LA PREGHIERA NELL' ANIMA*TEMA* DI FAMIGLIA

GianMario Adriano Conori

INTRODUZIONE

Il momento della preghiera rappresenta, nell'animazione a tema, il tempo in cui la famiglia che partecipa al Convegno ritrova la sua unità dopo che, genitori e figli, hanno elaborato in modalità e tempi diversi il tema proposto dal Convegno. La preghiera raffigura quindi, per il nucleo familiare, un momento di sintesi e di incontro dove ritrovarsi, al termine della mattinata o della giornata, nell'esperienza di un dialogo che apre la famiglia all'incontro con altre famiglie e con Dio che è Padre.

Non possiamo però dimenticare il soggetto che, nella preghiera, si apre ad una relazione con Dio cioè la famiglia. Essa esprime questo dialogo con il Padre in un modo proprio: infatti la preghiera che esprime la comunità domestica è strettamente legata alla concretezza della sua esistenza, alla sua spiritualità e al sacramento che i genitori hanno celebrato e da cui la famiglia ha avuto la sua origine, cioè il matrimonio.

Per questo, considerando che operiamo come animatori all'interno di convegni o incontri legati alla famiglia, non possiamo non tenere conto che la nostra proposta di preghiera è rivolta a nuclei familiari e quindi deve avere come predominante l'impronta della preghiera di famiglia.

In alcune circostanze, per questioni di tempo o di organizzazione, non sarà possibile realizzare questi momenti di preghiera con la famiglia. Il momento di incontro con Dio resta ugualmente uno degli aspetti importanti dell'animazione a tema e potrà così realizzarsi anche come un momento di educazione alla preghiera domestica in modo che i bambini e i ragazzi, coinvolti nell'animazione, possano fare esperienza della preghiera familiare.

Prima, quindi, di passare ad alcune indicazioni concrete su come preparare ed animare un incontro di preghiera per famiglie o per bambini e ragazzi è opportuno che ci si soffermi a conoscere, nelle sue linee essenziali, alcuni tratti della spiritualità coniugale e familiare e i dati biblici e teologici che caratterizzano la preghiera e la liturgia familiare.

LINEE DI SPIRITUALITA' CONIUGALE E FAMILIARE

Le riflessioni circa il matrimonio in quanto sacramento hanno prodotto una visione nuova per quanto riguarda la spiritualità coniugale e familiare. Fino a qualche decina di anni fa, quando si parlava di spiritualità dei coniugi, si faceva riferimento ad una vita secondo lo Spirito, pensata da religiosi per religiosi, e trasfusa poi anche sugli altri stati di vita, con la conseguente frustrazione, da parte dei coniugi, a vivere una spiritualità difficile, se non impossibile, da realizzare nello stato

coniugale. Infatti, il matrimonio, nelle migliori delle ipotesi, era visto come un ostacolo alla santità tant'è che solo dopo duemila anni di storia del cristianesimo la Chiesa ha beatificato la prima coppia di sposi. Ma se per spiritualità si intende una vita, la propria vita vissuta alla luce dello Spirito di Gesù Cristo morto e risorto, è chiaro che qualsiasi forma di vita, purché vissuta nello Spirito del mistero Pasquale è, pur con la sua specificità, una vita spirituale. Quali sono allora le caratteristiche specifiche della spiritualità coniugale e famigliare?

Una spiritualità contemplativa nel quotidiano

La spiritualità coniugale affonda profondamente le sue radici nel mistero dell'incarnazione, nel mistero cioè di un Dio che si fa uomo per condividere con l'uomo la sua vita, la sua storia. Questo rivelarsi di Dio lungo lo scorrere del tempo trova il suo spazio vitale per svilupparsi, crescere e manifestarsi tra le mura di una casa e l'affetto di una famiglia. Il perché di questa scelta resta a noi sconosciuta ma apre orizzonti nuovi alla comprensione del volto di Dio e della vita semplice, familiare e quotidiana come realtà capace di rivelare i suoi grandi misteri.

> *Dio che ha chiamato gli sposi "al" matrimonio, continua a chiamarli "nel " matrimonio. Dentro e attraverso i fatti, i problemi, le difficoltà, gli avvenimenti dell'esistenza di tutti i giorni, Dio viene ad essi rivelando e proponendo le "esigenze" concrete della loro partecipazione all'amore di Cristo per la Chiesa*[1].

La spiritualità coniugale è quindi contemplazione, è cioè una esistenza in cui i coniugi hanno consapevolezza che i fatti, gli avvenimenti, le esperienze, positive o negative della loro vita matrimoniale quotidiana, sono luogo in cui Dio si rivela, ma anche realtà che sanno introdurre gli sposi nei suoi grandi misteri.

Una spiritualità a due e di comunione

Il documento *Comunione e comunità nella Chiesa domestica,* piano pastorale della CEI per gli anni ottanta, al numero tre dice:

> *La comunione universale della Chiesa, famiglia di Dio sulla terra, si incarna e si manifesta storicamente nelle comunità particolari che sono le diocesi, le quali, a loro volta, si articolano in parrocchie.... Ma il ministero della comunione della Chiesa arriva a riflettersi e a essere realmente partecipato, sebbene a suo modo, da quella piccola comunità che è la famiglia cristiana…*

La famiglia manifesta quindi nel suo essere comunità di comunione la comunione universale che caratterizza la vita della Chiesa, ma è anche icona vivente sulle strade del mondo del mistero di Dio / Trinità, un mistero di comunione tra il Padre, il Figlio e lo Spirito. E' una comunione che ha come

finalità l'aiuto e la santificazione vicendevole, dove l'uno è segno dell'amore di Dio all'altro e insieme sacramento della comunione nuova, dono del Risorto e del suo Spirito. Contemporaneamente gli sposi partecipano e attualizzano l'amore sponsale che lega Cristo alla sua Chiesa.

Una spiritualità di donazione

Gesù ha manifestato l'amore sponsale per la sua Chiesa attraverso il dono totale della sua vita, un'esistenza, la sua, vissuta nella donazione fino all'ultimo respiro, "Chinò il capo e diede il suo Spirito" (*Gv* 19,30) . L'amore dei coniugi deve quindi modellarsi sempre più all'amore di Cristo attraverso una donazione totale e radicale affinché diventi icona e sacramento dell'amore Pasquale e sponsale del suo Signore. La vita degli sposi quindi, per essere una vita spirituale, deve realizzarsi attraverso il dono di sé nella concretezza della loro unione, trasformando così la loro storia semplice, normale di tutti i giorni, in storia di salvezza per loro e per l'umanità. Dentro questo orizzonte non esiste più nessun gesto o azione che, pur nella sua semplicità e banalità, non esprima la vita secondo lo Spirito degli sposi. Preparare la cena o il pranzo, sistemare il giardino, coccolare il partner e tantissime altre azioni che caratterizzano la vita di ogni famiglia, se vissuti come dono d'amore verso il coniuge, realizzano la spiritualità coniugale.

Una spiritualità di missione

La spiritualità coniugale, proprio perché modellata sulla Pasqua del Cristo, è anche una spiritualità di missione. L'amore dei coniugi, attraverso il dono dello Spirito, è elevato a segno dell'amore del Cristo per la sua Chiesa. Quindi lo specifico della missione dei coniugi è quella di essere sempre più, attraverso l'impegno a crescere nella loro relazione, segno e sacramento di come Cristo ama la Chiesa. Per questo il matrimonio non è solo una cosa privata, ma è anche un invito da parte della Chiesa ad essere segno visibile di una realtà invisibile. Da qui la grande dignità che hanno gli sposi nel vivere la loro vocazione. Dobbiamo però ammettere che da questo punto di vista resta ancora molta di strada da percorrere sia da parte dei coniugi nell'acquisire la consapevolezza della propria missione, ma anche da parte di molti di coloro che appartengono alla gerarchia nel cogliere lo specifico della missione dei coniugi. Quanti sacerdoti o vescovi valorizzano nella pastorale l'amore dei coniugi come segno dell'amore di Cristo per la sua Chiesa?

LA LITURGIA FAMILIARE

Parlare di liturgia familiare non significa creare, o pensare, a celebrazioni che siano in alternativa, o in contrapposizione, ai momenti comunitari in quanto anche per la famiglia l'Eucarestia è:

---

[1] GIOVANNI PAOLO II, esortazione apostolica *Familiaris consortio*, 51.

fonte ed apice di tutta la vita cristiana[2].

ma a celebrazioni attraverso cui gli sposi con la loro vita, vissuta secondo lo Spirito del Cristo Pasquale, oltre che rendere lode al Padre accedono al mistero di salvezza.

Parlare di liturgia familiare significa allora recuperare e valorizzare un aspetto che era ben presente nella vita delle prime comunità cristiane che, composte per la maggior parte da credenti provenienti dal mondo ebraico, hanno trovato naturale considerare la casa come luogo liturgico. E' solo nei secoli seguenti, quando la liturgia si istituzionalizza e viene principalmente celebrata in edifici di culto capaci di contenere un maggior numero di cristiani, che la casa perde progressivamente il suo essere luogo naturale della celebrazione cultuale creandosi sempre più, soprattutto in Occidente, una separazione tra liturgia ufficiale della Chiesa e quella familiare, fino a relegare la seconda a forma di preghiera privata.

Il gesto di una donna alla base della liturgia familiare

Tutti e quattro gli evangelisti riportano un episodio, anche se in forme diverse[3], in cui Gesù viene fatto oggetto di attenzione da parte di una donna, la quale compie dei gesti sul corpo del Signore e al termine del quale Gesù dice:

In verità vi dico: dovunque sarà predicato questo Vangelo, nel mondo intero, sarà detto anche ciò che essa ha fatto, in memoria di lei. (*Mt* 26,13)

Solo in un altro punto dei Vangeli si parla di fare memoria e precisamente quando gli evangelisti narrano del momento in cui Gesù istituisce l'eucaristia al giovedì santo.

Ora se noi analizziamo il contesto[4] in cui è compiuto questo gesto dalla donna, che per Matteo e Marco resta una sconosciuta (*Mt* 26,7; *Mc* 14,3) mentre per Giovanni è Maria la sorella di Lazzaro (*Gv* 12.3), ci rendiamo subito conto di alcune particolarità: il gesto avviene in un ambito familiare, sono seduti a tavola per la cena (di grande valore liturgico per la tradizione ebraica); il ritmo è tipico delle riunioni di famiglia: c'è qualcuno che arriva, qualcuno che serve, qualcuno che accoglie gli ospiti. Inoltre *Mt* e *Mc* ci dicono che l'episodio avviene "a casa di Simone il lebbroso" (*Mt* 26,6; *Mc* 14,3) quindi in un contesto di impurità (*Lv* 13,2-3). E' quindi un avvenimento ripreso in un contesto di vita quotidiana, nella semplicità dell'esistenza di un piccolo villaggio, Betania, messo in movimento dall'arrivo di un amico importante. Quel giorno tocca a Simone il lebbroso l'onore di

[2] Concilio Vaticano II, Costituzione dogmatica sulla Chiesa *Lumen gentium*, 11.

[3] I problemi principali sono posti dal racconto di Luca (7,36-50) il quale colloca l'episodio quando Gesù si trova ancora in Galilea, a differenza degli altri tre evangelisti che collocano il racconto a Betania quando Gesù è ormai al termine della sua vita. Il terzo evangelista si differenzia anche per la diversa intenzione teologica. Per questi, ed altri motivi, secondo gli attuali studi si ritiene che, pur conservando punti in comune ad esempio quando Luca indica il nome del fariseo che ospita Gesù lo chiama "Simone" ed il gesto è posto nella stessa cornice familiare, si debba però parlare di due episodi differenti a cui gli evangelisti fanno riferimento.

[4] Per un approfondimento esegetico del racconto di Betania vedi: G.A.CONORI, *A casa di Simone il lebbroso*, Cantagalli, Siena 2001, pag. 87-107.

ospitare il Maestro ed allora la voce si sparge e molti, che seguivano i suoi insegnamenti, si ritrovano a casa sua per condividere con Gesù alcuni momenti di intimità familiare e cultuale.

Il gesto di cui è fatto attenzione Gesù è un'unzione con olio profumato che una donna cosparge sul suo capo per Matteo e Marco, sui piedi per Giovanni. Indipendentemente dal posto del corpo su cui viene attuato il gesto, ciò che la donna compie è un'unzione.

Nella tradizione d'Israele esistevano diversi tipi di unzione che possono essere riassunte secondo cinque tipologie: unzioni per rendere omaggio o per rendere un servizio[5], queste erano in genere riservate alle donne, unzioni di tipo rituale riservate alla consacrazione dei sacerdoti (Lv 8,1-36), dei profeti (*Is* 61,1) e dei re (*1Sam* 10,1), queste unzioni erano riservate a personaggi eminenti della comunità. Ora il gesto compiuto dalla donna verso Gesù può essere letto a questo doppio livello: un gesto di servizio e di omaggio nei confronti di un ospite che viene accolto in casa, un gesto quindi semplice che appartiene alla vita quotidiana come tanti altri che si compiono durante una giornata. Oppure può essere letto come unzione di consacrazione in vista di un avvenimento che consacrerà definitivamente Gesù come il Cristo. Queste due letture non solo sono accettabili entrambe, ma sono compenetranti a tal punto da illuminarsi a vicenda. Un gesto quotidiano diventa, alla luce della parola di Gesù, infatti è lui che spiegherà il significato vero dell'unzione (*Mt* 26,13; *Mc* 14,8; *Gv* 12,7), un gesto capace di rivelare il grande mistero Pasquale che si sta realizzando.

Se ora poniamo la nostra attenzione alle differenze che esistono tra i vari racconti a riguardo del posto su cui la donna compie l'unzione possiamo anche qui fare un'osservazione importante: Giovanni si differenzia da Marco e Matteo perché racconta che Maria compie il gesto ungendo i piedi di Gesù e poi asciugandoli con i suoi capelli (*Gv* 12,3). Credo che istintivamente la mente vada ad un altro racconto di Giovanni: la lavanda dei piedi, ed anche in questo caso il quarto evangelista si differenzia dai sinottici i quali riportano invece l'episodio dell'ultima cena. Attraverso il gesto della lavanda Gesù rivela il significato profondo della sua missione: è il gesto della dedizione totale e rappresenta il senso ultimo della cena del Signore, la sua suprema donazione.

A Betania, a casa di Simone il lebbroso, e a Gerusalemme, nel contesto della passione, abbiamo la realizzazione di due gesti che si richiamano in quanto capaci entrambi di rivelare il significato ultimo della vita di Gesù anche se con modalità diverse. Nel racconto dell'unzione di Betania abbiamo una predominanza dell'aspetto antropologico, o meglio ciò che si incontra con più immediatezza non è la Parola di Gesù o la sua persona, ma l'una e l'altra stanno dietro il gesto, dietro l'esperienza umana. Sembra quasi che, nell'ambito familiare di Betania, Gesù preferisca lasciare spazio alla persona, cioè intenda istituire una modalità per arrivare a Lui e alla

[5] Ad esempio le unzioni di carattere curativo (*Is* 1,6 , *Lc* 10,34), oppure quelle praticate sui corpi dei cadaveri (*Mc* 16,1), infine le unzioni con olio con cui venivano omaggiati gli ospiti (*Lc* 7,44-46).

comprensione del suo mistero diversa rispetto al contesto della lavanda dei piedi, dove avviene l'istituzione dell'eucaristia e dove quindi l'incontro con Lui è immediato attraverso la sua Parola e il pane che è il suo corpo. Sembra cioè che intenda istituire una modalità di accesso al mistero Pasquale dove assumono un ruolo importante l'azione umana, la vita, i gesti quotidiani che, mediati dalla presenza del Cristo, diventano profetici, capaci cioè di rivelare i misteri profondi di Dio nel presente della storia.

Un'ulteriore osservazione riguarda il profumo che la donna usa. In Israele il profumo aveva un significato sacrale, ma anche un significato meno prestigioso, era infatti uno strumento di lavoro per le donne che volevano attirare gli uomini. Tra i due significati sicuramente il più immediato era il secondo. Inoltre se consideriamo il valore simbolico che assumeva in Israele la lavanda dei piedi, quale prova d'amore di una moglie verso il proprio marito, possiamo considerare l'atto della donna espresso in un orizzonte fisico / affettivo.

Infine merita attenzione la frase conclusiva di Gesù:

> *In verità vi dico: dovunque sarà predicato questo vangelo, nel mondo intero, sarà detto anche ciò che essa ha fatto, in mnemòsunon di lei* (*Mt* 26,13)

Il dizionario biblico traduce il termine, *mnemòsunon,* con memoriale così come la parola *anamnesis* di *1Cor* 11,25 in cui Paolo narra dell'istituzione dell'Eucarestia, dando al termine questo significato: "ricordo che provoca la memoria di…".

Nel senso biblico il termine memoriale ha un significato ben preciso: è un gesto liturgico rituale con il quale si rendono presenti le meraviglie compiute da Dio. Allora possiamo dire che fare "memoria di lei" equivale a fare memoria di una donna che, compiendo un gesto quotidiano, ha rivelato il grande mistero centrale della vita di Gesù: il mistero Pasquale.

Riflessioni per una liturgia familiare: una liturgia che "segue" il cammino della famiglia

Da quanto emerso durante l'esegesi del testo dell'unzione di Betania possiamo tentare di trarre alcune linee di riflessione circa la liturgia familiare, in modo che questa possa trovare una sua specificità, oltre naturalmente a mantenere una sua naturale predisposizione ad essere liturgia propedeutica a quella comunitaria.

Il primo momento di riflessione ci viene proprio dal contesto in cui il gesto è compiuto: Betania, nella casa di Simone il lebbroso, ripresa in un momento di intimità familiare, dinamica, aperta a tutti, mentre sono seduti per la cena e quindi in un momento celebrativo. Siamo ben distanti dalle celebrazioni del Tempio di Gerusalemme dove sicuramente le liturgie erano strutturate dalla tradizione e dalla santità del luogo.

Credo che un primo aspetto importante da considerare quando si parla di liturgia familiare sia proprio quella di far sì che questa possa essere poco strutturata, ma aperta e dinamica, proprio come

lo è lo sviluppo della vita familiare. Non dimentichiamo infatti che la famiglia è in continua evoluzione per cui proponendo una liturgia troppo prefissata nei particolari si correrebbe il rischio di caricare, in alcuni momenti della sua vita, la famiglia stessa di un ulteriore peso invece che essere di aiuto per vivere profondamente il suo essere Piccola chiesa domestica. Inoltre dovrebbe realizzarsi come celebrazione in cui tutti sono protagonisti, anche i più piccoli, spesso esclusi e poco considerati nelle liturgie comunitarie.

Una liturgia che ha come "contenuto" la vita stessa degli sposi

L'analisi del gesto della donna di Betania e delle differenze che intercorrono nei vari racconti hanno messo in evidenza l'esistenza di due modalità, espresse nei vangeli, attraverso cui Gesù manifesta e rivela, in entrambe, il senso ultimo della sua missione.

Come abbiamo visto l'unzione di Betania è strettamente legata al mistero Pasquale di Gesù, tant'è che egli stesso ne rivela il significato. Abbiamo però anche sottolineato che questo racconto è in stretto rapporto con l'episodio della lavanda dei piedi di Giovanni 13, brano che nel quarto Vangelo, sostituisce il racconto dell'istituzione dell'Eucarestia dei sinottici. Dobbiamo anche ricordare che, mentre nei racconti di istituzione dell'eucarestia e della lavanda dei piedi, il soggetto che compie l'azione è Gesù stesso, in quello di Betania il soggetto è invece la donna. Gesù accoglie il gesto. Possiamo quindi ritenere che, attraverso il gesto dell'unzione, Gesù abbia istituito una modalità diversa di accesso al mistero Pasquale, un accesso che passa attraverso la vita semplice che appartiene al ritmo normale della vita, ma che alla luce della sua Parola diventa capace di salvezza.

Nella liturgia familiare è quindi la vita di ogni giorno, quella semplice e a volte banale, che letta alla luce della parola di Gesù diventa realtà capace di introdurre gli sposi e i figli nel mistero di salvezza. Nella celebrazione eucaristica si fa memoria del mistero Pasquale mettendo in atto una cena dove il sacerdote ripete le parole e i gesti che Gesù ha compiuto e lo fa in quanto ministro visibile di Gesù, che è il vero agente della celebrazione. Nella liturgia familiare è invece, ad esempio, quella cena che ogni sera raduna la famiglia attorno alla tavola a diventare, attraverso la presenza di Gesù, celebrazione. Vivere il momento della cena come tempo di relazione profonda, donandosi le esperienze della giornata e scoprendo la presenza di Dio negli avvenimenti, è per la famiglia una celebrazione che fa memoria del mistero Pasquale svelato a Betania.

Una liturgia che ha come "segno" la relazione dei coniugi

Nelle liturgie, un ruolo importante, insieme alla Parola di Dio e alle eucologie, spetta ai "segni", la cui funzione è quella di rimandare ad un significato simbolico più profondo.

Nel racconto di Betania, un ruolo importante spetta al gesto dell'unzione che la donna compie su

Gesù, un gesto quotidiano, semplice, fatto nel silenzio che ha valore di accogliere un ospite e aprire la relazione con il nuovo venuto, un gesto che mette le persone che entrano in relazione nella giusta sintonia e nel giusto clima affettivo.

Possiamo allora ritenere che un "segno" significativo per fare memoria del mistero Pasquale annunciato a Betania sia la relazione stabilita tra i coniugi, e dilatata ai figli, vissuta come dono totale di sé all'altro.

Allora sono infinite all'interno di una giornata le occasioni attraverso cui si esprime, si alimenta questa relazione d'amore. Ci sono però alcuni momenti particolari, fissi, che nell'arco delle ventiquattro ore, o della settimana, sono diventati rituali per la coppia e la famiglia in cui la relazione è al centro dell'attività: per i coniugi l'incontrarsi la sera raccolti nel silenzio e nell'intimità della propria camera; per la famiglia il ritrovarsi attorno alla tavola; nei giorni di festa il dilatarsi delle relazioni oltre i confini della famiglia per condividere la fede in Cristo nella comunità e nell'ospitalità. Tutti questi possono costituire momenti di celebrazione se vissuti nella preghiera e nella presenza del Signore.

GLI "INGREDIENTI" PER PREPARARE E ANIMARE UN INCONTRO DI PREGHIERA

Dopo aver presentato la spiritualità coniugale e familiare, i fondamenti biblici e le caratteristiche della liturgia e preghiera familiare scendiamo ora nel concreto con alcune indicazioni pratiche da considerare quando, come animatori, si è chiamati a preparare e ad animare un momento di preghiera con i ragazzi o con le famiglie.

Le indicazioni riportate non vogliono essere un trattato sulla preghiera cristiana e nemmeno esaurire tutto ciò che comporta il pregare per un credente, vogliono essere solo alcune indicazioni di aiuto per gli animatori. In questa ricerca ci lasceremo guidare da alcune indicazioni che Gesù stesso ha espresso durante la sua vita riguardo alla preghiera. Per uno studio più ordinato sul tema della preghiera rimando ad approfondimenti più sistematici.

I luoghi della preghiera

Nella tradizione cristiana non esiste un luogo unico dove il credente debba recarsi per rivolgersi a Dio. Gesù stesso, pur recandosi a pregare in Sinagoga per i momenti comunitari da buon ebreo, ha lasciato diverse indicazioni su quali possano essere i luoghi per la preghiera. A volte queste indicazioni sono legate a posti scelti direttamente da Gesù per i suoi momenti di incontro con il Padre, - *Quando ebbe congedato le folle, salì* ***sul monte****, in disparte, per pregare* (Mt14,23)

- *Ma Gesù si ritirava* ***in luoghi deserti*** *e pregava* (Gv 5,16)

altre volte sono indicazioni rivolte ad alcuni interlocutori.

- *Ma tu, quando vuoi pregare, entra* ***nella tua camera*** *e, serratone l'uscio, prega il Padre tuo che*

sta nel segreto, e il Padre tuo che vede nel segreto te ne darà la ricompensa. (Mt 6,6)

Da queste indicazioni possiamo dedurre che qualsiasi luogo può essere adatto per la preghiera. Dobbiamo però rilevare che i tre spazi riportati nei brani neotestamentari e cioè la propria camera, il monte e il deserto sono accomunati da una caratteristica molto importante, sono luoghi dove predomina il silenzio. Questo è sicuramente un aspetto molto importante quando si deve decidere in quale spazio trovarsi per la preghiera. Ma più che un luogo particolare è il silenzio stesso lo "spazio" in cui si può ascoltare la voce di Dio. Per questo è importante creare un clima adatto perché si possa cogliere che il tempo che sta per iniziare è un tempo "diverso" e che in quel momento la nostra relazione prende una "direzione verticale". Le modalità possono essere molto differenti: suonare uno strumento, accogliere le persone con alcuni canti, accogliere personalmente le famiglie. Spesso i bambini, pur in presenza dei genitori, tendono a raggrupparsi tra di loro e questo in genere comporta un po' di confusione, si può ovviare a questo chiedendo ai bambini di stare con i propri familiari e durante il momento della preghiera pensare ad un gesto che coinvolgerà tutta la famiglia.

I tempi della preghiera

Gesù proviene da una tradizione religiosa in cui si prega in momenti precisi della giornata: il mattino, il pomeriggio e la sera oltre naturalmente al momento dei pasti o prima di ogni atto di una certa importanza come ad esempio viaggiare, compire un precetto ecc.

- ***La mattina*** *dopo, molto presto, alzatosi uscì e si ritirò in un luogo solitario, ove rimase a pregare.* (Mc 1,35)

- *In quei giorni Gesù se ne andò sul monte a pregare e trascorse* ***la notte*** *intera pregando Dio* (Lc 6,12)

Ma i Vangeli ci riportano altri momenti in cui Gesù vive la preghiera e sovente sono momenti che esulano da quelli prefissati. Gesù prega in alcuni istanti particolarmente "forti" e importanti della sua esistenza, quando si trova a dover operare delle scelte significative. Ad esempio nel momento più difficile della sua esistenza quando accettò di donare totalmente la sua vita in un abbandono fiducioso al Padre e pregò così: - *Abbà, Padre! Tutto è possibile a te, allontana da me questo calice. Però non ciò che io voglio, ma ciò che vuoi tu* (Mc 14,36).

Oppure quando si trovò a dar da mangiare a molte persone che lo seguivano.-*Egli ordinò alla folla di adagiarsi sull'erba. Poi prese i cinque pani e i due pesci e, levati gli occhi al cielo,* ***recitò la preghiera di benedizione****, spezzò i pani e li diede ai discepoli e questi alla folla. (Mt 14,19)*

Ma i momenti in cui Gesù prega sono anche quelli in cui l'esperienze della vita lo aprono allo stupore e alla meraviglia per ciò che esse comportano, così un giorno pregò usando queste parole:

- *Ti benedico, o Padre, Signore del cielo e della terra, perché hai tenuto nascoste queste cose ai*

sapienti e agli intelligenti e le hai rivelate ai piccoli. Sì, o Padre, perché così è piaciuto a te. (Mt 11,25-26)

I tempi della preghiera possono essere quindi quelli classici dell'inizio o del termine dell'attività specialmente se si intende coinvolgere la famiglia, oppure, in occasioni particolari si possono sperimentare altri momenti per inserire la preghiera nell'attività, cercando di cogliere un momento particolarmente significativo della giornata, aiutando i ragazzi a vivere la preghiera come un dialogo aperto con Dio.

Le posizioni del corpo nella preghiera

La preghiera cristiana è principalmente una preghiera mentale. Se noi leggiamo attentamente alcuni passi dei vangeli scopriamo quanto Gesù abbia invece utilizzato nei suoi momenti di preghiera non solo il pensiero o la parola ma abbia espresso il suo dialogo con il Padre con tutto se stesso, anche con il corpo.

-*Poi si allontanò da loro alcuni passi e,* ***inginocchiatosi****, pregava (Lc 22,41)*

-*Quindi, portatosi un po' più avanti,* ***si gettò a terra*** *e pregava che, se fosse possibile, passasse da lui quell'ora. (Mc 14,35)*

-*E, scostatosi un poco,* ***cadde con la faccia a terra*** *e pregava dicendo: «Padre mio, se è possibile, passi da me questo calice. Però non come voglio io, ma come vuoi tu». (Mt 26,39)*

In questi passi evangelici troviamo indicazioni molto interessanti. Cogliamo la drammaticità del momento non solo attraverso le parole che Gesù esprime nella preghiera ma anche attraverso le diverse posizioni che assume il suo corpo. In Luca è *in ginocchio*, in Marco *si gettò a terra,* infine in Matteo *cadde con la faccia a terra.* Gesù nella preghiera che eleva al Padre esprime il suo dramma con tutto se stesso, con le parole e con il corpo.

Questo sembra che per Gesù sia abbastanza normale, infatti in una circostanza dice:

-*E quando pregate, non siate come gli ipocriti che amano pregare* ***stando ritti*** *nelle sinagoghe e negli angoli delle piazze, per farsi notare dagli uomini. In verità vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. (Mt 6,5). L*a posizione dello stare ritti quando si prega esprime, attraverso la posizione assunta, un atteggiamento interiore non positivo.

Nei momenti di animazione della preghiera è quindi importante cercare di coinvolgere i presenti attraverso una forma di celebrazione dove le persone esprimano la loro preghiera attraverso tutti i sensi. Questo è possibile utilizzando, oltre alle letture bibliche, o salmi e preghiere, dei gesti significativi che esprimano bene il contenuto della preghiera.[6]

[6] Alcuni esempi di celebrazioni con i ragazzi si possono trovare in: E. Bartolini-G.A.Conori-E.Danelli, *Narrare giocando"*, Effatà. Torino 2003. nel capitolo *Pregare con i sensi* pag. 74-88

Alcune caratteristiche della preghiera

La preghiera cristiana si esprime attraverso un atteggiamento di fiducia filiale

O credi che io non possa pregare il Padre mio che mandi subito in mia difesa più di dodici legioni di angeli? (Mt 26,53)

La preghiera non è ritualità esteriore, ma relazione personale che si traduce in stili di vita

Divorano le case delle vedove e fanno finta di pregare a lungo. Riceveranno una più dura condanna. (Mc 12,40)

La preghiera è innanzitutto ascolto

-Si è approssimata la fine di tutto; *siate dunque saggi e sobri* per poter pregare. Pregando, poi, *non sprecate parole* come i gentili, i quali credono di essere esauditi per la loro verbosità

La preghiera interpella: chiede ascolto ma anche risposte

Un giorno Gesù si trovava in un luogo isolato a pregare. I discepoli erano con lui ed egli fece loro questa domanda: «Chi sono io secondo la gente?». (Lc 9,18)

La preghiera apre ad un atteggiamento di condivisione

Circa otto giorni dopo questi discorsi, prese con sé Pietro, Giovanni e Giacomo, salì sul monte per pregare. (Lc 9,28)

Le forme della preghiera

La preghiera come benedizione

Prese i cinque *pani e i due pesci, levò gli occhi al cielo, pronunziò la benedizione (Mt 14,19)*

La preghiera come ringraziamento

E preso un calice, rese grazie e disse: «Prendetelo e distribuitelo tra voi, poiché vi dico: da questo momento non berrò più del frutto della vite, finché non venga il regno di Dio».
Poi, preso un pane, rese grazie, lo spezzò e lo diede loro dicendo: «Questo è il mio corpo che è dato per voi; fate questo in memoria di me (Lc 22,17-19).

La preghiera come domanda

Ma io ho pregato per te, perché non venga meno la tua fede (Lc 22,32)

Maestri nella preghiera

Un giorno Gesù andò in un luogo a pregare. Quando ebbe finito, uno dei discepoli gli disse: «Signore, insegnaci a pregare, come anche Giovanni ha insegnato ai suoi discepoli». (Lc 11,1)

Conclusione

Il padre guardava il suo bambino che cercava di spostare un vaso di fiori molto pesante.
Il piccolino si sforzava, sbuffava, brontolava, ma non riusciva a smuovere il vaso di un millimetro.
"Hai usato proprio tutte le tue forze?", gli chiese il padre.
"Sì", rispose il bambino.
"No", ribatté il padre, "perché non mi hai chiesto di aiutarti".
Pregare è usare tutte le nostre forze.

(Bruno Ferrero)