaborare con il parroco all'educazione religiosa dei cresimandi. Nella comunità, fra tante mani tese, sono riuscita a rispondere a qualche accorato appello ed a portare con la mia presenza un conforto morale più che materiale a persone sole, frustrate e bisognose.

In famiglia, essendo mamma e quindi educatrice per eccellenza, mi sono sempre sentita investita dell'arduo compito di indirizzare le mie figlie al bene, impegnandomi in un dialogo aperto e in un esempio costante. Ho cercato di educarle all'amore per il prossimo e per Dio, ho cercato di trasmettere loro una sensibilità cristiana, capace di escludere il «voglio», il «non mi piace» e la menzogna, e di stimolarle alla comprensione degli altri, soprattutto se emarginati e sofferenti.

Ho cercato di proporre loro Cristo come esempio, attraverso la lettura del Vangelo, e Dio come Padre generoso, al quale è giusto rivolgere un grazie sincero per i tanti doni che ci ha fatto. L'offerta dell'impegno quotidiano al mattino, il ringraziamento alla sera spesso fatto insieme, una visitina in Chiesa quando possibile, sono mezzi semplici ma, credo, efficaci.

Una caratteristica della nostra famiglia è sempre stato l'amore per le bellezze della natura. Quante volte, durante le gite, escursioni o campeggi, ci siamo trovati in estatica contemplazione di un'alba, di un tramonto, di un paesaggio, di un fiore, e siamo stati felici di poter e saper gioire, ringra-