

## Insieme preghiamo

Dal Vangelo secondo Luca (15,25. 27-33).

**P**oi aggiunse: «Se uno di voi ha un amico e va da lui a mezzanotte a dirgli: Amico, prestami tre pani, perché è giunto da me un amico da un viaggio e non ho nulla da mettergli davanti; e se quegli dall'interno gli risponde: Non m'importunare, la porta è già chiusa e i miei bambini sono a letto con me, non posso alzarmi per darteli; vi dico che, se anche non si alzerà a darveli per amicizia, si alzerà a darvene quanti gliene occorrono almeno per la sua insistenza. Ebbene io vi dico: Chiedete e vi sarà dato, cercate e troverete, bussate e vi sarà aperto. Perché chi chiede ottiene, chi cerca trova, e a chi bussa sarà aperto. Quale padre tra voi, se il figlio gli chiede un pane, gli darà una pietra? O se gli chiede un pesce, gli darà al posto del pesce una serpe? O se gli chiede un uovo, gli darà uno scorpione? Se dunque voi, che siete cattivi, sapete dare cose buone ai vostri figli, quanto più il Padre vostro celeste darà lo Spirito Santo a coloro che glielo chiedono!».



### IMPARIAMO A PREGARE IN COPPIA

Un partner invita l'altro a pregare (e poi viceversa) con una o con tutte le seguenti modalità:

#### Preghiera di intercessione

"Tu che cosa ti senti di chiedere a Dio ora?" L'altro dice.....

Al termine di ogni intenzione ambedue dicono:

"Ascolta Signore la nostra preghiera"

#### Preghiera di ringraziamento

"Tu per che cosa vorresti ringraziare Dio ora?" L'altro dice.....

Al termine di ogni intenzione ambedue dicono:

"Grazie Signore"

#### Preghiera di perdono

"Tu per che cosa chiedi perdono a Dio ora?"

Al termine della confessione e della correzione fraterna di ambedue, dicono insieme: "Padre nostro che sei nei cieli..."

## Gli aspetti problematici

■ Quando si parla di preghiera, il pretesto che più facilmente viene addotto per evitarla è la mancanza di tempo. Ed è vero, ma il tempo non manca tanto e solo per la preghiera, bensì anche per tutte quelle iniziative che tendono a porre i membri della coppia insieme e a confronto su temi esistenziali significativi, non sulle sole cose da fare.

■ Spesso la difficoltà che la coppia trova a pregare è il sintomo di un disagio relazionale più ampio, di una difficoltà a fare anche tante altre cose insieme, soprattutto a confidarsi sugli aspetti più profondi e fondamentali della vita. Spesso le conseguenze di questa mancanza di confidenza si rivelano più avanti, quando può capitare di non avere il coraggio di dirsi alcune cose.

■ La preghiera può seguire due logiche: o quella di dire le preghiere, che può diventare noioso e rifiutato, o quella di mettere in comune aspetti essenziali della vita, quelli che si scoprono solo davanti alla Parola di Dio e si riconoscono solo in un certo clima morale, relazionale e affettivo.

■ Spesso gli sposi si pongono il problema di pregare in famiglia solo quando hanno un figlio e fan dire qualche preghiera al bambino. Questo modo di fare denuncia il preconcetto che la preghiera è cosa da bambini.

## P regare in due

"La preghiera della comunità familiare può diventare il luogo del ricordo comune e reciproco"  
(Giovanni Paolo II, Lettera alle famiglie, 10)

## Le prospettive per crescere

■ Raramente una coppia si pone il problema della preghiera, si confida e confronta sulla preghiera, prova a pregare insieme, considera questo un aspetto importante della sua vita e della sua relazione. Spesso ognuno prega per conto proprio, senza dirlo all'altro perché la considera una cosa privata che non si sente di mettere in comune.

■ Un altro modo negativo di intendere la preghiera è quello di riservarla per i momenti forti, per le esperienze comunitarie di un certo rilievo: in questo caso si riportano poi ricordi commoventi, si rimpiangono emozioni spirituali coinvolgenti, ma la vita personale e di coppia difficilmente viene cambiata.

■ I ritmi frenetici ai quali si è spesso costretti oggi, le distrazioni che vengono portate in casa dai mass-media, le preoccupazioni e le scadenze urgenti che spesso occupano gli spazi del dialogo, non facilitano nelle persone e tanto meno nelle coppie lo spirito di preghiera. Si tratta di decidere se arrendersi alla situazione o se è possibile trovare il modo di non diventarne succubi, perché molto di ciò che gli sposi riusciranno a maturare rispetto a questo tema e all'esperienza che vi corrisponde, dipende dallo stile con il quale avranno vissuto il fidanzamento. La cultura di oggi non aiuta, ma la capacità e la volontà di far nascere e crescere nel fidanzamento una confidenza sulla preghiera e un'esperienza di preghiera, dipende poi dai due fidanzati.

▼ Giungere a pregare insieme è il risultato di un processo di crescita e di confidenza della coppia, che può partire dal confronto sul significato che ciascuno attribuisce alla vita e al battesimo, quindi anche sulla sua dimensione religiosa, sul posto che ciascuno nella propria vita dà o vorrebbe dare alla fede, sul rapporto personale con Dio.

▼ La confidenza su questi temi porta la coppia a fare un salto di qualità nel proprio rapporto, perché la costringe a verbalizzare e confrontare punti di vista, esperienze, emozioni che forse i due partner non avevano mai messo in comune con nessuno.

▼ Uno aiuta l'altro a guardare dentro di sé e a maturare un più serio rapporto con se stesso, con la vita, con il prossimo, con il Signore. Questo è evidentemente uno dei tanti segni della enorme potenzialità che il rapporto di coppia possiede e che con facilità viene ignorato e banalizzato.

▼ L'inizio di una confidenza di coppia su questi temi è già preghiera, perché è il primo passo che la porta a stabilire un rapporto con Dio. Se queste attenzioni non vengono trascurate per altri interessi, la coppia inizia una strada che non finirà più e getta le basi per una relazione impegnativa ma ricchissima, perché pone a un livello più profondo la reciproca confidenza.

▼ Tutto questo può iniziare prima del matrimonio, e allora anche la sua celebrazione avrà un carattere decisamente più convinto e serio, ma

può iniziare in qualunque momento della vita, anche in seguito a un'esperienza dolorosa di divisione, alla revisione globale di uno stile di vita che non soddisfa più, al momento della nascita di un figlio, di fronte a una grande gioia o a un grande dolore.

▼ Quando poi si arriva a scoprire e a concordare insieme che pregare è ben altra cosa che dire le preghiere, allora si aprono alla coppia prospettive sempre più ricche:

- ▼ la ricerca di altri compagni con i quali percorrere la strada dell'approfondimento, in un gruppo;
- ▼ la scoperta della parola di Dio come riferimento sempre più significativo per la vita;
- ▼ una vita sacramentale più intensa e condivisa;
- ▼ un impegno ad elevare il tenore della convivenza e a trovare spazi per gli altri;
- ▼ la disponibilità a condividere con la Chiesa i tempi forti dell'anno e i momenti forti della giornata e della vita.

▼ Se la coppia si pone in questa dimensione di confidenza e di crescita, allora diventa difficile che le sue scelte siano in contrasto o indipendenti dalla sua preghiera e pian piano la sua vita si ispirerà allo spirito delle beatitudini, anche nei fatti più apparentemente banali della quotidianità.

▼ Questo cammino non può essere per corso da soli: lo Spirito dà inizialmente il dono di avviare un cammino, la coppia si rende disponibile, ma la crescita del cammino deve essere condivisa con la comunità, che viene arricchita da due sposi che pregano e insieme sostiene la preghiera della coppia.

## Riflettere e discutere

- Che cosa significa per me pregare?
- In che modo prego?
- Trovo più facile pregare da solo o insieme ad altri? Perché?
- In quali momenti della mia vita riesco maggiormente ad entrare in dialogo con Dio?
- Preghiamo insieme? Quali sono gli ostacoli che troviamo dentro e fuori di noi che ci impediscono di pregare insieme? Perché? Come fare? Possiamo decidere ora qualcosa?