



IV INCONTRO: LA PREGHIERA II

Abbiamo iniziato il nostro itinerario sulla preghiera, che oggi concludiamo; l'intento infatti non è quello di capire subito tutto della preghiera, ma di entrare nello stile dell'ADO nella preghiera della comunità cristiana.

È bello vedere come qualcuno di voi si stia mettendo in gioco, è altrettanto bello vedere un adolescente che ci mette del suo per imparare a pregare "da grande": più ci si mette in gioco e più si diventa grandi! Questa regola credo e spero tu la stia imparando non solo qui.

Cominciamo con un sondaggio, semplice ma utile:

1. preghiera personale e preghiera comunitaria:

- ☐ sono due cose completamente diverse;
- ☐ sono la stessa cosa;
- ☐ c'è qualche diversità ma c'è molta somiglianza.

2. preghiera personale e Messa:

- ☐ per me non cambia nulla;
- ☐ ci sono tante cose che cambiano;
- ☐ cambia tutto;

3. nella preghiera:

- ☐ c'entra solo la mente ed il sentimento, il resto è praticamente cosa morta;
- ☐ c'entra solo la mente e la parola;
- ☐ nella preghiera interviene sia il cuore, che la mente, che il corpo;

4. la liturgia Eucaristica:

- ☐ è cosa che si deve fare per forza, ma non ho capito il perché;
- ☐ è una cosa importante e allora la voglio fare;
- ☐ è un incontro fondamentale

5. di solito quando prego uso questi linguaggi:

- | | |
|---|---|
| ☐ verbale; | ☐ mimico/articolare; |
| ☐ corporeo; | ☐ non verbale; |
| ☐ mimico/facciale; | ☐ uso il linguaggio del sonno. |

6. a Messa, durante la liturgia, vengono usati i seguenti linguaggi:

- | | |
|----------------------------------|-------------------------------------|
| ☐ verbale | ☐ poetico |
| ☐ canoro | ☐ parenetico |


☐ epicletico

☐ corporeo

☐ preambolico

☐ non verbale

Da quanto abbiamo potuto capire ci sono diversi linguaggi nella preghiera. Tre sono quelli che oggi siamo chiamati a guardare più da vicino, in modo da poterli capire meglio e da poterli far diventare nostri. che bello sarebbe se ogni adolescente imparando i linguaggi della preghiera, attraverso il suo stile di orazione sia di esempio per i più piccoli nella celebrazione Eucaristica, nella preghiera comune e nella preghiera personale!

I linguaggi della preghiera:

1. IL LINGUAGGIO VERBALE:

E' un linguaggio molto usato nella preghiera sia essa liturgica, comunitaria o personale. Ma perché pregare con la parola? Perché esprimere attraverso il linguaggio verbale una preghiera? Non basta pensare con la mente oppure stare in silenzio lasciando che sia solo il cuore a parlare direttamente con Dio?

La preghiera verbale unifica molto, prova a pensare una messa dove il prete non dicesse nulla, facendo solo dei gesti e dove la gente – muta come un pesce – prega da sola guardando al prete. Mancherebbe un aspetto importante della preghiera liturgica. Oppure prova a pensare ad una preghiera del gruppo adolescenti, dove si sta soltanto zitti: non sarebbe preghiera comune, e se fosse tale, mancherebbe di un aspetto importante, quello della comunità.

La parola permette di unificare molto l'attenzione verso un unico oggetto, verso un'unica intenzione, verso un'unica necessità. Ma la parola permette anche di scoprire un ulteriore aspetto, molto importante per noi cristiani, che è quello dell'ecclesialità.

Questa parola deriva da ECCLESIA, che tradotta significa esattamente CHIESA. ogni risposta che diciamo durante la messa, ogni parola che ascoltiamo dal prete o dal lettore, ogni frase che viene detta da tutti o dal singolo, nella liturgia, continua dire a ciascuno che davanti al Signore non siamo tanti singoli che si sono riuniti in un unico luogo per puro caso, ma piuttosto che siamo una unità. Questo concetto se vogliamo dirlo con le parole di S. Paolo, lo possiamo ridefinire così: durante la celebrazione liturgica ognuno di noi, proprio grazie al linguaggio verbale, si educa a percepirsi come membra di un unico corpo, quello del Signore. La celebrazione eucaristica, e la liturgia più in generale, non sono allora solo un momento dove il singolo soggetto si trova per pregare ma sono il momento che viene donato dal Signore per poter riscoprire l'unità di vita tra i fratelli e con il Signore stesso.

2. IL LINGUAGGIO CORPOREO:

può sembrare strano che nella preghiera si parli di linguaggio corporeo; di solito il corpo è fermo o quasi e poi nella nostra concezione occidentale, la preghiera è qualcosa che viene relegato alla sfera mentale, sentimentale ed emozionale. Eppure il corpo c'entra molto. Tu puoi certamente pensare qualche cosa, ma soltanto perché hai avuto delle percezioni corporee. Se una persona ti saluta o ti guarda, tu hai delle



reazioni corporee; infatti, se per esempio una ragazza guarda un ragazzo, può essere che quest'ultimo resti impassibile allo sguardo, ma è molto più probabile che abbia una reazione a livello corporeo (la quale può essere sia positiva che negativa).

In quanto persone corporee, non possiamo pensarci senza di esso. Il corpo è allora il luogo dell'espressione di quanto viviamo sia attivamente che passivamente.

Ma cosa significa tutto questo con la preghiera? La liturgia si vive con il proprio corpo, la preghiera liturgica e non devono allora integrare anche l'aspetto corporeo. Proviamo allora fare qualche esempio per capirci meglio:

- tante volte quando si va in chiesa, la prima cosa che si fa è trovare il posto il più lontano possibile dall'altare, dal luogo dell'incontro con il Signore, e più vicino alla porta di uscita. La seconda cosa è il trovare una sedia dove poter poggiare gli arti inferiori, la terza cosa... è o pensare a ciò che vogliamo noi, oppure rilassarci così tanto da addormentarci.
- Tante altre volte, durante la celebrazione liturgica, sembra di essere di fronte ad una marea di colonne da chiesa, non di persone.

Il corpo proprio perché espressione di quanto si sta vivendo, deve partecipare alla preghiera tanto quanto la mente ed il cuore.

Compiere alcuni gesti come il segno della croce ed una genuflessione (che però va fatta bene!), il mettersi in ginocchio qualche momento come inizio della preghiera, il guardare per qualche istante il tabernacolo appena entrati, sono tutti gesti che aiutano ad introdurci alla preghiera. Il luogo che si è varcato non la sala di attesa del treno e neanche il bar dell'oratorio, è il luogo dell'incontro con il Signore. Lo riprenderemo questo discorso, ma è importante che da subito tu cominci a domandarti: dove metto il mio corpo mentre prego? In quale modo posso far sì che la mia preghiera sia sempre di più una preghiera anche corporea? A quali gesti mi devo educare?

3. LA PREGHIERA SILENZIOSA:

Tante volte si entra in chiesa e c'è qualcuno che prega in silenzio, ma c'è sempre qualcuno che deve per forza di cose pregare dicendo parole e, se non dice formule per pregare, parla con il vicino o la vicina altrimenti... non sa cosa fare. Tante altre volte succede che non si entri neanche in chiesa perché non si sa cosa pensare o... cosa dire! Prova a pensare, magari è capitato anche a te di far fatica a fare silenzio, magari ti sta capitando proprio in questo periodo della vita: non sei capace di fare silenzio, addirittura cerchi di eliminare i tempi di silenzio perché questi ti fanno paura.

Il silenzio fa paura perché è nel silenzio che ci si trova di fronte a se stessi, di fronte al proprio limite, il silenzio ci porta a riflettere su quanto abbiamo vissuto o su quanto stiamo facendo di bene e/o di male. Ecco che, allora, si cerca di eliminare il più possibile il silenzio dalla nostra vita.

Il silenzio, nella preghiera, però è il modo migliore per poter incontrare il Signore. Lo stare in silenzio nella preghiera liturgica poi, permette a ciascuno di riconoscere che il centro non sono io e neanche il gruppo di persone che si è trovato per pregare, il centro è il Signore che si sta consegnando nella sua Pasqua, attraverso la celebrazione Eucaristica o la preghiera liturgica in atto. È un atto di umiltà quello del silenzio, che



educa chi lo vive a lasciare il posto principale al Signore. Ecco che allora il silenzio, così descritto non è creare vuoto per percepire vuoto, ma predisporre ad un incontro ed in modo particolare predisporre a quell'incontro così importante: quello dove il Signore si consegna nelle nostre mani, nelle tue mani, per essere crocifisso e per morire per te. Se ci rendessimo conto realmente di quanto il Signore ci dona mentre celebriamo l'Eucaristia o mentre compiamo un atto liturgico, le nostre chiese risuonerebbero soltanto degli amen e poi vivrebbero di un silenzio attento e vibrante: il silenzio del credente che contempla il dono d'amore del Signore per lui.

Di quanto abbiamo detto tu cosa ne pensi?

Come stai vivendo questi tre aspetti della preghiera?

Prova a trovare un atteggiamento per ogni modalità di preghiera, su cui esercitarti.

Buona settimana.

Prima di lasciarci... **RICORDA CHE:**

1. domenica è la **giornata missionaria**, le offerte delle messe saranno devolute per le missioni, condividi i tuoi beni con coloro che sono più disagiati!
2. ci sono da fare alcuni **LAVORI DI CONCETTO** in oratorio, dopo la festa di S. Giuliano. Dai la tua disponibilità.
3. si avvicina l'avvento, non iniziarlo senza una buona **CONFESSIONE**.
4. sono aperte da tempo le iscrizioni alla **VACANZA INVERNALE**, affrettati perché i posti diminuiscono.
5. con la prima domenica di avvento iniziano anche **i ritiri** dei ragazzi dell'IC, dai la tua disponibilità per le diverse animazioni.