

TERZO INSEGNAMENTO

QUATTRO TIPI DI PREGHIERA

Vi sono vari tipi di preghiera: oggi ne consideriamo quattro.

12. La preghiera di lode

San'Ignazio dice che *«l'uomo è creato per dare lode a Dio nostro Signore»*. In ogni parte della Sacra Scrittura, si afferma l'importanza della lode. Dio Padre, che ci ama tanto da mandare Gesù a morire per noi ed a farsi nostro cibo, merita la nostra adorazione e la nostra lode.

La preghiera di lode consiste nel lodare Dio per ciò che è, senza nulla chiedere. Si loda Dio per ciò che sappiamo di Lui attraverso la rivelazione di se stesso. Lodare il Signore in ogni momento (gioia, dolore, deserto) rafforza la nostra fede.

Quando lodiamo, dimostriamo di riconoscere la Sua supremazia e la Sua autorità nella nostra vita. Attraverso la lode constato che io sono debole e Lui è forte.

Non dobbiamo mai «fare tacere» la lode di Dio, né con la vita né con le labbra (cfr. Rm 10,10). La preghiera di lode dovrà essere segno di un'armonia più ampia: la nostra vita santa, per cui la lode diventa veramente perfetta davanti a Dio e davanti agli uomini (cfr. Mt 5,16).

Mentre lodo, qualcosa cambia nel mio cuore e nei miei occhi. E' salutare al cuore e alla mente, al corpo e allo spirito. La lode porta la mia vita ad abbandonarmi ad un Padre Amorevole, aumenta in me la luce della fede, mi porta ad adorare. Dopo che si è svolta la preghiera di lode «allora il tempio si riempì di una

nube, della gloria del Signore» (2 Cr 5,11-14).

In genere noi preghiamo Dio perché trasformi una situazione negativa (non lo lodiamo per essa). La lode è basata sull'accettazione totale e gioiosa del presente come facente parte della volontà perfetta di un Dio d'amore; non è fondata su ciò che pensiamo o speriamo di vedere succedere nell'avvenire.

E' importante che intraprendiamo il cammino spirituale, senza avere rancori verso Dio o verso noi stessi: finché teniamo il pugno del rancore o il fazzoletto del dolore, non procederemo oltre. Rabbia, rancore, risentimento, danneggiano cuore, mente, volontà.

La lode ci conduce ad una sana attitudine mentale e aumenta la nostra capacità di vivere e di crescere in amore e santità.

Dio ha un piano di amore per tutto e per tutti. Tutto ciò che è successo fino ad ora nella mia vita, di fatto è servito a condurmi sino a questo punto.

Abbiamo molto da imparare sulla sorprendente e misteriosa potenza di questa umile attività. Questo avverrà esercitandola.

Dall'esercizio della lode, vissuta intensamente da tutto il popolo di Dio, fioriscono spontanei i vari cantici degli eletti. Le persone che lodano sono persone di fede. Hanno una luce gioiosa, che riflette qualcosa al di là di loro stessi. Inseriamoci anche noi con le nostre voci e soprattutto con la nostra vita santa!

Puoi trovare esempi di lode
→ nell'Antico Testamento:

- Cantico di Mosè (Es 15,1-21):
«Voglio cantare in onore del Signore»

- Cantico di Anna (1 Sam 2,1-10):
«Il mio cuore esulta nel Signore»

- Cantico di Giuditta (Gdt 16,1-17):
«Lodate il mio Dio con i timpani».

→ nel Nuovo Testamento:

- Cantico di Maria Santissima (Lc 1,46-55)

- Cantico di Zaccaria (Lc 1,68-79)

- Canto degli Angeli (Lc 2,14)

- Canti e lodi dei pastori (Lc 2,20)

- Cantico di Simeone (Lc 2,29-32)

- Canti di Paolo e Sila (At 16,25)

- Canti e cantici della prima comunità cristiana (Fil 2,6-11; Col 1,15-20; 1Tm 3,16).

13. La preghiera di adorazione

«Adorare» viene dal latino «ad oram» = portare alla bocca, cioè «baciare». E' il gesto per esprimere devozione e amore.

Adorazione significa quindi esprimere amore a Dio. Adorare, senza portare amore, è falsa adorazione.

Ci sono varie forme di adorazione: comunitaria, silenziosa, trinitaria ed eucaristica. «I veri adoratori adorano il Padre in Spirito e Verità» (Gv 4,23). Nell'adorazione ciò che conta è il cuore ed uno spirito pienamente abbandonato in Dio. L'adoratore rimane alla presenza di Dio, entra in Lui e rimane nel Suo Amore.

Lo Spirito divino elargisce dei doni affinché nella Chiesa sia svolto, in modo sempre più degno, questo ufficio sacerdotale di adorazione e di lode all'Altissimo, da parte di tutti i figli di Dio.

Non vi è vera Chiesa senza adorazione. «Venite prostrati adoriamo» (Sal 95).

Stando davanti al Suo Signore, la Chiesa di Gesù si rende sempre più bella «come una sposa adorna per il suo sposo» (Ap 21,2).

Attraverso il battesimo, tutti i fedeli partecipano al sacerdozio comune che li rende adoratori del Padre insieme a Cristo, Suo Figlio divino, ricolmi di Amore, cioè di Spirito Santo.

Questa è la lode perfetta: adorare il Padre, con Gesù, nello Spirito Santo. Nei cieli, in Paradiso, l'adorazione e la lode sono perfette. San Giovanni ha visto e udito, in uno squarcio di cielo, la Chiesa celeste nella lode e così la descrive nell'Apo-calisse (Ap 19,5-6):

Partì dal trono una voce che diceva: «Lodate il nostro Dio, voi tutti suoi servi, voi che lo temete, piccoli e grandi». Udii poi una voce di una immensa folla simile al fragore di grandi acque e a rombo di tuoni possenti, che gridavano: «Alleluia. Ha preso possesso del suo regno il Signore, il nostro Dio, l'Onnipotente».

14. La preghiera di ringraziamento

Ringraziare è un grande atto d'amore ed esistono molte forme di ringraziamento. Si avverte la spinta e il desiderio di ringraziare Dio per sé e per gli altri.

Il ringraziamento avviene proclamando le opere di Dio e di Cristo Signore nostro: tutto il bene avviene per Lui, la Grande Vittima che, con l'effusione del Suo Sangue

e con la pienezza del Suo dolore, ha aperto le dighe della Misericordia e dell'Amore. Colui che, essendo Dio, si fece Uomo, Agnello, Vittima, è degno di ricevere la gloria e l'impero nei secoli dei secoli.

L'Eucaristia è l'atto massimo del nostro ringraziamento a Dio. Lo Spirito Santo muove interiormente alla partecipazione. Un inno di grazie perpetuo vuole arrivare a celebrare la liturgia per tanto amore.

San Paolo scrivendo ai Tessalonicesi elenca alcuni aspetti della preghiera: **«State sempre lieti, pregate incessantemente, in ogni cosa rendete grazie; questa è infatti la volontà di Dio in Cristo Gesù verso di voi. Non spegnete lo Spirito, non disprezzate le profezie; esaminare ogni cosa, tenete ciò che è buono»** (1 Ts 5,16-21).

15. La preghiera d'intercessione

La forza della preghiera di intercessione cristiana dove si appoggia? Sulla preghiera divina del Cuore di Gesù, il Figlio di Dio, il Verbo Incarnato, unico mediatore tra il Cielo e la Terra. Il punto di appoggio, il perno, è l'adorabile Cuore di Gesù, pieno di Amore, trafitto per noi sulla Croce.

Chi prega fa suoi i sentimenti del Cuore di Cristo e si unisce all'intercessione universale di Gesù che sta alla destra del Padre «sempre vivo per intercedere» (Eb 7,25). In questo modo ci si apre alla condizione dei poveri, dei piccoli, dei malati per impetrare da Dio il suo intervento misericordioso. Si può intercedere ovunque e comunque, nella chiesa o

nella propria stanza, perché sorge una necessità immediata o perché si hanno delle responsabilità (come i genitori, animatori di gruppo, ecc).

San Paolo afferma: «Uno solo è Dio e uno solo il mediatore fra Dio e gli uomini, l'uomo Cristo Gesù, che ha dato se stesso in riscatto per tutti» (1 Tm 2,5-6).

La stessa verità è proclamata da Pietro, principe degli Apostoli: «In nessun altro c'è salvezza; non vi è infatti altro nome dato agli uomini sotto il cielo nel quale è stabilito che possiamo essere salvati» (At 4,12).

La Chiesa, sposa di Cristo, unita indissolubilmente a Lui, continua l'opera del Suo Sposo divino e collabora con Gesù per la redenzione, intercedendo per ogni uomo.

I tesori di Gesù Redentore sono infiniti a motivo del merito di ogni Sua azione da attribuire alla dignità divina della Persona del Verbo Incarnato. Gesù trasmette queste ricchezze anche alla Sua Sposa, la Chiesa.

La preghiera di intercessione di Gesù è quindi forza e ricchezza della stessa Chiesa. Ad alcuni di noi –a quelli che Egli vuole!– il Signore Gesù concede un particolare carisma di intercessione.

La Chiesa esercita la Sua Intercessione tramite ogni preghiera della liturgia: mentre termina le orazioni, Essa sempre interpone la mediazione del Suo Sposo di sangue, ponendo questa conclusione: «Per il nostro Signore Gesù Cristo che è Dio».

La esercita ogni volta che sull'altare innalza l'Eucarestia, preghiera di intercessione perfetta. Soprattutto in quel momento raccoglie nel Cuore di Cristo le preghiere dei fedeli.

Più volte la liturgia dell'Eucarestia richiama all'unione della personale immolazione con Cristo per i bisogni propri, dei fratelli e del mondo. I «bisogni» sono: perdono continuo, misericordia, luce, guida, salute spirituale e corporale.

Un particolare valore di intercessione viene dal dono delle lacrime, che non consiste nell'avere la lacrima facile, caratteristica di persone emotive e fragili: è un pianto che nasce dal cuore sotto l'azione dello Spirito e produce grande purificazione interiore. Le motivazioni possono essere varie: l'intenso amore di Dio, la riconoscenza per i Suoi doni gratuiti, una particolare consapevolezza dei peccati dell'umanità.

Capiamo perché nel giorno del Venerdì Santo la Chiesa, abbracciando il suo Sposo Crocifisso, esercita l'intercessione con la Preghiera Universale e si rivolge al Padre presentando le necessità di tutto il mondo.

La Chiesa esercita questo ministero tramite la «Comunione dei Santi», unità misteriosa di tutti gli eletti in Cristo, incominciando da Maria Santissima, che i Padri chiamarono «Onnipotenza supplice».

Dio Padre sempre ascolta la Sua Prediletta. Maria Santissima è mediatrice di tutte le grazie, perché è Madre di Dio. La Madonna

accanto al Figlio, sempre intercede per noi.

Afferma il Concilio Vaticano II nella *Lumen Gentium* (62):

La maternità di Maria nell'economia della grazia perdura senza soste [...] Anche dopo la sua Assunzione al cielo non ha interrotto questa funzione salvifica, ma con la sua molteplice intercessione continua ad ottenere i doni che ci assicurano la nostra salvezza [...] Per questo la beata Vergine è invocata nella Chiesa con i titoli di avvocata, ausiliatrice, soccorritrice, mediatrice.

La comunione dei Santi è ricca inoltre dei meriti dei più grandi amici di Dio, la cui intercessione Egli ama ascoltare: così san Giuseppe, lo sposo di Maria santissima Patrono Universale della Chiesa; così san Michele Arcangelo, Principe di tutte le Schiere Angeliche; così tutti gli Angeli, tutti i Santi, tutte le Anime Sante del Purgatorio e tutte le anime dei Giusti che sono attualmente sulla terra.

I beati non cessano di intercedere per noi presso il Padre offrendo i meriti acquistati in terra mediante Gesù Cristo, Unico Mediatore tra Dio e gli uomini. La nostra debolezza, quindi, è molto aiutata dalla loro fraterna sollecitudine.

Si rifletta su:

- Preghiera = lottare con il Cielo (Gn 32,23-32): «Non ti lascerò se non mi avrai benedetto!».
- La preghiera di Mosé (Es 32,11-14): «Perché, Signore, divamperà la tua ira?».
- Segni dell'intercessione (Es 28,9-12): «Aronne porterà i loro

- nomi sulle sue spalle davanti al Signore».
- Abramo intercede per Sodoma (Gn 18,16-32): «Vedi come ardisco parlare al mio Signore».
 - Preghiera di Amos (Am 7,1-6): «Signore Dio, perdona, come potrà resistere Giacobbe?».
 - Preghiera di Ezechia per il popolo (2 Cr 30,18-20): «Il Signore esaudì Ezechia e risparmiò il popolo».
 - Intercessione di Giuditta (Gdt 8,31; 9,1-14): «Ma ora prega per noi tu che sei donna pia».

16. Domande

1. Hai mai fatto una preghiera per qualche persona a te cara, viva o defunta, oppure hai sempre pregato solo per te stesso?
2. C'è qualche santo a cui ti rivolgi perché interceda per le tue preghiere?

I Documenti del Concilio Vaticano II	
16 DOCUMENTI	
→ 4 COSTITUZIONI	SC = LA LITURGIA (<i>Sacrosanctum Concilium</i>)
	LG = LA CHIESA (<i>Lumen Gentium</i>)
	DV = LA DIVINA RIVELAZIONE (<i>Dei Verbum</i>)
	GS = LA CHIESA NEL MONDO CONTEMPORANEO (<i>Gaudium et Spes</i>)
Sono costituzioni perché costituiscono per la Chiesa un nucleo di principi, un condensato di dottrina e di premesse, a cui	

bisogna fare riferimento soprattutto nella catechesi (teologia) e nella liturgia. LG e DV sono dogmatiche, perché indicano dottrine che appartengono più o meno direttamente alla fede. SC è una via di mezzo tra una costituzione e un decreto, perché insieme alla dottrina, contiene regole e decisioni pratiche. GS è di carattere pastorale: contiene dottrine «immutabili».

→ 9 DECRETI I decreti sono principalmente rivolti a riforme disciplinari e di costume

IM: *Inter Mirifica* (= Mezzi di comunicazione sociale)

UR: *Unitatis Redintegratio* (= Ecumenismo)

OE: *Orientalium Ecclesiarum* (= Chiese Orientali Cattoliche)

CD: *Christus Dominus* (= Ufficio Pastorale dei Vescovi)

PC: *Perfectae Caritatis* (= I Religiosi)

OT: *Optata Totius* (= Formazione Sacerdotale)

AA: *Apostolicam Actuositatem* (= I laici)

AG: *Ad Gentes* (= Le Missioni)

PO: *Presbyterorum Ordinis* (= I Sacerdoti)

→ 3 DICHIARAZIONI Sono anche questi pronunciamenti dottrinali, ma meno

impegnativi delle
costituzioni.

Sembrano rivolti più a
problemi generali:
punto di vista della
Chiesa nel dialogo
con «gli altri».

GE: *Gravissimum*

Educationis (= Educazione Cristiana)

NAE: *Notra aetate* (=
La Chiesa e le religioni non cristiane)

DH: *Dignitatis*
Humanae (= La libertà religiosa)

NB. L'enciclica *Ecclesiam Suam* di Paolo
VI si deve considerare il quadro
organizzativo e interpretativo del Concilio