

# Signore, insegnaci a pregare!

Lectio divina: l'ASCOLTO

**G.** *"Pregate, pregate sempre senza stancarvi"*, ci dice Cristo. È molto utile per noi meditare su questa insistenza di Gesù. Da una parte comprenderemo meglio la necessità della preghiera, dall'altra vedremo quali devono essere le sue qualità perché sia gradita a Dio ed esaudita.

Fratelli e sorelle, preghiamo perché il Signore ci conceda il dono di saper pregare.

**G.** Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo. **T.** *Amen*

## Canto

### Preghiera allo Spirito Santo

(di S. Teresa D'Avila)

O Spirito Santo,

sei tu che unisci la mia anima a Dio:

muovila con ardenti desideri e accendila con il fuoco del tuo amore.

Quanto sei buono con me, o Spirito Santo di Dio:

sii per sempre lodato e Benedetto

per il grande amore che effondi su di me!

O Spirito Santo, concedi all'anima mia

di essere tutta di Dio e di servirlo senza alcun interesse personale,

ma solo perché è Padre mio e mi ama.

Mio Dio e mio tutto, c'è forse qualche altra cosa che io possa desiderare?

Tu solo mi basti. AMEN.

**G.** La vita del discepolo che si pone in ascolto del Signore trova nella preghiera che Gesù ha insegnato, il modello del suo dialogo con il Padre: il discepolo chiede a Dio di realizzare il suo regno e di esserne partecipe attraverso il perdono ricevuto e concesso.

*Dal Vangelo secondo Luca 11,1-13*

Gesù si trovava in un luogo a pregare; quando ebbe finito, uno dei suoi discepoli gli disse: «Signore, insegnaci a pregare, come anche Giovanni ha insegnato ai suoi discepoli». Ed egli disse loro: «Quando pregate, dite:

“Padre, sia santificato il tuo nome,

venga il tuo regno;

dacci ogni giorno il nostro pane quotidiano,

e perdona a noi i nostri peccati,

anche noi infatti perdoniamo a ogni nostro debitore,

e non abbandonarci alla tentazione”».

Poi disse loro: «Se uno di voi ha un amico e a mezzanotte va da lui a dirgli: “Amico, prestami tre pani, perché è giunto da me un amico da un viaggio e non ho nulla da offrirgli”; e se quello dall'interno gli risponde: “Non m'importuna, la porta è già chiusa, io e i miei bambini siamo a letto, non posso alzarmi per darti i pani”, vi dico che, anche se non si alzerà a darglieli perché è suo amico, almeno per la sua invadenza si alzerà a dargliene quanti gliene occorrono.

Ebbene, io vi dico: chiedete e vi sarà dato, cercate e troverete, bussate e vi sarà aperto. Perché chiunque chiede riceve e chi cerca trova e a chi bussa sarà aperto.

Quale padre tra voi, se il figlio gli chiede un pesce, gli darà una serpe al posto del pesce? O se gli chiede un uovo, gli darà uno scorpione? Se voi dunque, che siete cattivi, sapete dare cose buone ai vostri figli, quanto più il Padre vostro del cielo darà lo Spirito Santo a quelli che glielo chiedono!».

*[Rileggiamo ora in silenzio il brano appena ascoltato]*

## **Canto: Padre mio**

### «Signore, insegnaci a pregare»

I discepoli vedevano come Gesù pregava. Erano colpiti soprattutto dal modo caratteristico con cui si rivolgeva a Dio: lo chiamava "Padre". Altri prima di lui avevano chiamato Dio con questo stesso nome, ma quella parola, sulla bocca di Gesù, parlava di una intima reciproca conoscenza tra lui e il Padre, nuova e unica, di un amore e di una vita che li legava entrambi in una incomparabile unità.

I discepoli avrebbero voluto sperimentare quello stesso rapporto con Dio, così vivo e profondo che vedevano nel loro Maestro. Volevano pregare come lui pregava; per questo gli chiesero:

### «Signore, insegnaci a pregare»

Gesù più volte aveva parlato ai suoi discepoli del Padre, ma ora, rispondendo alla loro domanda, ci rivela che il Padre suo è anche Padre nostro: anche noi, come lui, tramite lo Spirito Santo, possiamo chiamarlo "Padre". Egli, insegnandoci a dire "Padre", rivela a noi stessi che siamo figli di Dio e ci fa prendere coscienza che siamo fratelli e sorelle tra di noi. Fratello accanto a noi, ci introduce nel suo stesso rapporto con Dio, orienta la nostra vita verso Lui, ci introduce nel seno della Trinità, ci fa diventare sempre più uno tra di noi.

### «Signore, insegnaci a pregare»

Gesù insegna non soltanto a rivolgersi al Padre, ma anche cosa domandargli.

Che sia santificato il suo nome e venga il suo regno: che Dio si lasci conoscere e amare da noi e da tutti; che entri in modo definitivo nella nostra storia e prenda possesso di ciò che già gli appartiene; che si realizzi pienamente il suo disegno d'amore sull'umanità. Gesù ci insegna così ad avere i suoi stessi sentimenti, uniformando la nostra volontà su quella di Dio.

Ci insegna ancora ad aver fiducia nel Padre. A Lui, che nutre gli uccelli del cielo, possiamo chiedere il pane quotidiano; a Lui, che accoglie a braccia aperte il figlio smarrito, possiamo domandare il perdono dei peccati; a Lui, che conta anche i capelli del nostro capo, possiamo chiedere che ci difenda da ogni tentazione. Ecco le domande a cui Dio certamente risponde. Possiamo rivolgerle con parole diverse - scrive Agostino di Ippona - ma non possiamo domandare cose diverse.

### «Signore, insegnaci a pregare»

Ricordo quando anche a me il Signore ha fatto capire, in modo nuovissimo, che avevo un Padre. Avevo 23 anni. Facevo ancora scuola. Un sacerdote di passaggio chiede di dirmi una parola: mi domanda di offrire un'ora della mia giornata per le sue intenzioni. Rispondo: "Perché non tutta la giornata?" Colpito da questa generosità giovanile, mi dice: "Si ricordi che Dio la ama immensamente". È la folgore. "Dio mi ama immensamente". "Dio mi ama immensamente". Lo dico, lo ripeto alle mie compagne: "Dio ti ama immensamente. Dio ci ama immensamente."

Da quel momento scorgo Dio presente dappertutto col suo amore. C'è sempre. E mi spiega. Che cosa mi spiega? Che tutto è amore: ciò che sono e ciò che mi succede; ciò che siamo e ciò che ci riguarda; che sono figlia sua ed Egli mi è Padre.

Da quel momento anche la mia preghiera cambia; non è più un essere rivolta a Gesù, quanto un mettermi a fianco a Lui, Fratello nostro, rivolta verso il Padre. Quando lo prego con le parole che Gesù ci ha insegnato, sento di non essere sola a lavorare per il suo Regno: siamo in due, l'Onnipotente ed io. Lo riconosco Padre anche a nome di quanti non lo sanno tale, chiedo che la sua santità avvolga e penetri la terra intera, domando il pane per tutti, il perdono e la liberazione dal male per tutti quelli che sono nella prova.

Quando avvenimenti mi allarmano o mi turbano, getto ogni mia ansietà nel Padre, sicura che Lui ci pensa. E posso testimoniare che non ricordo alcuna preoccupazione messa nel suo cuore della quale Egli non si sia preso cura. Il Padre, se noi crediamo al suo amore, interviene sempre, nelle piccole e nelle grandi cose.

In questo mese cerchiamo di recitare il "Padre Nostro", la preghiera che Gesù ci ha insegnato, con una nuova consapevolezza: Dio ci è Padre e ha cura di noi. Recitiamola a nome di tutta l'umanità, rinsaldando la fratellanza universale. Che sia la nostra preghiera per eccellenza, sapendo che con essa chiediamo a Dio quello che più gli sta a cuore. Egli esaudirà ogni nostra richiesta e ci colmerà dei suoi doni. Fatti così liberi da ogni preoccupazione, potremo correre nella via dell'amore.

**Chiara Lubich**

*Silenzio meditativo*

**Canto**

Il Padre nostro è uno stile di vita:

non posso dire Padre, se non mi comporto da figlio

non posso dire nostro, se vivo chiuso nel mio egoismo

non posso dire che sei nei cieli, se mi preoccupo solo delle cose della terra

non posso dire sia santificato il tuo nome, se non ti amo e non ti onoro

non posso dire venga il tuo regno, se penso solo ai miei interessi

non posso dire sia fatta la tua volontà, se non l' accetto quando non combacia con la mia

non posso dire dacci oggi il nostro pane, se non mi importa di chi ha fame

non posso dire rimetti a noi i nostri debiti se continuo a conservare rancore

non posso dire non ci indurre in tentazione, se ho intenzione di continuare a peccare

non posso dire liberaci dal male, se non combatto ciò che non è buono

non posso dire amen, se non prendo sul serio le parole del Padre nostro.

\*\*\*

Signore insegnaci a pregare, come anche Giovanni il Battista ha insegnato ai suoi discepoli.

Questa è la domanda che anche noi oggi rivolgiamo al Signore Gesù, ascoltando in risposta la sua catechesi sulla preghiera.

La richiesta dei discepoli nasce dal vedere Gesù in preghiera nel deserto, nella notte, al mattino presto, Egli persevera tenacemente per nutrire la relazione con Dio Padre che lo ha mandato e, che gli dà la forza di vivere al servizio Suo e degli uomini.

Luca è l'evangelista che insiste maggiormente sulla preghiera di Gesù, collocandola ai momenti salienti della sua vita; dal battesimo fino alla croce dove consegna il suo spirito nelle mani del Padre.

Gesù dunque insegna ciò che lui stesso vive in prima persona. La sua è una preghiera personalissima in cui si rivolge a Dio chiamandolo Abbà, è la porta d'accesso al mistero della sua persona, tutta sotto il segno della filialità nei confronti del Padre amato.

Ecco perchè egli risponde ai discepoli ammaestrando con il Padre Nostro; perchè è la sintesi di tutto il vangelo.

Il Pater nella versione di Luca più che una formula costituisce un compendio delle indicazioni di Gesù sparse nei quattro vangeli; è una traccia, un canone che ricapitola l'essenziale della preghiera cristiana.

All'invocazione Padre, seguono cinque domande poste in ordine preciso.

Innanzitutto si prega per Dio, chiedendogli che il suo nome sia santificato: che tutti possano cioè riconoscerlo tre volte Santo.

\*\*\*

Domandando venga il Tuo Regno, si invoca che la signoria di Dio si manifesti sulla terra attraverso la pace, la giustizia, la riconciliazione, nel contempo, si chiede la venuta escatologica del Regno inaugurato da Gesù, ma non ancora realizzato compiutamente. Solo in un secondo momento il cristiano prega per i propri bisogni: il pane quotidiano frutto della benedizione di Dio sul lavoro dell'uomo; il perdono dei peccati, condizionato dal perdono accordato ai fratelli; l'aiuto di Dio per non soccombere nell'ora della tentazione.

Attraverso la parabola dell'amico che disturba un'altro amico nel cuore della notte per chiedergli del pane, Gesù sottolinea che la preghiera deve essere contraddistinta da perseveranza e insistenza fiduciosa.

Egli commenta: chiedete e vi sarà dato, cercate e troverete, bussate e vi sarà aperto, tutto ciò che domandate nella preghiera, abbiate fede di averlo già ottenuto e, vi sarà accordato.

Infatti il Padre sa di quali cose abbiamo bisogno ancor prima che glielo chiediamo.

Nessuno di noi può pensare che Egli dia pietre al posto del pane; noi siamo cattivi ma Dio è buono, e la nostra preghiera filiale si misura sulla fede salda in Lui.

*Silenzio meditativo*     **Canto**

**Segno:** Ognuno scrive su un foglietto qualcosa che rappresenta un “peso” che gli impedisce di abbandonarsi nella preghiera e nella vita a Dio Padre e lo consegna ai piedi del crocifisso. La volta successiva simbolicamente verrà portato un oggetto che rappresenta quel “peso”.

**O santissimo Padre nostro**

creatore, redentore, consolatore e salvatore nostro.

**Che sei nei cieli:** negli angeli e nei santi, e li illumini alla conoscenza, perché tu, Signore, sei luce; li infiammi all'amore, perché tu, Signore, sei amore; poni in loro la tua dimora e li riempi di beatitudine, perché tu, Signore, sei il sommo bene, eterno, dal quale proviene ogni bene e senza il quale non esiste alcun bene.

**Sia santificato il tuo nome:** si faccia luminosa in noi la conoscenza di te, perché possiamo conoscere l'ampiezza dei tuoi benefici, l'estensione delle tue promesse, la sublimità della tua maestà e la profondità dei tuoi giudizi.

**Venga il tuo regno:** affinché tu regni in noi per mezzo della grazia e ci faccia giungere nel tuo regno, dove la visione di te è senza veli, l'amore di te è perfetto, la comunione con te è beata, il godimento di te senza fine.

**Sia fatta la tua volontà, come in cielo così in terra:** affinché ti amiamo con tutto il cuore, sempre pensando a te; con tutta l'anima, sempre desiderando te; con tutta la mente, indirizzando a te tutte le nostre intenzioni e in ogni cosa cercando il tuo onore; e con tutte le nostre forze, spendendo tutte le nostre energie e i sensi dell'anima e del corpo in offerta di lode al tuo amore e non per altro; e affinché amiamo i nostri prossimi come noi stessi, attirando tutti secondo le nostre forze al tuo amore, godendo dei beni altrui come fossero nostri e nei mali soffrendo insieme con loro e non recando alcuna offesa a nessuno.

**Il nostro pane quotidiano:** il tuo Figlio diletto, il Signore nostro Gesù Cristo, *dà a noi oggi:* in memoria e comprensione e venerazione dell'amore che egli ebbe per noi e di tutto quello che per noi disse, fece e patì.

**E rimetti a noi i nostri debiti:** per la tua ineffabile misericordia, per la potenza della passione del tuo Figlio diletto e per i meriti e l'intercessione della beatissima Vergine e di tutti i tuoi eletti.

**Come noi li rimettiamo ai nostri debitori:** e quello che non rimettiamo pienamente, tu, Signore, fa' che pienamente perdoniamo, cosicché, per amor tuo, amiamo veramente i nemici e devotamente intercediamo per loro presso di te, non rendendo a nessuno male per male e impegnandoci in te ad essere di giovamento in ogni cosa.

**E non ci indurre in tentazione:** nascosta o manifesta, improvvisa o persistente.

**Ma liberaci dal male:** passato, presente e futuro.

Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo, come era nel principio e ora e sempre nei secoli dei secoli.  
Amen. (San Francesco d'Assisi)

**Orazione Finale:**

Ti siamo grati, Signore, per la Parola che oggi ci hai donato e che ci invita ad avere fiducia in Dio.  
Tu conosci bene il suo cuore di Padre e il suo desiderio di dare a tutti i suoi figli cose buone.  
Per questo insisti perché non ci stanchiamo di chiedere, di cercare presso di lui le cose buone di cui ha bisogno la nostra vita. Insegnaci, Signore, ad avere fiducia come te quando preghiamo il Padre, ad attendere con pazienza che nella nostra vita si compiano le promesse di Dio, ad accogliere le cose buone che il Padre intende offrirci. Donaci un cuore filiale, che chiede senza stancarsi;  
un cuore fraterno che prega per gli altri, per chi soffre, perché trovi la serenità; per chi non crede, perché trovi la fede; per chi è chiamato da te, perché sappia dirti di sì.  
Per Cristo nostro Signore. Amen.

Benedizione

**Canto finale**