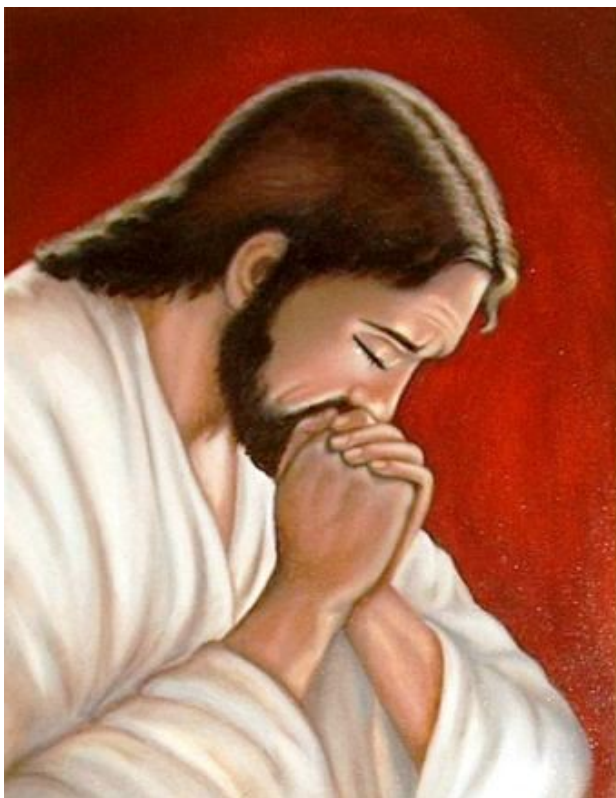


Parrocchia Santa Maria Annunziata alla Colonnella



*Gesù Maestro insegnaci a Pregare
Scuola di preghiera*

III. IMPARIAMO A PREGARE

29 ottobre 2015

VUOI SCOPRIRE LA PREGHIERA?

LA PREGHIERA DI ASCOLTO :

ASCOLTARE È AMARE !

“...MARTA,MARTA, TU TI PREOCCUPI E TI AGITI PER MOLTE COSE...MARIA SI È SCELTA LA PARTE MIGLIORE CHE NON LE SARÀ TOLTA !”. LUCA 10, 42

LA COSA MIGLIORE NON È CORRERE, AGITARSI, MA METTERSI IN SILENZIO, IN ASCOLTO.

1. SCOPRIRE LA VOLONTÀ DI DIO :

L'ASCOLTO È IMPARARE A CALARSI NELLA PROFONDITÀ DELLA NOSTRA COSCIENZA, CIOÈ NELLA PROFONDITÀ DELLA VOLONTÀ DI DIO SU DI NOI.

PREGHIERA DI ASCOLTO È :

“LA RICERCA UMILE E FIDUCIOSA DELLA VOLONTÀ DI DIO NEI NOSTRI PROBLEMI PERSONALI, A COMINCIARE DAI PROBLEMI PIÙ URGENTI !”.

2.GLI STRUMENTI PER CAPIRE LA VOLONTÀ DI DIO :

2.A :LA PAROLA DI DIO

- ! IMPLORARE SEMPRE LO SPIRITO SANTO
- ! LEGGERE PRIMA COL CUORE E POI CON GLI OCCHI.
- ! NON FRETTA, NÉ CURIOSITÀ O AVIDITÀ.
- ! ESSERE ONESTO CON LA PAROLA
- ! LEGGERE E RILEGGERE MOLTO UNA FRASE CHE COLPISCE.

2.B : LA VOCE DELLA COSCIENZA :

INTERROGA LA TUA COSCIENZA CON DOMANDE PRECISE !

- ! DIO È SEMPRE DALLA PARTE DEL BENE, DEL GIUSTO E DEL VERO.
- ! DIO NON AVVALLA MAI IL NOSTRO ORGOGLIO, LA VILTÀ, L'EGOISMO.

- ! DIO DICE COSE ANCHE SGRADITE, CONTRO VOLONTÀ, DIO PARLA ANCHE TACENDO.
- ! DIO PER COMUNICARE USA LA NOSTRA INTELLIGENZA, BUON SENSO, SENTIMENTO
- ! L'ASCOLTO DI CHI CI STA ACCANTO, DI PERSONE COMPETENTI E DI FEDE.
- ! PERÒ DIO È DELICATO E RISPETTOSO: "IO STO ALLA PORTA E BUSSO: SE QUALCUNO MI APRE, IO ENTRERÒ E CENERÒ CON LUI!" .AP 3,20

DIAMO A DIO LA GIOIA DI ASCOLTARLO !

1. IMPEGNO COSTANTE: UN'ASCOLTO NON A SPRAZZI, MA COSTANTE ;MA È FATICOSO SAPER ASCOLTARE SEMPRE ! COME SI FA ?

- ! **OCCORE FARSI VERITÀ !** PURIFICARCI, SCORTICARE L'ORGOGGIO, METTERCI DAVANTI ALLE NOSTRE MISERIE CON CORAGGIO ! ESSERE SCHIETTI !
PASSARE SOTTO L'ARCO DELLA VERITÀ : REGOLARE PRIMA I DEBITI CON DIO, AFFRONTARE I NOSTRI DISORDINI PERSONALI, PORTARE NELLA PREGHIERA OGNI TENSIONE E LITIGIO.

2. DIO PARLA : PER QUALI VIE ? 5 CANALI :

A. LA MENTE : DIO CI FA CAPIRE !

FA CAPIRE I PROBLEMI IN UNA LUCE NUOVA , FA CROLLARE LE ILLUSIONI.

PERÒ LA VOCE DI DIO NON TOGLIE LA PACE !

B. LA VOLONTÀ : DIO CI FA VOLERE !

SI SENTE CIÒ CHE SI DEVE FARE E SI HA UNA FORZA STRAORDINARIA PER FARLA !

C. LE EMOZIONI : DIO CI DÀ GIOIA , PACE PROFONDA, COMMOZIONE !

DIO SA TOCCARE LA NOSTRA SENSIBILITÀ E SE TALI MOMENTI FORTI CI PORTANO ALLA CARITÀ, PROVENGONO VERAMENTE DA DIO ! DIO PARLA PURE

ATTRAVERSO EMOZIONI TRISTI :SCONTENTEZZA ,
VUOTO, FREDEZZA, SENTIRE I PROPRI LIMITI....

D. L'IMMAGINAZIONE : L'IMMAGINAZIONE È UN DONO DI DIO!

L'IMMAGINAZIONE, TOCCA LA COSCIENZA ED INFLUENZA LE DECISIONI.

E. LA MEMORIA : DIO USA LA NOSTRA MEMORIA !

IL RICORDO DI FALLIMENTI O DI SUCCESSI, COSE VISTE O IMPARATE,CONSIGLI, NOSTALGIE O RIMORSI,TESTIMONIANZE AVUTE.

3. LA VOCE DIRETTA DI DIO : LA SACRA SCRITTURA.

PER CRESCERE NELL'ASCOLTO DI DIO È NECESSARIO PREGARE, OGNI GIORNO, FACENDO TUTTI I GIORNI LA PREGHIERA DI ASCOLTO !

DAL LIBRO DEL DEUTERONOMIO :

“ ASCOLTA , ISRAELE : IL SIGNORE È IL NOSTRO DIO, IL SIGNORE È UNO SOLO. TU AMERAI IL SIGNORE TUO DIO CON TUTTO IL CUORE, CON TUTTA L'ANIMA E CON TUTTE LE FORZE. QUESTI PRECETTI CHE OGGI TI DO TI STIANO FISSI NEL CUORE ; LI RIPETERAI AI TUOI FIGLI, NE PARLERAI QUANDO SARAI SEDUTO IN CASA TUA, QUANDO CAMMINERAI PER VIA, QUANDO TI CORICHERAI E QUANDO TI ALZERAI. TE LI LEGHERAI ALLA MANO COME UN SEGNO, TI SARANNO COME UN PENDAGLIO TRA GLI OCCHI, LI SCRIVERAI SUGLI STIPITI DELLA TUA CASA E SULLE TUE PORTE.” **PAROLA DI DIO.**

Maria, in segnaci a custodire, ad ascoltare, a ringraziare

Nel nostro cammino di preghiera, stiamo riflettendo e sperimentando il dono del silenzio come clima di ascolto. Arriveremo tra poco a parlare della preghiera di ringraziamento. E sempre vigilando che la preghiera non sia mai scollata dalla vita concreta. Ebbene, in Maria di Nazareth, abbiamo una maestra umile e straordinaria di tutto ciò! Maria, lo sappiamo, non dice molte parole, ma vive la preghiera e può prenderci per mano per

aiutarci a camminare con costanza e fiducia in una preghiera sempre nutrita dalla Parola di Dio e sempre collegata con la vita.

A questo punto è bello fermarci a riflettere sul ruolo di Maria nella nostra preghiera. Che cosa ha da insegnarci con la sua stessa vita di fede e di preghiera?

UN CHIARIMENTO IMPORTANTE

Tutta la preghiera cristiana è orientata a Dio, solo a Dio, sorgente di ogni bene. È preghiera di figli che con Gesù, in Gesù, per mezzo di Gesù, il Figlio, si rivolge con piena fiducia al Padre. Dunque, la grazia della nostra preghiera consiste nel partecipare alla preghiera stessa di Gesù: uniti a Gesù, guidati interiormente dal suo Spirito, ci apriamo con fiducia al Padre.

La liturgia esprime ad ogni passo questo orientamento filiale della preghiera. Pensiamo alla conclusione della preghiera eucaristica che il sacerdote proclama nella Messa:

“Per Cristo, con Cristo, in Cristo, a te Dio Padre Onnipotente, nell'unità dello Spirito Santo ogni onore e gloria per tutti i secoli dei secoli”.

Quando nella preghiera ci rivolgiamo a Maria Santissima o ai santi, non dimentichiamo affatto che la meta finale di ogni preghiera è sempre il cuore di Dio, Padre, Figlio, Spirito Santo. In nessun modo la preghiera a Maria è un percorso parallelo o alternativo alla preghiera rivolta a Dio. È fondamentale essere consapevoli che Maria è e rimane creatura, mentre Dio è l'unico *Creatore, Salvatore e Signore* di tutti. Salvatore e Signore anche di Maria, la quale lo riconosce con gioia, cantando:

“L'anima mia magnifica il Signore e il mio spirito esulta in Dio mio Salvatore” (Lc 1,46-47).

Maria è ben consapevole della sua piccolezza di creatura (*“Dio ha guardato all'umiltà della sua serva”*) che riceve tutto da Dio, suo Signore, ed esulta, piena di riconoscenza, nel sentirsi amata e scelta da lui per divenire madre.

È essenziale questo chiarimento: la preghiera di *adorazione*, di *pentimento*, di *lode*, di *ascolto*, di *supplica* è destinata a Dio, solo a Dio. E tuttavia noi non siamo ‘isole’ nel nostro rapporto con Dio: siamo in comunione tra noi, con i santi, con Maria. Per questo è un dono prezioso l'aiuto che possiamo ricevere dalla preghiera di Maria nel nostro cammino di fede. Pregando Maria sappiamo

però che ci lasciamo prendere per mano da lei per pregare insieme Dio. La preghiera non si ferma mai a Maria, perché anche lei è interamente orientata a Dio. Lo esprime bene la seconda parte dell'Ave Maria:

“Santa Maria, madre di Dio, prega per noi...”.

Maria ci rimanda sempre a Dio, suo e nostro unico Signore.

ALLA SCUOLA DI MARIA: ATTEGGIAMENTI DI PREGHIERA

Nel Nuovo Testamento non sono molti i passi che ci parlano di Maria, ma sono sufficienti e sono pagine meravigliose che ci comunicano una grande ricchezza. Impariamo a scavare queste pagine e perché diventino sempre più il clima per la nostra preghiera e il nostro culto a Maria.

Il terreno della Parola di Dio è sempre la roccia sicura che ci difende da deviazioni basate su sentimentalismi, sete di visioni, e chiusure mentali. Cerchiamo invece in Maria i veri atteggiamenti della preghiera. Lasciamoci istruire da lei e imploriamo la sua intercessione perché questi atteggiamenti mettano radici profonde in noi.

SILENZIO CHE CUSTODISCE E RIFLETTE

Luca delinea questo atteggiamento con pochissime parole, in due momenti precisi. Il primo a Betlemme, alla nascita di Gesù dopo che i pastori, svegliati dal canto degli Angeli, sono venuti a vedere il *neonato-Salvatore*, alla grotta. E riferiscono a Maria l'annuncio ricevuto dagli Angeli. Di fronte a questo annuncio che prolunga quello ricevuto da lei a Nazareth, nove mesi prima, Luca annota che: *“Maria, da parte sua, serbava tutte queste cose, meditandole nel suo cuore”* (Lc 2,19).

Il secondo è collocato dodici anni dopo. È significativo perché lascia intuire che questo atteggiamento è qualcosa di stabile, di radicato, è un modo di essere per Maria. Gesù è rimasto a Gerusalemme in uno dei pellegrinaggi della famiglia di Nazareth. Ore di ricerca e di angoscia per Maria e Giuseppe, finalmente eccolo al Tempio, e la sua risposta sorprendente:

“Perché mi cercavate? Non sapevate che io devo occuparmi delle cose del Padre mio?” (Lc 2,49).

Ed essi non compresero - tornarono a Nazareth - e qui Luca osserva:

"Maria serbava tutte queste cose nel suo cuore" (Lc 2,51).

Questo è il vero silenzio. Un silenzio pieno, fecondo. Non è semplice assenza di rumore, né qualcosa di vuoto. Il cuore di Maria è attivo, è pienezza, è un 'laboratorio di fede' (espressione di Giovanni Paolo II), di amore, di pazienza. Mette in relazione le promesse di Dio, gli avvenimenti, le parole che ascolta dalle persone mosse dallo Spirito... e così, un passo dopo l'altro, riceve luce per aderire a Dio e affidarsi a lui.

Alcune cose non può comprenderle ora, ma è fiduciosa: intuisce che capirà, vivendo e affidandosi a Dio. Il 'custodire' di Maria è un silenzio che fa memoria e che continua a rimanere in ascolto.

Che cosa può insegnarci il "custodire" di Maria?

Il mese scorso ci siamo fermati a riflettere sull'importanza di coltivare, nella nostra giornata, un clima che metta un po' di ordine dentro di noi, per non essere coinvolti e travolti da ritmi agitati, immagini, rumori, sensazioni... che respiriamo 24 ore su 24. Non si tratta di evadere in spazi artificiali, ma di mantenere una libertà e una indipendenza di riflessione e di scelte. Nessuno mi costringe a parlare in modo volgare né a bruciare ore e ore alla televisione o al computer. Dipende dalla mia capacità di gestire la libertà.

Il "**custodire**" di Maria ci insegna a scegliere la profondità per saper vivere le cose e non lasciarci vivere dalle cose. Ci indica un sentiero di vera sapienza: far tesoro di quello che viviamo, per imparare dalla vita, per maturare vivendo. È così facile, anche oggi (ma già ieri)... fare tante esperienze, ma gettandocene subito alle spalle... per passare ad altro. In questo modo non ci arricchiamo del vissuto... e possiamo anche rimanere infantili per tutta la vita.

Non è il fare molte esperienze che ci rende più ricchi; è il **far tesoro**, cioè l'assimilare questa o quella esperienza che ci fa andare in profondità e ci matura. Solo così la vita diventa formativa, se il vissuto diventa carne e sangue di me, mi allarga la mente e il cuore, mi affina i sentimenti, mi rende capace di nuove decisioni che mi fanno andare avanti e gustare la vita.

Noi comprendiamo che per fare questo abbiamo bisogno, tutti, di trovare spazi di silenzio e di preghiera... per prendere tra le mani la nostra giornata e rivederla alla luce di Dio con una preghiera che diventa così un vero custodire il meglio di noi stessi, delle persone, degli avvenimenti.

ASCOLTO SAGGIO PER ADERIRE A DIO

Nella pagina di San Luca sull'Annunciazione (Lc 1,26-38), rimaniamo ammirati di fronte all'ascolto di Maria che riceve il messaggio assolutamente eccezionale dell'angelo. Non ci sfuggano queste due espressioni:

"Maria rimase turbata e si domandava che senso avesse un tale saluto" (Lc 1,29).

"Maria disse all'angelo: come è possibile? Non conosco uomo" (Lc 1,34).

Maria entra in dialogo con l'angelo, piena di fede e totalmente aperta al disegno di Dio. Ma la sua fede e la sua apertura sono profondamente umane, non sono un'adesione cieca che rinuncia a cogliere il senso di quello che sta accadendo. Maria impegna anche la sua intelligenza credente, si fa delle domande, e manifesta all'angelo il suo bisogno di comprendere. Non dubita di Dio e non pretende di avere chiarezza su tutta la sua vita. Maria ha bisogno di luce sul primo passo per un'adesione totale e consapevole, cioè veramente umana. E l'angelo risponde prontamente alle domande di Maria:

"Lo Spirito Santo scenderà su di te... colui che nascerà sarà dunque Santo e chiamato Figlio di Dio. Vedi: anche Elisabetta, tua parente, nella sua vecchiaia ha concepito un figlio... nulla è impossibile a Dio..." (Lc 1,35-37).

C'è luce sufficiente per Maria; donna di fede, sa che il suo Dio da sempre è il Dio che opera meraviglie. Ora Elisabetta sta sperimentando una di queste meraviglie e lei la potrà incontrare. Maria crede. Noi ci incantiamo di fronte alla sua fede che diventa adesione di tutta se stessa alla Parola:

"Eccomi, sono la serva del Signore, avvenga di me quello che hai detto" (Lc 1,38).

Questo è il vero ascolto, vissuto con la mente e il cuore in un affidamento che coinvolge tutta la vita di Maria. Per questo Maria è la perfetta discepola che diventa la madre di Gesù. Può

diventare anche il nostro specchio di ascolto ogni volta che apriamo la Parola di Dio.

Maria ci insegna ad andare alla Parola di Dio, partendo da quello che stiamo vivendo, da quello che siamo, con le domande, le paure, i desideri che portiamo in cuore.

Maria sta vivendo a Nazareth una vita ordinaria, come le ragazze ebrae, sue coetanee, di 2000 anni fa. È promessa sposa, cioè fidanzata con Giuseppe e ha in cuore dei sogni, delle speranze... una bella famiglia, dei figli. L'angelo la raggiunge proprio là, nel cuore del suo ordinario. Maria ascolta ed entra in dialogo, con delle domande. Riceve luce... ed è pronta a mettere in gioco la sua vita: Dio allarga i suoi desideri e il suo sogno. Il Figlio che nascerà da lei supererà tutte le attese e i sogni che una donna può avere per la sua maternità.

Impariamo l'ascolto da Maria: tutti abbiamo in cuore dei sogni, piccoli e grandi, attese, domande. Sorgono dalla vita di ogni giorno e dal nostro cuore. Quando ci fermiamo a pregare e prendiamo in mano la Parola di Dio, prendiamo anche sempre in mano qualcosa del nostro vivere concreto. Imploriamo lo Spirito per presentare a lui le nostre domande... con semplicità e fiducia. A volte rimarremo stupiti della luce che la Parola sa effondere su di noi. Non sempre nel momento della preghiera... anche in altri momenti, attraverso un incontro, una parola, un'intuizione inaspettata.

Impareremo così a pregare con i due libri sacri: la Bibbia e la nostra vita. "Mescolando" le pagine di questi due libri, lo Spirito Santo ci rende veri amici di Gesù, discepoli, come Maria, sua madre.

Il difficile di questo ascolto, bisogna dirlo, è la disponibilità a lasciarci interpellare dalla luce della Parola di Dio. Il metterci in gioco, il dare fiducia per aderire. A differenza di Maria noi siamo appesantiti dalla debolezza e dalle nostre abitudini di peccato. La Parola di Dio ci scomoda, mette allo scoperto la nostra miseria... ma è sempre **parola di salvezza, di perdono e di liberazione.**

Se troviamo il coraggio di lasciarla operare, esploreremo ogni giorno il gusto della vera libertà. Maria che canta il magnificat è lo specchio della libertà, frutto di adesione alla Parola di Dio.

RICONOSCENZA: IL CLIMA DELLA FEDE DI MARIA

Il magnificat è la fede di Maria che diventa preghiera e canto di lode. In casa della parente Elisabetta ha sentito rivolta a sé la beatitudine, regina di tutte le beatitudini evangeliche:

"Beata colei che ha creduto nell'adempimento delle parole del Signore" (Lc 1,45) e il suo cuore trabocca di gratitudine nel canto del magnificat. Solo chi crede e fa esperienza che Dio opera meraviglie di salvezza diventa capace di cantare "grazie". Il cuore che fa esperienza di Dio non può tacere, l'amore genera il canto.

Maria non ha cantato una sola volta il magnificat: in questo meraviglioso inno è racchiuso il clima del cuore e della vita di Maria. Certamente, ha vissuto anche lei momenti duri e dolorosi nel suo cammino di fede (e non solo al momento della crocifissione di Gesù), ma la sua vita tutta incentrata su Dio è stata segnata dalla gratuità e dalla riconoscenza.

A volte la riconoscenza di Maria era un custodire con fiducia parole di Dio e le situazioni vissute, altre volte era invocare umilmente l'aiuto di Dio per sé e per gli altri, altre ancora diventava gioia e canto di lode. Solo una vita totalmente aperta a Dio, docile alla sua opera, si riempie di riconoscenza. Chi gira intorno a se stesso, difficilmente canta. È bella questa preghiera mariana che ci viene offerta dalla liturgia:

"O Dio, Padre del Signore Gesù Cristo, guarda alla vergine Maria, la cui esistenza terrena fu tutta sotto il segno della gratuità e della riconoscenza; concedi anche a noi il dono della preghiera continua e del silenzio, perché tutto il nostro vivere quotidiano sia trasfigurato dalla presenza del tuo Spirito Santo".

Sulla preghiera di riconoscenza ci fermeremo a riflettere in una delle prossime scuole di preghiera. È una dimensione talmente importante della preghiera cristiana che meriterebbe più incontri. Anche perché l'ingratitude è un male che in qualche misura ci riguarda tutti. Cominciamo fin d'ora a chiedere a Maria che ci dia una mano nel nostro cammino.

Ringraziare è la preghiera dei poveri e degli umili, di coloro che sanno ricevere e saranno donare. È la preghiera di chi sente il bisogno di Dio e degli altri, è la preghiera che coltiva la fede e la gioia profonda.

Indicazioni concrete per il mese

- ! A questo punto è bene che ognuno si chieda con responsabilità:
Ho già trovato lo spazio quotidiano per fermarmi in silenzio con il Signore?
Qual è il luogo concretamente più adatto per me?
Ricorda che il dono della preghiera ha bisogno di condizioni concrete per mettere radici nella tua vita. Chi è troppo spiritualista rischia di smarrire nelle nuvole i suoi bei desideri.
- ! Anche i segni, i gesti, l'atteggiamento esterno... hanno una loro importanza per educare il cuore alla preghiera. Un segno di croce fatto in modo attento, una prostrazione consapevole, il baciare la Bibbia prima di aprirla, ecc... hanno una efficacia sul nostro mondo interiore, se li sappiamo vivere con autenticità.
Educiamoci, per esempio, a non entrare in chiesa in modo superficiale e banale! La presenza viva di Cristo nell'Eucaristia è qualcosa di straordinario... quanto abbiamo bisogno di scoprire il senso del mistero di Dio che è vicino, è tra noi... ma è Dio in tutta la sua trascendenza!
- ! Lo Spirito Santo presente in te attende la tua attenzione gioiosa e fiduciosa. Invocalo, affidati, lasciati guidare da lui sia per leggere il libro della tua vita, e sia per ascoltare la Parola di Dio.
- ! Passa in esame la tua giornata e chiediti: come il Signore mi ha parlato... in qualche incontro o avvenimento. Poni delle domande concrete al Signore "Perché quella amicizia mi turba?" "Perché quell'iniziativa mi affascina così fortemente?" "Come mai quella parola mi ha offeso..?" ecc. ecc...
- ! Con queste domande aperte... prendi la Bibbia e mettiti in umile ascolto. Cerca di ascoltare prima di tutto l'amore di Dio che ti viene incontro per offrirti comunione e salvezza.
- ! Abituati a non dimenticare in fretta le cose più significative che vivi: fermati a ringraziare con tutto il cuore. Impara a custodire e a far tesoro del tuo vissuto.

DOMANDE PER LA REVISIONE DI VITA

- 1 Per te, Maria Santissima è una presenza importante oppure no?
Hai con lei un rapporto affettuoso?
- 2 Qual'è, nel Vangelo, il passo che ti affascina di più riguardo a Maria?
- 3 Sei portato a riflettere sulle cose che vivi... o la tua tendenza è di guardare sempre in avanti verso il futuro?
- 4 Hai provato in questo mese a mettere un po' di ordine e di silenzio nelle tue giornate