

Pregare oggi e perché ...

Che cos'è la preghiera?

Quando pregava Gesù?

Qual è la via della nostra preghiera?

Quali momenti sono più indicati per la preghiera?

Quali sono le difficoltà della preghiera?

È possibile pregare in ogni momento?

1. Che cos'è la preghiera?

534 2558-2505; 2590

La preghiera è l'elevazione dell'anima a Dio o la domanda a Dio di beni conformi alla sua volontà. Essa è sempre dono di Dio che viene ad incontrare l'uomo. La preghiera cristiana è relazione personale e viva dei figli di Dio con il loro Padre infinitamente buono, con il Figlio suo Gesù Cristo e con lo Spirito Santo che abita nel loro cuore.

2. Perché esiste una chiamata universale alla preghiera?

535 2566-2567

Perché Dio, per primo, tramite la creazione, chiama ogni essere dal nulla, e, anche dopo la caduta, l'uomo continua ad essere capace di riconoscere il suo Creatore conservando il desiderio di Colui che l'aveva chiamato all'esistenza. Tutte le religioni, e in modo particolare tutta la storia della salvezza, testimoniano questo desiderio di Dio da parte dell'uomo, ma è Dio il primo ad attrarre incessantemente ogni persona all'incontro misterioso della preghiera.

3. Da chi Gesù ha imparato a pregare?

541 2599; 2620

Gesù, secondo il suo cuore di uomo, ha imparato a pregare da sua Madre e dalla tradizione ebraica. Ma la sua preghiera sgorga da una sorgente più segreta, poiché è il Figlio eterno di Dio che, nella sua santa umanità, rivolge a suo Padre la preghiera filiale perfetta.

4. Quando pregava Gesù?

542 2600-2604; 2620

Il Vangelo mostra spesso Gesù in preghiera. Lo vediamo ritirarsi in solitudine, anche la notte. Prega prima dei momenti decisivi della sua missione o di quella degli Apostoli. Di fatto, tutta la sua vita è preghiera, poiché è in costante comunione d'amore con il Padre.

5. Come ha pregato Gesù nella sua passione?

543 2605-2606; 2620

La preghiera di Gesù durante la sua agonia nell'Orto del Getsemani e le sue ultime parole sulla Croce rivelano la profondità della sua preghiera filiale: Gesù porta a compimento il disegno d'amore del Padre e prende su di sé tutte le angosce dell'umanità, tutte le domande e le intercessioni della storia della salvezza. Egli le presenta al Padre che le accoglie e le esaudisce, al di là di ogni speranza, risuscitandolo dai morti.

6. Come Gesù ci insegna a pregare?

544 2608-2014; 2621

Gesù ci insegna a pregare, non solo con la preghiera del Padre nostro, ma anche quando prega. In questo modo, oltre al contenuto, ci mostra le disposizioni richieste per una vera preghiera: la purezza del cuore, che cerca il Regno e perdona i nemici; la fiducia audace e filiale, che va al di là di ciò che sentiamo e comprendiamo; la vigilanza, che protegge il discepolo dalla tentazione.

7. Perché è efficace la nostra preghiera?

545

2615-2616

La nostra preghiera è efficace, perché è unita nella fede a quella di Gesù. In lui la preghiera cristiana diventa comunione d'amore con il Padre. Possiamo in tal caso presentare le nostre richieste a Dio e venire esauditi: «Chiedete e otterrete, perché la vostra gioia sia piena» (Gv 16,24).

8. Come pregava la prima comunità cristiana di Gerusalemme?

548

2623-2624

All'inizio degli Atti degli Apostoli è scritto che nella prima comunità di Gerusalemme, educata dallo Spirito Santo alla vita di preghiera, i credenti «erano assidui nell'ascoltare l'insegnamento degli Apostoli, e nell'unione fraterna, nella frazione del pane e nelle preghiere» (At 2,42).

9. Come interviene lo Spirito Santo nella preghiera della Chiesa?

549

2623; 2625

Lo Spirito Santo, Maestro interiore della preghiera cristiana, forma la Chiesa alla vita di preghiera e la fa entrare sempre più profondamente nella contemplazione e nell'unione con l'insondabile mistero di Cristo. Le forme di preghiera, quali sono espresse negli Scritti apostolici e canonici, rimarranno normative per la preghiera cristiana.

10. Quali sono le forme essenziali della preghiera cristiana?

550

2643-2644

Sono la benedizione e l'adorazione, la preghiera di domanda e l'intercessione, il ringraziamento e la lode. L'Eucaristia contiene ed esprime tutte le forme di preghiera.

11. Quali sono le diverse forme della preghiera di domanda?

553

2629-2633; 2646

Può essere una domanda di perdono o anche una richiesta umile e fiduciosa per tutti i nostri bisogni sia spirituali che materiali. Ma la prima realtà da desiderare è l'avvento del Regno.

12. Che cos'è la preghiera di lode?

556

2639-2043; 2649

La lode è la forma di preghiera che più immediatamente riconosce che Dio è Dio. È completamente disinteressata: canta Dio per se stesso e gli rende gloria perché egli è.

13. Quali sono le sorgenti della preghiera cristiana?

558

2652-2662

Esse sono: la Parola di Dio, che ci dà la « sublime scienza» di Cristo (Fil 3,8); la Liturgia della Chiesa, che annuncia, attualizza e comunica il mistero della salvezza; le virtù teologali; le situazioni quotidiane, perché in esse possiamo incontrare Dio.

14. **Nella Chiesa esistono diversi cammini di preghiera?** 559 2663

Nella Chiesa esistono diversi cammini di preghiera, legati ai differenti contesti storici, sociali e culturali. Spetta al Magistero discernere la loro fedeltà alla tradizione della fede apostolica, e ai pastori e ai catechisti di spiegarne il senso, che è sempre riferito a Gesù Cristo.

15. **Qual è la via della nostra preghiera?** 560 2664; 2680-2681

La via della nostra preghiera è Cristo, perché essa si rivolge a Dio nostro Padre, ma giunge fino a lui solo se, almeno implicitamente, noi preghiamo nel Nome di Gesù. La sua umanità è, in effetti, l'unica via per la quale lo Spirito Santo ci insegna a pregare il nostro Padre. Perciò le preghiere liturgiche si concludono con la formula: «Per il nostro Signore Gesù Cristo».

16. **Qual è il ruolo dello Spirito Santo nella preghiera?** 561 2670-2672; 2680-2681

Poiché lo Spirito Santo è il Maestro interiore della preghiera cristiana e «noi non sappiamo che cosa dobbiamo chiedere» (Rm 8,26), la Chiesa ci esorta a invocarlo e ad implorarlo in ogni occasione: «Vieni, Spirito Santo!».

17. **Chi può educare alla preghiera?** 565 2685-2690; 2694-2695

La famiglia cristiana costituisce il primo focolare dell'educazione alla preghiera. La preghiera familiare quotidiana è particolarmente raccomandata, perché è la prima testimonianza della vita di preghiera della Chiesa. La catechesi, i gruppi di preghiera, la «direzione spirituale» costituiscono una scuola e un aiuto alla preghiera.

18. **Quali sono i luoghi favorevoli alla preghiera?** 566 2691; 2696

Si può pregare dovunque, ma la scelta di un luogo appropriato non è indifferente per la preghiera. La chiesa è il luogo proprio della preghiera liturgica e dell'adorazione eucaristica. Anche altri luoghi aiutano a pregare, come un «angolo di preghiera» in casa; un monastero; un santuario.

20. **Quali momenti sono più indicati per la preghiera?** 567 2697-2698; 2720

Tutti i momenti sono indicati per la preghiera, ma la Chiesa propone ai fedeli ritmi destinati ad alimentare la preghiera continua: preghiere del mattino e della sera, prima e dopo i pasti; liturgia delle Ore; Eucaristia domenicale; santo Rosario; feste dell'anno liturgico.

21. **Quali sono le espressioni della vita di preghiera?** 568 2697-2699

La tradizione cristiana ha conservato tre modi per esprimere e vivere la preghiera: la preghiera vocale, la meditazione e la preghiera contemplativa. Il loro tratto comune è il raccoglimento del cuore.

22. Come si caratterizza la preghiera vocale?

569

2700-2704; 2722

La preghiera vocale associa il corpo alla preghiera interiore del cuore. Anche la più interiore delle preghiere non potrebbe fare a meno della preghiera vocale. In ogni caso essa deve sempre sgorgare da una fede personale. Con il Padre Nostro Gesù ci ha insegnato una formula perfetta di preghiera vocale.

23. Che cos'è la preghiera contemplativa?

571

2709-2719; 2724; 2739-2741

La preghiera contemplativa è un semplice sguardo su Dio nel silenzio e nell'amore. È un dono di Dio, un momento di fede pura, durante il quale l'orante cerca Cristo, si rimette alla volontà amorosa del Padre e raccoglie il suo essere sotto l'azione dello Spirito. Santa Teresa d'Avila la definisce un intimo rapporto di amicizia, «nel quale ci si intrattiene spesso da solo a solo con Dio da cui ci si sa amati».

24. Perché la preghiera è un combattimento?

572

2725

La preghiera è un dono della grazia, ma presuppone sempre una risposta decisa da parte nostra, perché colui che prega combatte contro se stesso, l'ambiente, e soprattutto contro il Tentatore, che fa di tutto per distoglierlo dalla preghiera. Il combattimento della preghiera è inseparabile dal progresso della vita spirituale. Si prega come si vive, perché si vive come si prega.

25. Ci sono obiezioni alla preghiera?

573

2726-2728; 2752-2753

Oltre a concezioni erranee, molti pensano di non avere il tempo di pregare o che sia inutile pregare. Coloro che pregano possono scoraggiarsi di fronte alle difficoltà e agli apparenti insuccessi. Per vincere questi ostacoli sono necessarie l'umiltà, la fiducia e la perseveranza.

26. Quali sono le difficoltà della preghiera?

574

2729-2733; 2754-2755

La distrazione è la difficoltà abituale della nostra preghiera. Essa distoglie dall'attenzione a Dio, e può anche rivelare ciò a cui siamo attaccati. Il nostro cuore allora deve tornare umilmente al Signore. La preghiera è spesso insidiata dall'aridità, il cui superamento permette nella fede di aderire al Signore anche senza una consolazione sensibile. L'accidia è una forma di pigrizia spirituale dovuta al rilassamento della vigilanza e alla mancata custodia del cuore.

27. È possibile pregare in ogni momento?

576

2742-2745; 2757

Pregare è sempre possibile, perché il tempo del cristiano è il tempo del Cristo risorto, il quale rimane con noi tutti i giorni» (Mt 28,20). Preghiera e vita cristiana sono perciò inseparabili.

Quelli sopraelencati sono ventisette stralci, tutti originali, estratti direttamente dal «Catechismo della Chiesa Cattolica» – «Compendio» – 2005 – Edizioni Libreria Vaticana