

## COME INIZIARE ALLA PREGHIERA?

**Lc 11,1-2**

*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..."*

Gesù ci propone una vera e propria pedagogia della preghiera.

### 1.

Gesù, prima di tutto, è il testimone della preghiera.

Con il suo modo di pregare suscita nei discepoli il desiderio di entrare nella relazione con il Padre, così come la vive Lui.

Il primo passo: suscitare il desiderio della preghiera, facendoci noi stessi testimoni di preghiera.

Abbiamo bisogno di comunità che testimonino la bellezza della preghiera.

### 2.

Dal desiderio nasce la domanda: "Signore, insegnaci a pregare".

*Insegnaci*: un cammino progressivo, fatto di tappe graduali e piccoli passi.

Alla celebrazione eucaristica si arriva con gradualità.

Una pedagogia della preghiera a partire dagli elementi fondamentali.

Prima delle parole, i gesti.

Iniziamo alla preghiera attraverso i cinque sensi: pregare con lo sguardo, con il tatto, con l'olfatto, con il gusto, con l'udito, le cinque vie di relazione con Dio e con gli altri.

### 3.

Gesù mette in bocca ai discepoli le parole della preghiera.

Attraverso la celebrazione eucaristica è la chiesa stessa ad essere maestra di preghiera.

La celebrazione ci mette in bocca le parole per pregare e per vivere l'incontro con Gesù.

La partecipazione alla liturgia è la meta, ma anche l'inizio a partire dal quale è possibile maturare nell'esperienza della preghiera.

Una preghiera che si allarga nella preghiera di tutta la chiesa e diventa esercizio corale.