

AVVENTO 2024 – PELLEGRINI IN PREGHIERA

Omelia - Mt 10,1-6

I dodici apostoli chiamati da Gesù rappresentano ciascuno di noi.

Giuda è l'ultimo dell'elenco, e Simone il primo, ma sono accomunati dal tradimento, dal peccato.

Giuda è "colui che lo tradì", ma anche Simone non è stato sempre fedele, ha avuto paura di confessare la sua fede. In ciascuno di noi c'è un po' di Pietro e un po' di Giuda: Gesù chiama tutti gli uomini nella loro fragilità, non i perfetti.

"Rivolgetevi piuttosto alle pecore perdute della casa di Israele": anche noi siamo pecore perdute!

Vogliamo contemplare la consolazione che dovrebbe abitare nel nostro cuore: sono stato chiamato alla mensa del Signore anche col mio peccato, perché Gesù è venuto a salvare, non a condannare. Davanti al Signore sentiamoci a casa nostra.

1 - CHE COSA E' LA PREGHIERA

La preghiera è caratteristica di ogni ritiro.

Papa Francesco ci ha invitato a prepararci per il Giubileo 2025 con un anno dedicato alla preghiera, per 'riscoprire il grande valore e l'assoluto bisogno della preghiera nella vita personale, nella vita della Chiesa e del mondo'.

Tutti siamo chiamati a pregare, non è un'esperienza facoltativa!

Ma oggi si prega ancora? Cos'è la preghiera per gli uomini?

In Italia solo l'8-10% frequenta la Chiesa: solo questi pregano? No, la preghiera è esigenza per tutti gli uomini, infatti sono tante le persone che vanno nei conventi per passare momenti di meditazione e silenzio. La preghiera viene sentita come un bisogno da tanta gente.

Ciascuno ha un suo modo di pregare, è una cosa personale, intima. Entriamo in questo clima, in questo mondo misterioso di ciascuno, perché ciascuno ha un suo modo di pregare. Nessuno si senta giudicato se non vive la preghiera come viene presentata, ma potrebbe trovare stimoli, arricchimenti, conferme, indicazioni per migliorare, perché la preghiera è un mistero, un'esperienza sempre in evoluzione. E' legata ai momenti della nostra vita, buoni e meno buoni. Può essere intercessione, lode, ringraziamento, rabbia...

Chiediamolo come dono: "Signore, insegnaci a pregare!".

Da sempre uomini e donne si sono rivolti a Dio come Essere Supremo, dandogli nomi diversi.

Perché tutti gli uomini pregano? E' la risposta che sale dal cuore quando l'uomo si mette di fronte alla verità del suo essere, o davanti alle bellezze della natura, o in un momento di solitudine, o all'ascolto di una musica che ci astraе dalla realtà... La preghiera è la risposta a qualcosa che sta fuori di noi, ci fa dire grazie, ci fa chiedere da dove vengono bene e male.

Quando nella nostra vita abbiamo veramente pregato?

Non devi estraniarti dal mondo per pregare, perché la preghiera è parte della vita.

Quali sono le condizioni per pregare? Come ci si educa alla preghiera?

- La preghiera è spontanea, ma cerco di favorirne le condizioni: silenzio, calma del cuore, intelligenza libera... Chi sono io? Di cosa ho bisogno?
- Ascoltare il Signore: è lo Spirito Santo che prega in noi. Cerchiamo dentro di noi la voce misteriosa dello Spirito. Il silenzio dà la possibilità allo Spirito di suggerire le parole giuste
- Creare pace e serenità dentro di noi. Prego quando c'è distensione fuori e dentro di me

Quali sono gli atteggiamenti per poter pregare?

- Ciascuno ha la sua situazione, data dalla posizione del corpo. Esprimo col corpo la mia preghiera: braccia alzate, mani giunte, in ginocchio per adorare, seduto per accogliere la sua volontà...
Il gesto del corpo dice quello che vuoi esprimere al Signore.
- Invocazione del cuore, un grido: cosa diresti al Signore in questo momento? "Abbi pietà di me, non sono degno perché ho fatto quello che non dovevo" / "Non ce la faccio più, questa settimana è andato tutto male" / "Signore, vieni ad aiutarmi, dammi un po' di sollievo" / ...
- Quale immagine di Dio ti è più comune? Quando preghi cerca di capire chi hai davanti, a quale immagine di Dio ti rivolgi, a quale aspetto di Dio sei più vicino. Dio è bontà, misericordia, giustizia...
A partire dalla tua immagine di Dio la preghiera assume diverse qualità.

- Ingresso in preghiera: come entriamo in chiesa? A cosa pensiamo durante il tragitto da casa?
Dobbiamo preparare la preghiera con qualche momento di silenzio, per metterci alla presenza del Signore facendo tacere pensieri e preoccupazioni.
Leggendo prima le letture ci prepariamo meglio a sentire la spiegazione della Parola.
Creiamo in casa un 'angolo bello' con un'icona e una candela, in cui raccogliersi.
- Ritmo della preghiera: ciascuno ha il suo, determinato da capacità, impegni, forze, tempo.
Non esiste 'l'ideale', esiste 'il reale', quello che riusciamo a fare senza sentirci in colpa.

Quali sono le difficoltà della preghiera?

- 1) Distrazioni: è inevitabile che ci siano, ma non devono essere motivo per scoraggiarsi. Devo trasformare le distrazioni in motivo di preghiera: prego per quella situazione, per quella persona, così le distrazioni rendono ricca la preghiera.
- 2) Aridità del cuore: anche le relazioni tra le persone hanno momenti di aridità, di sali-scendi. Non senti niente, ma sai che il Signore c'è, così come fai nei confronti di marito, moglie, amici.
'Fatti sentire, Signore, mandami il tuo Spirito!'
- 3) Il diavolo ci allontana da Dio, e la preghiera diventa una prova, una tentazione. Ti vengono in mente tante ragioni per non pregare perché hai altro da fare: allora la preghiera diventa una prova. Ci sono tante cose importanti, ma poche necessarie, e la preghiera è una delle cose necessarie: non diamola vinta al demonio.

Su queste tre cose possiamo resistere e vincere nella vita spirituale.

Domande per la preghiera e la riflessione:

lo come prego?

Qual è la difficoltà della mia preghiera?

Ciascuno lasci esprimere il suo cuore per vivere un bel momento di preghiera.