

Schema per un incontro di preghiera

Gli incontri di preghiera sono un'occasione straordinaria di crescita spirituale, di vita cristiana ed ecclesiale. Se bene organizzati, possono perfino costituire la sintesi di tutt'e quattro le missioni della Chiesa: koinonia, liturgia, catechesi, carità. In tali incontri, infatti, oltre a pregare, si sperimenta la comunione fraterna, si può imparare meglio la Parola di Dio, si può sensibilizzare l'impegno al servizio. Nel mondo di oggi, materialista e dispersivo, gli incontri di preghiera possono costituire una formidabile difesa spirituale, perché, grazie all'azione dello Spirito Santo, forniscono una forza speciale per il combattimento di tutti i giorni. Possono inoltre diventare, nei riguardi di chi viene invitato, preziosa occasione di evangelizzazione e conversione.

Il luogo ideale degli incontri di preghiera è la chiesa, e la guida ideale ne è il sacerdote. Tuttavia, anche i laici, nella loro autonomia, possono, se genuinamente ispirati, suscitare nuovi cenacoli di preghiera, perché, come dice il Concilio Vaticano II, «è auspicabile che tali persone si riuniscano amichevolmente in gruppo, per potersi aiutare a vicenda più pienamente come cristiani nelle circostanze spesso difficili in cui si trovano» (PO 6). E i sacerdoti «devono riconoscere e promuovere sinceramente la dignità dei laici, nonché il loro ruolo specifico nell'ambito della missione della Chiesa, ... devono scoprire con senso di fede i carismi, sia umili che eccelsi, che sotto molteplici forme sono concessi ai laici, devono ammetterli con gioia e fomentarli con diligenza» (PO 9). Fra questi carismi «meritano speciale attenzione quelli che spingono non pochi a una vita spirituale più elevata». Il Concilio esorta inoltre i presbiteri a garantire ai laici «libertà d'azione e il conveniente margine di autonomia, anzi invitandoli opportunamente a intraprendere con piena libertà anche delle iniziative per proprio conto» (PO 9).

In questo spirito, vogliamo qui fornire ai nostri lettori che sentono vivo il bisogno di pregare e far pregare uno schema essenziale per organizzare incontri di preghiera, pomeridiani o serali, settimanali o mensili, nei locali della propria parrocchia o a casa propria con familiari, vicini, ed amici. Ogni incontro di preghiera può avere una sua struttura in base alla fisionomia spirituale dei partecipanti ed alle situazioni ambientali. Qui possiamo però suggerire le possibili fasi di uno schema pedagogicamente adatto a produrre i frutti desiderati, attingendo dalla tradizione ascetica della Chiesa e dall'esperienza cristiana.

Prima fase: l'accoglienza. I partecipanti vanno accolti con gioia e fraternità. L'incontro può cominciare con dei canti o dei brani di musica cristiana, cui segue subito la preghiera vocale. In tal modo si evita la dispersione e la tentazione alla chiacchiera, perché le persone vengono già accolte in un clima di preghiera. A tale scopo può risultare assai utile la recita del Santo Rosario, o, se si preferisce, l'invocazione allo Spirito Santo. Tramite la preghiera vocale i partecipanti si trasferiscono mentalmente dalle loro preoccupazioni quotidiane al necessario raccoglimento interiore. Inoltre, l'orazione comincia già ad attirare grazie sull'incontro stesso, mettendolo sotto la protezione di Dio.

Seconda fase: la Parola di Dio. Disposti gli animi tramite la preghiera, la guida (il sacerdote o un laico preparato) incarica uno dei partecipanti ad eseguire, con voce calma e distinta, lettura di un brano della Bibbia o dei Vangeli. Si può partire per esempio dal tema della ricerca del Regno, in Mt 6,24-34. È il momento meditativo, quello in cui il seme della Parola cade nei cuori e comincia a germogliare.

Questo momento comprende anche una breve catechesi sul brano stesso.

La guida avrà cura di parlare in linguaggio conciso ed accessibile a tutti, umile ed amorevole. In assenza di una guida che si sia adeguatamente preparata è possibile ricorrere a qualche testo consigliato, munito dei relativi commenti sul brano.

Terza fase: la sedimentazione. È il momento contemplativo, che avvia la gustazione tranquilla delle verità rivelate ed il loro radicamento nell'animo. Se l'incontro si tiene in una chiesa questo momento può rafforzarsi con l'adorazione eucaristica. Altrimenti è sufficiente il raccoglimento silenzioso. Al

termine un canto, avendo cura che i relativi testi siano stati approntati per tutti.

Quarta fase: la condivisione. È il momento della risonanza, quello in cui ognuno getta il proprio raggio di luce su quanto lo Spirito gli ha suggerito. È importante rimanere fedeli al tema, sebbene si possa attingere dal proprio vissuto quotidiano. La condivisione può anche riguardare le proprie ferite personali, al fine di favorire l'apertura dei cuori o di suscitare intenzioni di preghiera, ma la guida provvederà a limitare gli interventi troppo lunghi o troppo emotivi. L'incontro non deve ripiegare, come talvolta succede, in una psicoterapia di gruppo. È Cristo che guarisce tramite la sua parola. (Se l'incontro è tenuto in una chiesa, questa fase potrebbe essere opportunamente sostituita con la componente liturgica, per esempio accostandosi alla comunione).

Quinta fase: la conclusione. L'incontro può essere concluso da un canto a cui segue la preghiera di benedizione (se presente un sacerdote) o da preghiere spontanee di ringraziamento, che aprono i cuori alla lode. È poi possibile un piccolo momento conviviale. Nel lasciarsi, le persone si consegneranno un proposito di vita, in riferimento a quanto imparato, e lo assumeranno come impegno per la settimana. A tal fine si può consigliare un particolare gesto di carità.