

Dìmmi come preghi

«A Messa mi annoio: non riesco a pregare...». «Non ho voglia di imparare a memoria le preghiere del libro di catechismo». «Quando prego penso ad altro: come si fa a pregare bene?». «Prego soltanto quando ho bisogno di aiuto». «Dio si arrabbia di più se non preghiamo o se preghiamo male?». Ecco alcune domande significative del mio gruppo di catechismo.

All'ultima, onestamente, non saprei rispondere se Monica non mi fornisse un appiglio: «Scusa, ma tu ti arrabbi di più se i tuoi alunni non fanno i compiti o se li fanno male?».

«Certamente se NON fanno i compiti, perché sull'errore si può intervenire, mentre sul NULLA non si costruisce». «Forse allora il buon Dio *ragiona anche così*... Credo proprio di sì, credo che preferisca un contatto un po' distratto, superficiale, interessato, alla mancanza assoluta di contatto. Quando gli rivolgiamo una preghiera fredda o interessata non ci comportiamo da figli riconoscenti, ma forse, Lui che è un Padre SUPER sa comunque apprezzare il tentativo di connetterci, anche se la connessione risulta lenta e difettosa. Attenzione però a non rifugiarci dietro queste attenuanti e a non generalizzare. La preghiera deve essere un sincero desiderio di parlare con Lui, non una specie di rimedio superstizioso ai nostri guai!

«Ma come si fa? Lui è così lontano» sbotta Gian Luca. «Non così tanto: Devi cercarlo nell'interno del tuo cuore; chiudendo gli occhi per non vedere e sentire altro; concentrandoti come quando ti rivolgi ad un amico. Ecco, per pregare bene occorre parlare intensamente con una Persona che ascolta; parlare anche con formule imparate a memoria o con parole che nascono dal cuore, raccontandoci, ringraziando, chiedendo perdono». Nel corso della settimana proviamo a fare un semplice esercizio: ripetere più volte nella giornata le espressioni *Ave Maria* e *Padre nostro* pensando intensamente al significato di quello che dica-

mo: al valore del saluto angelico, al senso della parola *Padre*, con la carica di affetto e di emozione sottintese, e ancora, al numero di persone cui si riferisce l'aggettivo *nostro*. «Soltanto questo? È facile!» esclama Valentina. «Non come sembra, se meditiamo davvero!».

Entriamo in Chiesa in silenzio, per iniziare l'esercizio. Sostiamo davanti all'altare, ad occhi chiusi. «Signore, se ho fatto qualche pasticcio, rimedia Tu! E aiutami ad amarli con il tuo cuore». Riapriamo gli occhi, sorridendo. Oggi abbiamo pregato davvero.

Anna Maria Musso Freni

redazione.rivista@ausiliatrice.net

«Non riesco a pregare... Quando prego penso ad altro... E poi, come si fa a pregare Dio, che è così lontano?».

