

**Scuola di preghiera**  
***“Signore insegnaci a pregare”***



**Secondo incontro**

**Gesù ci insegna a pregare  
da “figli” che si rivolgono a Dio  
chiamandolo “Padre”**

In questa seconda tappa del nostro cammino di preghiera ci lasciamo guidare dall'Evangelista Luca che ci racconta come un giorno i discepoli sono rimasti colpiti da come Gesù pregava e gli hanno chiesto: “**Signore insegnaci a pregare!**”.

Ascoltiamo il racconto di Luca:

*Un giorno Gesù si trovava in un luogo a pregare e quando ebbe finito uno dei discepoli gli disse:  
«Signore, insegnaci a pregare,  
come anche Giovanni ha insegnato ai suoi discepoli».  
Ed egli disse loro:  
«Quando pregate, dite:  
**Padre,**  
sia santificato il tuo nome,  
venga il tuo regno;  
dacci ogni giorno il nostro pane quotidiano,  
e perdonaci i nostri peccati,  
perché anche noi perdoniamo ad ogni nostro debitore,  
e non ci indurre in tentazione».* (Lc 11,1-4)

Facciamo qualche nota su tre punti del racconto di Luca:

- *Gesù in preghiera*
- L'invocazione dei discepoli: “*Signore insegnaci a pregare!*”
- Gesù ci insegna a pregare da “*figli*” che si rivolgono a Dio chiamandolo “*Padre*”

Il contenuto della preghiera al Padre che Luca ci consegna, lo riprenderemo più avanti, quando, oltre il testo di Luca, rifletteremo anche sul testo parallelo che ci viene offerto da Matteo, che riporta la preghiera del “*Padre nostro*” che di solito recitiamo.

***In prima pagina:***

Miniatura del Monastero di Monte Athos del 1059. Raffigura Cristo che prega rivolgendosi al Padre, Egli è solo, in un luogo deserto, mentre i discepoli lo osservano a rispettosa distanza. San Pietro si volge verso gli altri discepoli per indicare in Gesù il Maestro che insegna a pregare (cfr. Lc 11,1).

## 1) Gesù in preghiera

Luca invita a contemplare Gesù che prega, non solo in questo testo ma in molte altre occasioni, facendoci comprendere che Gesù ha accompagnato la sua missione con la preghiera. Ad esempio:

- **nel Battesimo al Giordano** (*Gesù ricevuto il battesimo, stava in preghiera, il cielo si aprì e scese su di lui lo Spirito Santo Lc 3,21-22)*)

- **prima della scelta degli apostoli** (*Gesù se ne andò sulla montagna e passò la notte in preghiera, quando fu giorno chiamò i discepoli e ne scelse 12 ai quali diede il nome di apostoli cfr. Lc 6, 12-13)*)

- **prima della professione di fede che Gesù ha chiesto a Pietro e agli altri apostoli** (*mentre Gesù si trovava in un luogo appartato a pregare e i discepoli erano con lui, chiese: “Chi sono io secondo la gente [...] e voi “Chi dite che io sia?” cfr. Lc 9,18-20)*)

- **nella Trasfigurazione al monte Tabor** (*prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni e salì sul monte a pregare cfr. Lc 9, 28)*)

- **nell'orto degli ulivi** (*se ne andò, come al solito, al monte degli ulivi [...] inginocchiatosi pregava [...] in preda all'angoscia pregava più intensamente cfr. Lc 22, 39-46)*)

- **sulla croce** (*Padre perdonali perché non sanno quello che fanno Lc 23, 34 Padre nelle tue mani consegno il mio spirito cfr. Lc 23, 46)*)

Anche gli altri evangelisti fanno notare che Gesù ha accompagnato con la preghiera non solo i momenti salienti della sua missione, ma anche la quotidianità. Ad esempio: Mc 1,35 (*al mattino si alzò quando era ancora buio e, uscito di casa, si ritirò in un luogo deserto e là pregava*).

## 2) L'invocazione dei discepoli: “Signore insegnaci a pregare!”

Secondo il testo di Luca che stiamo esaminando, i discepoli rimangono colpiti dalla intensità e raccoglimento con cui Gesù pregava e intuiscono che Egli nella preghiera aveva un rapporto speciale con Dio, molto più profondo di quello degli scribi e dei

farisei ed anche di Giovanni il Battista e chiedono a Gesù: “*Signore insegnaci a pregare!*”

L’invocazione i discepoli domanda di essere anche la nostra. Infatti, Luca non dà nome al discepolo che domanda a Gesù. Dice genericamente “*Uno dei discepoli chiese a Gesù*”. Quell’ “*uno dei discepoli*” è ciascuno di noi.

Come abbiamo rilevato nel primo incontro, dobbiamo riconoscere che non siamo capaci di pregare con le sole nostre forze, abbiamo bisogno della Grazia del Signore Gesù, ed abbiamo bisogno che Lui ci insegni a pregare e ci accompagni nella nostra preghiera.

Come già abbiamo detto nel primo incontro, Gesù sarà il nostro Maestro al quale costantemente ci rivolgeremo e gli chiederemo: “*Signore insegnaci a pregare!*”.

### 3) Quando pregate dite “Padre”

Il Signore Gesù rispondendo alla richiesta dei discepoli “*Signore insegnaci a pregare*”, non si limita a proporre una formula di preghiera da ripetere, ma invita a pregare come Lui pregava, con i suoi sentimenti.

Infatti, dicendo: “*Quando pregate dite Padre*”, invita a rivolgersi a Dio chiamandolo: “*Padre*” come faceva Lui stesso.

I vangeli riportano in più occasioni che Gesù iniziava la sua preghiera con “*Padre*”. Ad esempio:

- Giovanni 17, 1-26, nel Cenacolo con la Preghiera Sacerdotale;
- Luca 22, 40-42, nell’orto degli ulivi;
- Luca 23,34 e 23,45, sulla Croce.

San Paolo, nella lettera ai Romani (Rom 8,15) e anche nella lettera ai Galati (Gal 4,7), ci rivela che Gesù si rivolgeva a Dio chiamandolo con il termine “*Abbà*”, che nell’originale aramaico era il modo confidenziale e affettuoso dei bambini di rivolgersi al loro padre. In italiano potremmo tradurre con: “*Papà*”

Gesù, dunque, non ci insegna un semplice modo di chiamare Dio, ma ci offre una straordinaria rivelazione: che Dio è Amore, che ci ama come un “*Papà*” che ci vuol bene perché ci ha chiamato alla vita e noi siamo suoi figli. Il suo Amore è forte, è un amore “*paterno*” ed insieme “*materno*”, carico di tenerezza e di misericordia, che non

viene mai meno, anche quando i figli non corrispondono, come ci dice la parabola del Figliol prodigo (cfr. Lc, 15, 11-32).

**Rembrandt van Rijn** (1606-1669) ha rappresentato questo amore nel celebre dipinto conservato nel museo dell'Hermitage a San Pietroburgo, dove le mani del padre che abbracciano il figlio sono diverse l'una dall'altra: una è forte e maschile e l'altra appare più delicata, femminile, per indicare che il Padre che abbraccia il figlio è insieme “*papà*” e “*mamma*”.



Rembrandt dipinse questo quadro poco prima di morire, alla fine di una vita travagliata e segnata da lutti familiari, ristrettezze economiche, debiti, solitudine e abbandono. Probabilmente, pensando alla sua morte che sentiva prossima, si è identificato nella figura del figliol prodigo che torna a casa e viene abbracciato dal Padre con amore tenerissimo e ricco di misericordia. Le luci e le ombre del dipinto, unitamente al gioco dei colori (rossi e nero) sono orchestrate, in modo tale da guidare lo sguardo verso il padre e il figlio che si abbracciano. Accanto a loro altri **quattro personaggi**: il figlio

maggiore in piedi che guarda severo il fratello, un uomo adulto seduto che contempla pensoso la scena e due donne in piedi, meno in vista, una delle quali appena si intravede in alto a sinistra.

Oltre le mani, una di padre e l'altra di madre, si notano altri particolari significativi con cui Rembrandt ha raffigurato il figliol prodigo abbracciato dal padre:

Il figlio ha le vesti stracciate, i calzari logori e i piedi con cicatrici che rivelano un lungo e faticoso cammino; la testa è rasata per indicare il suo pentimento dopo la vita gaudente, nella quale ha sperperato tutti i beni che ha ottenuto dal padre.

Il figlio è inginocchiato, affonda il viso nel petto del padre che lo stringe con un abbraccio forte che lo accoglie e vuole farlo entrare nel suo cuore di papà e mamma insieme, come rivela il particolare delle mani che già abbiamo fatto notare.

Gli occhi del padre sono gli occhi sofferenti di un cieco, perché hanno a lungo scrutato l'orizzonte con il desiderio di scorgere da lontano il figlio che



Gesù insegnandoci a chiamare Dio nella preghiera: “Padre” (“Papà), ci invita a condividere i suoi sentimenti di Figlio. I Padri della Chiesa insegnavano che dobbiamo pregare come “figli nel Figlio”. Figli che riconoscono il suo amore e lo vogliono ricambiare con il proprio amore, fiducia, obbedienza e con tutti gli altri sentimenti che Gesù ha avuto verso il Padre.

Dunque, nella preghiera non ci rivolgiamo in modo generico ad un dio sconosciuto e lontano, ma al Dio unico e vero che ci è stato rivelato da Gesù come “*Padre mio e Padre vostro*” (cfr. Gv 20, 17).

### **L’azione di Grazia dello Spirito Santo**

Il Signore Gesù non ci esorta semplicemente ad un atteggiamento psicologico di figli che si rivolgono al loro padre, perché nel Battesimo siamo diventati realmente figli di Dio (cfr. 1 Gv 3,1). L’azione di Grazia dello Spirito Santo ci consente di pregare da figli, come San Paolo spiega nella lettera ai Romani: “*Voi non avete ricevuto uno spirito da schiavi per ricadere nella paura, ma avete ricevuto uno spirito di figli adottivi per mezzo del quale gridiamo “Abbà”, “Padre”, ed è lo Spirito Santo che attesta al nostro spirito che siamo figli di Dio*” (Rom 8,15) (cfr. Gal 4.6-7)

### **L’esempio della preghiera dei Santi**

I Santi con la loro preghiera ci offrono bellissimi esempi che ci possono aiutare nella nostra preghiera. Segnaliamo in modo particolare *Santa Teresa di Gesù Bambino* con l’esempio della fiducia e confidenza e dell’amore con cui si rivolgeva a Dio, come i bambini che si rivolgono al loro papà. Segnaliamo inoltre *San Charles de Foucauld*, per l’esempio del fiducioso abbandono al Padre che aveva nella sua preghiera.

## **ESERCIZI**

### **Primo esercizio:**

Scegliamo un brano evangelico che ci presenta Gesù in preghiera e contempliamolo con gli occhi della Fede. (possiamo scegliere fra i testi citati a pagina 3 del fascicolo) Chiediamo allo Spirito Santo di intuire il contenuto e i sentimenti della preghiera di Gesù.

Ci potrà aiutare la “composizione di luogo” che suggerisce Sant’Ignazio negli Esercizi Spirituali, ossia con spirito di fede, dalla finestra dei particolari del racconto dell’evangelista, osserviamo il luogo, l’orario, il contesto, le persone e le circostanze.

Verrà spontanea la preghiera: “*Signore donami lo Spirito Santo perché possa pregare come tu hai pregato*”

### **Secondo esercizio:**

Ci lasciamo ispirare da Matteo 6,6: “*Quando preghi, entra nella tua camera, e chiusa la porta prega il Padre tuo nel segreto*”.



Cerchiamo un posto adatto a favorire il nostro raccoglimento, è la “camera spirituale” nella quale vogliamo aprire il nostro cuore al Padre. Può essere in casa nostra, può essere in Chiesa, davanti al tabernacolo, può essere qualsiasi altro luogo che favorisca il nostro raccoglimento.

Preghiamo Dio Padre con le parole che Gesù ci ha insegnato: ***Padre nostro*** ... Preghiamo lentamente, fermandoci ad ogni parola, chiedendo allo Spirito Santo di fare nostra quella parola, così come l’ha detta Gesù, con i suoi sentimenti. In modo particolare fermiamoci sulla prima parola “**Padre**”.

### **Terzo esercizio:**

L’esercizio consiste nell’approfondire la rivelazione di Gesù nell’insegnamento: *Quando pregate dite: “Padre”,* esaminando nei Vangeli qualcuna delle 180 volte in cui Gesù chiama Dio “*Padre*”.

In modo particolare potremmo fare questo esercizio leggendo i seguenti brani:

- Luca 15,11-32, la parabola del Figliol Prodigo e del Padre Ricco di Misericordia.
- Matteo 11, 25-27, la preghiera di Gesù che loda il Padre per la missione che gli ha affidato.
- Giovanni 17, 1-25, la Preghiera Sacerdotale di Gesù;
- Luca 22, 40-42, la preghiera di Gesù nell’orto degli ulivi;
- Luca 23,34 e 23,45, invocazioni di Gesù sulla Croce

Ci apparirà la profondità, la ricchezza e la bellezza dell’insegnamento di Gesù: *Quando pregate dite: “Padre”.* Ci appariranno inoltre i sentimenti di Gesù “Figlio” che si rivolge al Padre con fiducia ed amore. Chiediamo allo Spirito Santo di far nostri i suoi sentimenti.

Buona preghiera.