



Ordine Francescano Secolare
Consiglio Regionale del Veneto

Incontro di formazione per Ammessi

**LA PREGHIERA:
STRUMENTO DI DIALOGO CON DIO
E DI COMUNIONE CON I FRATELLI**

PADOVA – Convento del Santo • 11 novembre 2012

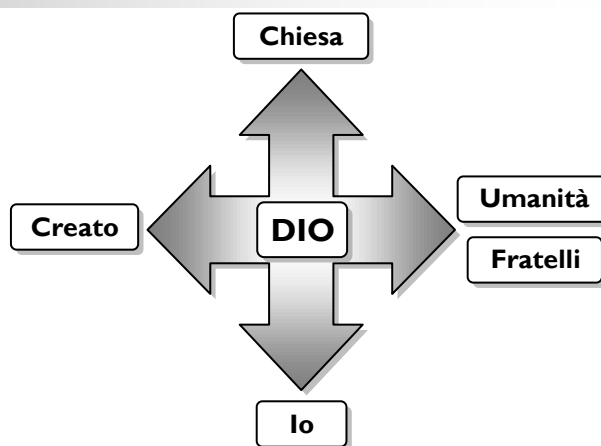
Come Gesù fu il vero adoratore del Padre, così facciamo della preghiera e della contemplazione l'anima del proprio essere e del proprio operare.

Partecipino alla vita sacramentale della Chiesa, soprattutto all'Eucaristia, e si associno alla preghiera liturgica in una delle forme dalla Chiesa stessa proposte, rivivendo così i misteri della vita di Cristo. (Reg 8)

I DIAGRAMMI DELLA PREGHIERA

➤ PREGHIERA - COMUNIONE

- La preghiera è il fondamento stesso della vita spirituale, nella quale si manifesta l'amore reciproco fra Dio e la persona umana.
- Attraverso la preghiera si stabilisce una intima, profonda e piena relazione personale con Dio, che si traduce in comunione con la Chiesa, con tutti i fratelli e con il creato.



➤ I PASSI DELLA PREGHIERA

- Silenzio. «Venite in disparte, voi soli, in un luogo deserto, e riposatevi un po'» (Mc 6,31)
- Ascolto, meditazione (= pensare, riflettere). *Shemà Israel*: «Ascolta, Israele, le leggi e le norme che oggi io proclamo ai vostri orecchi» (Dt 5,1)
- Contemplazione (= conoscenza, attraverso l'abbandono dell'anima a Dio).
- Adorazione (= riconoscimento della santità di Dio).
- Lode, invocazione.
- Ispirazione per la propria vita, per il proprio agire.
- Pregiera personale (presupposto, sostegno e fondamento di tutta la preghiera).
- Collaborazione al disegno d'amore di Dio (C.G. 12,3 →).
- Partecipazione alla liturgia della Chiesa (centralità della celebrazione eucaristica).
- Partecipazione ai sacramenti della Chiesa, sia per la santificazione personale sia per servire la crescita della Chiesa e l'espansione del Regno (C.G. 14,3 →), dando vitalità ai sacramenti nella propria esistenza.
- Riflessione di fede sulla chiesa, sulla sua missione nel mondo di oggi e sul ruolo dei laici francescani in essa, raccogliendo le sfide e assumendo le responsabilità che questa riflessione farà scoprire (C.G. 14,1 →).

RIFERIMENTI ALLA SCRITTURA

➤ NELL'ANTICO TESTAMENTO

- La preghiera è uno dei temi dominanti della Bibbia. I grandi patriarchi parlano a Dio con confidenza (Abramo, Mosè), ma altri (Giobbe) e alcuni Profeti (ad esempio Geremia) sperimentano l'abbandono da parte del loro popolo e il silenzio di Dio.

«Si può dire che tutta la Bibbia sia nata dalla preghiera, frutto di un ascolto di Dio: si risponde a Dio, si discute con Dio, si riflette davanti a Dio. Più che parlare di Dio, la Bibbia parla a Dio e riflette davanti a Dio. L'intera storia d'Israele è attraversata dalla preghiera, che emerge in ogni punto della sua narrazione». Nella Bibbia la parola pregare indica il parlare, gridare, supplicare.

Abramo parla con confidenza a Dio, chiedendo salvezza per Sodoma e Gomorra. Mosè parla faccia a faccia con Dio e, attraverso la preghiera, cresce nella comprensione del mistero di Dio. Mosè loda Dio per le meraviglie che ha compiuto (Es 15,1-18 → .

Geremia particolarmente è l'uomo di preghiera, della preghiera come sfogo, dell'apertura totale del suo animo nei momenti di confusione. Nei momenti di sconforto Geremia vorrebbe avvertire la presenza di Dio, e invece subisce il suo silenzio (Ger 20,7-18 →); tutta questa sofferenza lo porta alla purificazione, e arriva a comprendere che il

volto di Dio è diverso da come se l'era immaginato, perché la fedeltà di Dio non consiste nel liberarlo dalle persecuzioni. (brani da *Antinucci - Seguire Cristo alla maniera di Francesco*)

- Il libro dei salmi è la raccolta di preghiere per eccellenza. I salmi nascono dalla storia del popolo d'Israele ed esprimono lo stato d'animo nelle varie vicende, sia collettive che personali; sono preghiere di lode e di ringraziamento (*Sal 150* → ) , di lamento, per la malattia, le sciagure, la sconfitta in battaglia, di supplica, di riflessione sulla vita (salmi sapienziali), che rivelano la fiducia in Dio (*Sal 117* → ).

➤ NEL NUOVO TESTAMENTO

- I Vangeli evidenziano che la vita di Gesù è contrassegnata dalla preghiera: al mattino presto o alla sera tardi in solitudine, quando si sottrae alla folla entusiasta che vuole farlo re. Egli prega nei momenti significativi della sua missione, come per il battesimo, per la trasfigurazione, prima di scegliere i dodici apostoli, prima di compiere i miracoli.

Gesù si rivolge a Dio con il termine confidenziale *abbà*, rivelando così un rapporto particolare, inaudito, con lui; la preghiera è la manifestazione del suo rapporto filiale con Dio, ma anche della sua sottomissione al Padre celeste nell'amore: «*Non quello che voglio io, ma quello che vuoi tu*» (*Mc 14,36*).

Gesù rende grazie al Padre perché i piccoli accolgono il suo messaggio: «*Ti ringrazio, o Padre, Signore del cielo e della terra, perché hai nascosto queste cose ai sapienti e ai dotti e le hai rivelate ai piccoli. Sì, Padre, perché così hai deciso nella tua benevolenza*» (*Lc 10,21* → ).

La sua preghiera si fa domanda affinché la fede di Pietro non venga meno, il Padre invii lo Spirito, perdoni i suoi crocifissori.

Sulla croce invoca il Padre perché si sente abbandonato da lui (*Mc 14,34; Sal 22/21*), e poi si abbandona fiduciosamente in lui (*Lc 23,46; Sal 31,6*). (brani da *Antinucci - Seguire Cristo alla maniera di Francesco*)

- Gesù insegna a pregare (*Mt 6,5-13*):

«E quando pregate, non siate simili agli ipocriti che, nelle sinagoghe e negli angoli delle piazze, amano pregare stando ritti, per essere visti dalla gente. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, quando tu preghi, entra nella tua camera, chiudi la porta e prega il Padre tuo, che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà. Pregando, non sprecate parole come i pagani: essi credono di venire ascoltati a forza di parole. Non siate dunque come loro, perché il Padre vostro sa di quali cose avete bisogno prima ancora che gliele chiediate.

Voi dunque pregate così:

Padre nostro che sei nei cieli,
sia santificato il tuo nome,

venga il tuo regno,
sia fatta la tua volontà,
come in cielo così in terra.

Dacci oggi il nostro pane quotidiano,

e rimetti a noi i nostri debiti
come anche noi li rimettiamo ai nostri debitori,

e non abbandonarci alla tentazione,
ma liberaci dal male.»

- San Paolo fa eco a Gesù.

«Siate ricolmi dello Spirito, intrattenendovi fra voi con salmi, inni, canti ispirati, cantando e inneggiando al Signore con il vostro cuore, rendendo continuamente grazie per ogni cosa a Dio Padre, nel nome del Signore nostro Gesù Cristo. [...] In ogni occasione, pregate con ogni sorta di preghiere e di suppliche nello Spirito, e a questo scopo vegliate con ogni perseveranza e supplica per tutti i santi.» (*Ef 5,18-19; 6,18*).

«Siate sempre lieti, pregate ininterrottamente, in ogni cosa rendete grazie: questa infatti è volontà di Dio in Cristo Gesù verso di voi.» (*1Ts 5, 16-18*).

- Le prime comunità cristiane costituiscono il modello di una vita incentrata nell'Eucarestia e alimentata continuamente nelle assemblee liturgiche, nelle quali i credenti si riunivano per ascoltare la parola di Dio e pregare insieme. La preghiera liturgica si prolunga nella vita e nei rapporti fra le persone, promuovendo la comunione fra i credenti e la condivisione dei beni.

«Erano perseveranti nell'insegnamento degli apostoli e nella comunione, nello spezzare il pane (= Eucarestia) e nelle preghiere. [...] Tutti i credenti stavano insieme e avevano ogni cosa in comune; vendevano le loro proprietà e sostanze e le dividevano con tutti, secondo il bisogno di ciascuno. Ogni giorno erano perseveranti insieme nel tempio e, spezzando il pane nelle case, prendevano cibo con letizia e semplicità di cuore, lodando Dio e godendo il favore di tutto il popolo.» (*At 2, 42-47*).

RIFERIMENTI AL MAGISTERO DELLA CHIESA

- Uno dei principali modi e mezzi di comunicare con Dio è la preghiera, con la quale ci rivolgiamo a Lui come a un Padre. Il Magistero della Chiesa indica nella preghiera e nella partecipazione all'azione liturgica una via per perseguire la santità.

Dio è amore e chi sta fermo nell'amore, sta in Dio e Dio in lui. Ora Dio ha largamente diffuso il Suo amore nei nostri cuori per mezzo dello Spirito Santo, che ci fu dato; perciò il dono primo e più necessario è la carità, con la quale amiamo Dio sopra ogni cosa e il prossimo per amore di Lui. Ma perché la carità come buon seme, cresca e fruttifichi, ogni fedele deve ascoltare volentieri la parola di Dio e, con l'aiuto della sua grazia compiere con le opere la sua volontà, partecipare frequentemente ai sacramenti, soprattutto a quello dell'Eucarestia, e alle sacre azioni; applicarsi costantemente alla preghiera, all'abnegazione di se stesso, all'attivo servizio dei fratelli e all'esercizio di ogni virtù. (LG 42a)

- La preghiera ha dimensione comunitaria.

Cristo è sempre presente nella sua Chiesa, e in modo speciale nelle azioni liturgiche. È presente nel sacrificio della messa [...]. È presente con la sua virtù nei sacramenti [...]. È presente nella sua parola [...]. È presente infine quando la Chiesa prega e loda, lui che ha promesso: «Dove sono due o tre riuniti nel mio nome, là sono io, in mezzo a loro». (SC 7a)

- La preghiera ha dimensione individuale.

La vita spirituale tuttavia non si esaurisce nella partecipazione alla sola liturgia. Il cristiano, infatti, benché chiamato alla preghiera in comune, è sempre tenuto a entrare nella propria stanza per pregare il Padre in segreto; anzi, secondo l'insegnamento dell'Apostolo, è tenuto a pregare incessantemente. (SC 12)

- La preghiera continua si realizza quando il fedele cristiano diviene capace di glorificare Dio in ogni luogo, in ogni momento, attraverso ogni sua azione.

Perciò i laici, essendo dedicati a Cristo e consacrati dallo Spirito Santo, sono in modo mirabile chiamati e istruiti per produrre frutti dello Spirito sempre più abbondanti. Tutte infatti le loro attività, preghiere e iniziative apostoliche, la vita coniugale e familiare, il lavoro giornaliero, il sollievo spirituale e corporale, se sono compiute nello Spirito, e anche le molestie della vita, se sono sopportate con pazienza, diventano offerte spirituali gradite a Dio attraverso Gesù Cristo; nella celebrazione dell'eucaristia sono in tutta pietà presentate al Padre insieme all'oblazione del Corpo del Signore. Così anche i laici, in quanto adoratori dovunque santamente operanti, consacrano a Dio il mondo stesso. (LG 34)

LA PREGHIERA IN SAN FRANCESCO

- La preghiera ha un ruolo primario nella vita di San Francesco.

In tutti i momenti importanti della vita del santo è la preghiera che svolge un ruolo decisivo: una preghiera contrassegnata dagli atteggiamenti essenziali che la costituiscono, quali: a) la fede in un Dio personale e vivente; b) la percezione o intuizione mistica d'una divina presenza con la quale si può parlare; c) una fiducia e un sentimento d'amicizia per Dio che ascolta e si manifesta in vario modo. (Dizionario Francescano 1607-1608).

- Nel capitolo "L'amore di San Francesco alla preghiera" (2Cel 94-101: FF 681-688) il Celano dice di Francesco che «non era un uomo che prega, quanto piuttosto egli stesso tutto trasformato in preghiera vivente» (FF 682).

La sua preghiera è totale apertura all'amore del Padre celeste; si sviluppa in un colloquio amoroso, non astratto ma concreto. L'Amore parla, egli ascolta; l'Amore chiede, egli dà realmente. È questa la ragione per cui il colloquio non languisce mai, anzi diventa sempre più fitto, più confidenziale. Si fa sempre più intimo: si fa luce che rivela a Francesco il suo nulla, la sua povertà; lo fa vedere a se stesso come un bambino bisognoso di tutto e al quale non resta che abbandonarsi fiducioso all'amore del Padre dei cieli. La preghiera in Francesco si converte in vita, e la vita scandisce il suo ritmo in una preghiera continua, costante consistente in azione di grazie, di glorificazione al Dio-Amore: Padre, Figlio e Spirito Santo. (da Piacitelli - La spiritualità del Francescano Secolare)

- La preghiera di Francesco è soprattutto ascolto: egli desidera conoscere cosa vuole Dio da lui. Il frutto della sua contemplazione si esprime in vari temi nelle preghiere scritte:
 - la lode a Dio uno e trino (Lodi di Dio Altissimo → ☞; Lodi per ogni ora FF 264; Commento al "Pater noster" FF 266),
 - la compassione amorosa per la sofferenza di Cristo (Absorbeat → ☞; Ufficio della Passione FF 280-303),
 - la personificazione delle virtù donate da Dio (Lodi delle virtù FF 256),
 - l'invocazione a Dio (Preghiera davanti al Crocifisso → ☞)
 - il saluto alla Vergine Maria (FF 259),
 - la partecipazione corale e fraterna all'inno di tutte le creature per il Creatore (Cantico delle creature → ☞)
- Francesco ama la preghiera liturgica perché gli fa rivivere ciclicamente i misteri della vita di Gesù Cristo. In modo particolare ardeva di amore verso l'Eucaristia, e «riteneva grave segno di disprezzo non ascoltare ogni giorno la Messa. Si co-

municava spesso e con tanta devozione da rendere devoti anche gli altri» (2Cel 201: FF 789). Amava la preghiera del *divino ufficio*, che è la preghiera liturgica per eccellenza.

LA PREGHIERA NELLA VITA DEL FRANCESCANO SECOLARE

➤ PREGHIERA-ATTEGGIAMENTO

- La preghiera autentica e continua consiste nell'assumere uno stile di vita corrispondente alla volontà del Padre: «Ecco la serva del Signore: avvenga per me secondo la tua parola» (Lc 1,38).
- Il francescano secolare è chiamato a raggiungere la perfezione della carità nel proprio stato secolare, a costruire un mondo più fraterno ed evangelico per la realizzazione del Regno di Dio, a incontrare Dio e collaborare con lui dentro la sua situazione concreta, familiare e sociale.
- In questa prospettiva la preghiera è «l'atteggiamento col quale si vive innanzi a Dio ciò che si è, sempre e dovunque; cioè da figli» (da *Piacitelli - La spiritualità del Francescano Secolare*).

➤ PREGHIERA-ESERCIZIO

- La preghiera-esercizio è il «tempo-forte» dentro il quotidiano, che serve ad accumulare energie per poter vivere in maniera significativa e da figli giorno per giorno, è l'incontro intimo e vitale con Dio, è lasciare al Padre il tempo di parlarci, di manifestarci la sua volontà, di pronunciare il suo giudizio su di noi e sul nostro progetto di vita.
A rendere la preghiera vera e autentica e accetta a Dio non è la quantità delle formule recitate, ma l'adesione di tutto il proprio essere a quello che la preghiera esprime.

➤ LA PREGHIERA ORIENTA LA NOSTRA VITA

- E' la Parola di Dio letta per tre volte che diventa riferimento per la missione di Francesco. Ma lo è anche la realtà del suo tempo: una chiesa e una società da restaurare.
La regola esorta i francescani secolari a fare della preghiera l'anima del proprio essere e del proprio operare (Reg 8).

L'unione vitale dei laici con Cristo: «viene alimentata nella Chiesa con gli aiuti spirituali comuni a tutti i fedeli, soprattutto con la partecipazione attiva alla sacra liturgia. I laici devono usare tali aiuti in modo che, mentre compiono con rettitudine i doveri del mondo nelle condizioni ordinarie di vita, non separino dalla propria vita l'unione con Cristo, ma crescano sempre più in essa compiendo la propria attività secondo il volere divino.» (AA 4)

➤ PREGHIERA PERSONALE E PREGHIERA LITURGICA

- La Regola lascia all'iniziativa e alla volontà dei singoli la scelta della preghiera e delle forme di preghiera: «Si associno alla preghiera liturgica in una delle forme dalla Chiesa proposta» (Reg 8).
- La preghiera del francescano secolare, in quanto chiamato e inviato dal Padre, è anzitutto **rendimento di grazie**.
- Questo atteggiamento introduce alla seconda caratteristica della preghiera: la **domanda** confidente e umile, **richiesta di aiuto** per compiere la volontà del Padre.
- Infine la preghiera è **abbandono in Dio**: lasciare che Dio operi nel credente, lasciarsi «assorbire» dall'amore del Signore.
- La vita spirituale del credente trova alimento privilegiato nella partecipazione alla preghiera liturgica: «Ogni celebrazione liturgica, in quanto opera di Cristo sacerdote e del suo corpo, che è la Chiesa, è azione sacra per eccellenza, e nessun'altra azione della Chiesa ne uguaglia l'efficacia allo stesso titolo e allo stesso grado» (SC 7d).
Il culmine è rappresentato dalla celebrazione dell'Eucaristia, nella quale «è racchiuso tutto il bene spirituale della Chiesa, cioè lo stesso Cristo, nostra pasqua, lui il pane vivo che, mediante la sua carne vivificata dallo Spirito Santo e vivificante dà vita agli uomini i quali sono in tal modo invitati e indotti a offrire assieme a lui se stessi, il proprio lavoro e tutte le cose create» (PO 5b).
- Le Costituzioni Generali e il Rituale dell'O.F.S. raccomandano la partecipazione ai sacramenti, in particolare all'Eucaristia con particolare assiduità; invitano i singoli e le Fraternità ad associarsi alla preghiera liturgica della chiesa, privilegiando la celebrazione della Liturgia delle Ore soprattutto negli incontri della Fraternità (C.G. 14.4 - Rituale OFS, Appendix 26; 27a).

PER L'APPROFONDIMENTO E IL CONFRONTO

- Vivere la contemplazione e la preghiera nel quotidiano: è possibile o è necessario avere a disposizione un eremo?
- La mia Fraternità mi aiuta a vivere esperienze di preghiera?
 - Se e cos :
 - ✧ di quali esperienze si tratta?
 - ✧ sono momenti di preghiera occasionali (in particolari circostanze o periodi liturgici)?
 - ✧ si tratta di un cammino continuo e progressivo, maturato in comunione con i fratelli?
 - Oppure prevale la preghiera di tipo personale?