

10 "Buongiorno/Buonanotte" sul tema: PREGARE

CAPITOLO VII CERCARE, AMARE, PREGARE

Elementi per una vita unificata



Introduzione generale per l'educatore (da adattare per il primo giorno)

"Bentrovati al nostro appuntamento, l'ultimo di questo nostro straordinario viaggio 'Alzati e Vai'. Dopo aver scoperto che la fede è un **CERCARE** inquieto e un **AMARE** concreto, arriviamo ora al respiro che tiene tutto insieme: il **PREGARE**. Se la ricerca è il desiderio e l'amore è l'azione, la preghiera è la relazione, il dialogo che alimenta entrambi. Senza preghiera, la nostra ricerca diventa ansia e il nostro amore si esaurisce. Il Vangelo di oggi ci presenterà una parabola paradossale: il nostro modello di preghiera non sarà un santo, ma una vedova testarda. Scopriremo che pregare non è una formula magica, ma un atto di resistenza; non è un dovere, ma il nostro più grande potere: quello dei figli che sanno di poter parlare con il Padre, sempre. Con questa tappa, concludiamo il nostro percorso, unificando tutto ciò che abbiamo vissuto in un dialogo costante con Dio, che è la preghiera."

1° Buongiorno/Buonanotte: L'arma dei deboli

- **Introduzione:** La preghiera, nel Vangelo, non è un sussurro gentile, ma un grido, una lotta. È l'arma di chi non ha altro potere se non la propria insistenza e la certezza di avere ragione.
- **La citazione:** "Propose loro ancora questa parabola per mostrare che dovevano pregare sempre e non stancarsi: «In una certa città vi era un giudice, che non temeva Dio e non aveva rispetto per nessuno; e in quella città vi era una vedova, la quale andava da lui e diceva: "Rendimi giustizia sul mio avversario"»" (Lc 18,1-3).
- **Storia del Vangelo:** Gesù ci racconta una storia quasi da film. Da una parte c'è un giudice disonesto. Il Vangelo lo descrive con due pennellate terribili: "non temeva Dio e non aveva rispetto per nessuno". È un uomo di potere, cinico, a cui non importa nulla della giustizia. Dall'altra parte, c'è una vedova. Nella società del tempo, una vedova era il simbolo della debolezza: non aveva protezione legale, non aveva potere, non aveva soldi. Ma ha una cosa: una tenacia incrollabile. Ogni giorno, va da quel giudice e gli ripete la stessa, unica richiesta: **"Rendimi giustizia!"**. Il giudice per un po' non la considera nemmeno. Ma lei non molla. Torna, insiste, bussava, "importuna". Alla fine, il giudice cede. Non perché si sia convertito, ma per sfinimento. Dice tra sé: **«poiché questa vedova continua a importunarmi, le renderò giustizia, perché, venendo a insistere, non finisca per rompermi la testa»**. La sua insistenza ha smosso persino un cuore di pietra. È l'icona del credente: la preghiera non è un sussurro timido, ma un grido ostinato che non si arrende di fronte all'indifferenza del mondo.
- **Riflessioni e domande:** Papa Francesco, parlando di questa vedova, dice: "Gesù ammira la fede di questa vedova, che non si scoraggia e insiste". La tua preghiera assomiglia a quella della vedova? È un dialogo onesto e insistente, o una ripetizione stanca di formule?
- **Impegno:**
 - **Singolo:** La preghiera della "vedova". Scegli una situazione di ingiustizia nel mondo che ti sta a cuore. Per tutta la settimana, ogni giorno, dedica un minuto a "importunare Dio" per quella causa. Sii insistente e specifico.
 - **Gruppo:** Esercizio "Bussare alla porta". Mettete una sedia al centro (il "giudice"). A turno, una persona (la "vedova") deve convincere il "giudice" a fare qualcosa, ma il giudice ha l'ordine di ignorarla per un minuto. Discutete poi su cosa si prova a insistere senza essere ascoltati.

2° Buongiorno/Buonanotte: Lotta nel buio

- **Introduzione:** A volte pregare non è un dialogo sereno, ma una lotta. Un "corpo a corpo" con Dio nel buio della notte, un aggrapparsi a Lui quando non capiamo più nulla, una richiesta ostinata di benedizione.
- **La citazione:** "Non ti lascerò, se non mi avrai benedetto!" (Genesi 32,27).
- **Storia biblica:** Giacobbe sta per affrontare la più grande paura della sua vita. Dopo vent'anni, sta per incontrare suo fratello Esaù, che aveva ingannato e da cui era fuggito. È notte, è solo, ed è terrorizzato. Sulla riva del fiume Jabbok, un uomo misterioso lo assale e lotta con lui fino all'alba. È una lotta furiosa, estenuante. Giacobbe, pur ferito all'anca, non molla la presa. Quando l'essere misterioso gli chiede di lasciarlo andare, Giacobbe, stremato ma indomito, pronuncia la preghiera più bella e disperata: **«Non ti lascerò, se non mi avrai benedetto!»**.

Non chiede di vincere, chiede una benedizione. L'uomo allora gli cambia il nome da Giacobbe ("colui che inganna") a Israele ("colui che ha combattuto con Dio") e lo benedice. All'alba, Giacobbe capisce di aver lottato non con un uomo, ma con Dio stesso. Questa storia è la metafora della preghiera come lotta. A volte, pregare non è trovare pace, ma lottare con i nostri dubbi, le nostre paure e con il silenzio di Dio, fino a uscirne feriti, ma trasformati e benedetti.

- **Riflessioni e domande:** Etty Hillesum scriveva: "Mio Dio, sono tempi tanto angosciosi. Stanotte per la prima volta sono stata sveglia al buio con gli occhi che mi bruciavano, e immagini di umana sofferenza mi passavano davanti una dopo l'altra". La preghiera a volte può essere un'esperienza che "ferisce", che mette in crisi le nostre certezze, per poi darci una benedizione più grande?
- **Impegno:**
 - **Singolo:** Trova il tuo "labbok". Identifica un momento e un luogo tranquillo nella tua giornata che possa diventare il tuo appuntamento fisso per la preghiera. Difendilo come il tuo "luogo della lotta" con Dio.
 - **Gruppo:** Esercizio "Giacobbe contro l'Angelo". A coppie, uno fa "Giacobbe" e l'altro "l'Angelo". Intrecciate le mani e iniziate una sorta di "braccio di ferro" in piedi, senza parlare. La lotta deve essere equilibrata. Condividete poi cosa si prova a lottare con qualcuno che ha la tua stessa forza.

3° Buongiorno/Buonanotte: La preghiera che salva

- **Introduzione:** La preghiera, specialmente quella comunitaria, non è solo un pio esercizio. È una forza reale, capace di cambiare il corso degli eventi, un dialogo fiducioso con una Madre che non può non ascoltare i suoi figli.
- **La citazione:** "E Dio non farà forse giustizia ai suoi eletti, che gridano giorno e notte verso di lui?" (Lc 18,7).
- **Storia salesiana:** Un ragazzo dell'Oratorio di Don Bosco, di nome Carlo, si ammala gravemente. I medici lo danno per spacciato. Don Bosco va a trovarlo e lo trova in agonia. Non si rassegna, non accetta che la morte abbia l'ultima parola. Raduna tutti i ragazzi dell'Oratorio in chiesa e, con la sua fede travolgente, dice loro: «**Carlo sta molto male. Ma la Madonna è la nostra mamma e può ottenere tutto da Gesù. Adesso facciamo una promessa: se Maria ci concede la grazia della guarigione di Carlo, andremo tutti in processione a ringraziarla al santuario della Consolata**». Non dice "preghiamo", dice "facciamo una promessa", un patto di fede. Iniziano a pregare il Rosario con un'intensità e una fiducia straordinarie. Mentre sono in preghiera, Carlo, che era in coma, si risveglia, chiede da mangiare e, nel giro di poche ore, la febbre scompare. I medici, il giorno dopo, non possono che constatare la guarigione inspiegabile. Don Bosco, senza scomporsi, organizza la processione promessa. Per lui, la preghiera non era un "tentativo", ma un'arma potente, un atto di fede che salva.
- **Riflessioni e domande:** Pensi che la preghiera fatta insieme abbia una forza diversa da quella individuale? Hai mai fatto esperienza della forza della preghiera di un gruppo?
- **Impegno:**
 - **Singolo:** Un "post-it" di preghiera. Scrivi su un post-it il nome di una persona che sai sta soffrendo e attaccalo in un posto che vedi spesso. Ogni volta che lo vedi, rivolgiti un breve pensiero o una preghiera per lei.

- **Gruppo:** Il rosario delle intenzioni. Recitate una decina del Rosario. Ma prima di ogni Ave Maria, un ragazzo diverso dice a voce alta un'intenzione concreta ("Per il mio amico che deve fare un esame", "Per la pace in...").

4° Buongiorno/Buonanotte: Un cuore di figlio

- **Introduzione:** La preghiera non è una formula da recitare a un Dio lontano. È un dialogo intimo, una conversazione "cuore a cuore" con un Padre che ci ama, ci ascolta e si prende cura di noi.
- **La citazione:** "Ma il Figlio dell'uomo, quando verrà, troverà la fede sulla terra?" (Lc 18,8). Troverà figli che si fidano e parlano con il Padre?
- **Storia salesiana:** Il Beato Filippo Rinaldi, successore di Don Bosco, ci insegna cos'è la preghiera come dialogo filiale. Da giovane, era pieno di dubbi sulla sua vocazione. Un giorno, parlando con il suo direttore, don Albera, gli confessa la sua paura di non farcela, di scappare. Don Albera gli dà una risposta che è una preghiera incarnata: «**lo verrei a prenderti**». È lo stile di Dio Padre, che non ci abbandona. Anni dopo, da Rettor Maggiore, Don Rinaldi stesso diventa un maestro di preghiera. Si alzava prestissimo e, dopo la Messa, passava due ore in confessionale, in un dialogo continuo con Dio e con le anime. La sua preghiera non era un dovere, ma un respiro. Insegnava che la preghiera è soprattutto ascolto di un Padre che ci parla e a cui possiamo parlare con la fiducia di figli, certi che, anche se "scappiamo", Lui "verrà a prenderci".
- **Riflessioni e domande:** Papa Francesco dice: "Pregare è lottare con Dio... È una lotta da figli con il Padre". La tua preghiera è un monologo o un dialogo? Parli a Dio o parli *con* Dio, ascoltando anche le sue risposte nel silenzio e negli eventi?
- **Impegno:**
 - **Singolo:** La preghiera del "primo pensiero". Appena ti svegli, prima di prendere in mano il telefono, dedica i primi 30 secondi a Dio. Può essere un semplice "buongiorno", un segno della croce, un "grazie perché ci sono".
 - **Gruppo:** Esercizio di Lectio Divina su un breve passo del Vangelo. Leggete il testo, dedicate qualche minuto al silenzio per meditare, poi condividete liberamente la "parola" che vi ha colpito di più.

5° Buongiorno/Buonanotte: "Perdere tempo" con un Amico

- **Introduzione:** E se pregare non fosse un dovere, ma un piacere? Se fosse come passare del tempo con il nostro migliore amico, senza fretta, solo per il gusto di stare insieme?
- **La citazione:** "Pregare sempre e non stancarsi" (Lc 18,1). Si può stare sempre con un amico, senza stancarsi.
- **Storia di una testimone:** Santa Teresa d'Avila, una grande mistica e Dottore della Chiesa, ha rivoluzionato il modo di intendere la preghiera. Per lei, non era una tecnica complicata o una serie di formule da recitare. La sua definizione è di una semplicità disarmante: «**L'orazione mentale non è altro, per me, che un intimo rapporto di amicizia, un frequente trattenimento da solo a solo con Colui da cui sappiamo d'essere amati**». Pregare è

"perdere tempo" con un Amico. Parlargli, ascoltarlo, stare semplicemente con Lui. Non è "pensare molto", ma "amare molto". Ha insegnato che tutti possono pregare, perché tutti sono capaci di amare. Il suo invito è a trovare ogni giorno dei momenti per questo "da solo a solo", non per fare un elenco di richieste, ma per coltivare un'amicizia, con la certezza che non è tempo perso, ma il tempo meglio investito della nostra vita.

- **Riflessioni e domande:** Vivi la preghiera come un dovere da sbrigare o come un incontro con un Amico? Riesci a trovare dei momenti per "perdere tempo" con Dio, senza ansia da prestazione?
- **Impegno:**
 - **Singolo:** Oggi, trova 5 minuti per una "preghiera-amicizia". Non chiedere nulla. Racconta semplicemente a Gesù la tua giornata, come faresti con un amico caro.
 - **Gruppo:** La preghiera del silenzio insistente. Provate a fare un esercizio difficile: cinque minuti di silenzio assoluto. L'unica consegna è "rimanere", resistere alla tentazione di distrarsi. È un modo per sperimentare che pregare è "stare con" Dio.

6° Buongiorno/Buonanotte: La preghiera con i piedi per terra

- **Introduzione:** La preghiera non è una fuga dal mondo, ma un modo per immergersi ancora di più nella realtà, con lo sguardo di Dio. La preghiera più autentica è quella che nasce dalla vita e alla vita ritorna.
- **La citazione:** La vedova chiede "giustizia". La sua preghiera nasce da un'ingiustizia concreta della vita.
- **Storia di un testimone:** Don Tonino Bello, Vescovo di Molfetta, poeta e profeta di pace, ha insegnato una preghiera "contempl-attiva", con i piedi per terra. Era convinto che non si potesse pregare il "Padre Nostro" senza lottare perché tutti avessero il "pane quotidiano". La sua preghiera era intrisa dei nomi e dei volti della gente. Insegnava a pregare con il giornale aperto accanto al Vangelo, per leggere la storia di oggi alla luce della Parola di Dio. La sua famosa "**Lettera alla vedova di un agente di scorta**", scritta dopo la strage di Capaci, è una preghiera laica e potentissima, che non fugge dal dolore ma ci entra dentro. Diceva: "**Maria, donna dell'ultima ora... quando la fede del tuo popolo sembra spegnersi, tendici la tua mano**". La sua vita è la prova che la preghiera più vera non ci allontana dai problemi, ma ci dà la forza e la luce per affrontarli.
- **Riflessioni e domande:** La tua preghiera è solo per i tuoi bisogni o include anche il grido per la giustizia del mondo? Come puoi rendere la tua preghiera più "concreta" e legata alla vita?
- **Impegno:**
 - **Singolo:** Prega "contro-corrente". Quando senti montare la rabbia o la lamentela per qualcosa che non va, prova a trasformarla in preghiera. Invece di dire "che ingiustizia!", prova a dire "Signore, fa' giustizia tu".
 - **Gruppo:** Il "muro del grido". Ispirandovi al Muro del Pianto, attaccate un grande cartellone al muro. Ognuno scrive su un bigliettino un'ingiustizia per cui vorrebbe "gridare" a Dio. Inserite i biglietti nelle fessure e concludete con una preghiera comunitaria.

7° Buongiorno/Buonanotte: L'inquietudine che cerca

- **Introduzione:** La preghiera non è solo chiedere o ringraziare. A volte è pura ricerca, è l'espressione di un'inquietudine, di un desiderio di senso che non si accontenta di risposte facili.
- **La citazione:** "Gesù, maestro, abbi pietà di noi!" (Lc 17,13). È una preghiera di chi si riconosce bisognoso, in ricerca di salvezza.
- **Storia di un testimone:** Pier Paolo Pasolini, grande poeta e regista, si è sempre dichiarato "non credente". Eppure, tutta la sua opera è una disperata e potente ricerca del sacro. Era ossessionato dalla figura di Gesù, che considerava **"la cosa più rivoluzionaria e sublime mai apparsa sulla terra"**. Il suo film "Il Vangelo secondo Matteo" è considerato uno dei più bei film su Cristo, proprio per la sua fedeltà scabra e poetica al Vangelo. La sua ricerca era piena di contraddizioni, di rabbia, di nostalgia per un mondo sacro che vedeva scomparire. La sua testimonianza, pur da "esterno", ci mostra la forza dell'inquietudine di cui parla Papa Francesco. La sua vita ci dice che a volte la ricerca di chi si dichiara ateo è una preghiera più autentica della fede tiepida di molti credenti.
- **Riflessioni e domande:** Papa Francesco dice: "Lo Spirito Santo ci dà l'inquietudine per cercare Dio. Un cuore che non è inquieto è un cuore stagnante". La tua fede è una certezza comoda o un'inquietudine che ti spinge a cercare sempre?
- **Impegno:**
 - **Singolo:** La "Lettera a Dio". Scrivi una breve lettera a Dio, non per chiedere qualcosa, ma per raccontargli cosa stai cercando in questo momento della tua vita, con le tue confusioni e i tuoi dubbi.
 - **Gruppo:** Un dibattito: Pregare serve ancora a qualcosa? Usate come spunto un video che affronti la preghiera da un punto di vista scettico ma intelligente, per un confronto onesto e senza risposte scontate.

8° Buongiorno/Buonanotte: L'amore che prega

- **Introduzione:** La preghiera è come un uccello che ha bisogno di due ali per volare: la fiducia e l'amore. La fiducia ci fa credere che Dio ascolta, l'amore ci spinge a chiedere non solo per noi, ma per il mondo intero.
- **La citazione:** "... Pregare sempre e non stancarsi" (Lc 18,1).
- **Storia salesiana:** Il beato Michele Rua, primo successore di Don Bosco, era considerato da tutti "la regola vivente". La sua vita era un intreccio perfetto di preghiera e azione. Fin da ragazzo, era stato il braccio destro di Don Bosco, aiutandolo in tutto: insegnava, assisteva, copiava lettere fino a tarda notte. Ma la sorgente di questa sua incredibile operosità era una vita di preghiera profonda e costante. Don Bosco stesso gli aveva insegnato che la preghiera non era un'attività da fare "quando si ha tempo", ma il respiro dell'anima. Quando Don Bosco morì, Don Rua ereditò un'opera immensa e piena di problemi. Avrebbe potuto essere schiacciato dal peso. Ma, come il suo maestro, si affidò totalmente alla preghiera. Sotto la sua guida, la Congregazione Salesiana si espanse in tutto il mondo. Era l'esempio vivente che la preghiera insistente e l'azione instancabile non sono in contraddizione, ma sono le due ali che permettono all'opera di Dio di volare alto.

- **Riflessioni e domande:** Etty Hillesum scriveva: "Bisogna avere il coraggio di essere noi stessi il balsamo per tante ferite". La preghiera ti chiude in te stesso o ti apre ai bisogni degli altri?
- **Impegno:**
 - **Singolo:** Prega per il mondo. Scegli una notizia del telegiornale che ti ha colpito e offri una preghiera per le persone coinvolte. Unisci la tua piccola storia alla grande storia del mondo.
 - **Gruppo:** Create un "rosario vivente": ogni partecipante rappresenta un "grano" e, a turno, esprime un'intenzione di preghiera per il mondo, prima di recitare insieme l'Ave Maria.

9° Buongiorno/Buonanotte: L'attesa della fede

- **Introduzione:** La parabola della vedova insistente si conclude con una domanda spiazzante, che capovolge la prospettiva. Il problema non è se Dio ci ascolta, ma se noi continueremo a pregare, se avremo una fede così ostinata da non stancarci mai.
- **La citazione:** "Ma il Figlio dell'uomo, quando verrà, troverà la fede sulla terra?" (Lc 18,8).
- **Storia di un testimone:** Don Primo Mazzolari, un parroco italiano, è stato un "profeta" del '900, spesso incompreso e isolato. In un suo scritto famoso, "Impegno con Cristo", parla della "nostra parte di buio", cioè di quei momenti in cui la fede sembra vacillare e Dio sembra lontano. Ma proprio in quel buio, scrive, bisogna continuare a "vegliare", a "sperare contro ogni speranza". La sua vita è stata una testimonianza di questa fede ostinata. Anche quando era emarginato dalle gerarchie ecclesiastiche, anche quando il suo impegno per i poveri sembrava non portare frutti, non ha mai smesso di "bussare", di "gridare" la sua fede in un Dio che ama i poveri. Ha incarnato perfettamente la domanda di Gesù: di fronte al silenzio apparente di Dio e all'ingiustizia del mondo, ha continuato ad avere fede, una fede che è stata trovata sulla terra proprio grazie alla sua perseveranza.
- **Riflessioni e domande:** È più importante ottenere ciò che chiediamo o continuare a credere anche se non lo otteniamo? Come affronti il "silenzio di Dio"? Ti scoraggi o continui a bussare?
- **Impegno:**
 - **Singolo:** Non mollare alla prima difficoltà. La prossima volta che stai per abbandonare un impegno perché è troppo faticoso, pensa alla vedova. Fai un ultimo tentativo, insisti per altri cinque minuti. Applica la perseveranza della preghiera alla vita.
 - **Gruppo:** Discutete insieme sulla domanda finale di Gesù. Cosa significa per voi "trovare la fede sulla terra"? Quali sono i segni di questa "fede" nel vostro ambiente e nel mondo?

10° Buongiorno/Buonanotte: Siate felici nel tempo e nell'eternità. Una lettera da Don Bosco

- **Introduzione:** Siamo giunti al termine del nostro lungo viaggio. Dieci tappe, dieci parole che ci hanno guidato. Ora, lasciamo che sia il nostro primo amico e maestro, Don Bosco, a raccogliere i fili del nostro cammino con una lettera scritta apposta per noi.

- **La citazione:** "Non temete, io ho vinto il mondo" (Gv 16,33).
- **Storia (Lettera di Don Bosco):** Miei carissimi giovani, ho seguito con gioia il vostro cammino "Alzati e Vai" e il mio cuore si riempie di speranza. Avete iniziato riscoprendo la **VITA** come un dono meraviglioso. Ricordate, siete un'opera d'arte, plasmati con amore da Dio. Un dono così grande chiede una risposta, e voi avete esplorato l'**IMPEGNO**, capendo che la fede non è stare a guardare, ma sporcarsi le mani. Ma ogni impegno, lo sapete, si regge solo sulla **FIDUCIA**. Come Mamma Margherita, avete imparato che bisogna affidarsi alla Provvidenza, che non ci abbandona mai. Questa fiducia vi apre alla vera **SALVEZZA**, quella che vi rimette in piedi, che vi libera dalle vostre "bare" e vi restituisce alla vita. E una volta in piedi, non si cammina mai da soli. La **SOLIDARIETÀ** vi ha insegnato a "scoperchiare i tetti", a portarvi a vicenda. Portare l'altro diventa poi **CUSTODIA**, un camminare al suo fianco, una cura paziente come quella che io ho cercato di avere per voi. E questo cammino si fa insieme, nella **COMUNITÀ**, la vostra casa, la vostra famiglia, il vostro cortile. Ma una casa viva è una casa che non smette mai di **CERCARE**, che ha il cuore inquieto e sogna orizzonti sempre nuovi. E chi cerca Dio, trova l'**AMARE**, l'unica forza che dà senso a tutto, un amore che si fa dono, servizio, fino a dare la vita. Infine, avete capito che questo amore, per non spegnersi, ha bisogno di respirare, di dialogare con la sua Sorgente. Questo è **PREGARE**, la dichiarazione della vostra amicizia con Gesù. Vedete? Tutto questo percorso ha un unico scopo: rendervi pienamente vivi. Ricordate sempre ciò che diceva un antico Padre della Chiesa, Sant'Ireneo di Lione: **«La gloria di Dio è l'uomo vivente, e la vita dell'uomo consiste nella visione di Dio»**. Ecco il mio desiderio più grande per voi, il segreto di tutta la mia vita, l'impegno di tutte le nostre case: che possiate essere pienamente vivi, pienamente voi stessi. Così, sarete la gloria di Dio. Per questo vi auguro, dal profondo del cuore: **Siate felici nel tempo e nell'eternità!**
- **Impegno finale:**
 - **Singolo:** Scrivi una breve lettera di risposta a Don Bosco, raccontandogli quale tappa di questo viaggio ti ha colpito di più e quale impegno concreto ti porti a casa per il futuro.
 - **Gruppo:** Create il "decalogo" del vostro cammino. Per ognuna delle 10 voci (Vita, Impegno, Fiducia...), scrivete una frase-impegno che riassume ciò che avete imparato. Sarà la "mappa" del vostro cammino per il resto dell'anno.