

Il luogo:

può aiutare la preghiera ritrovarsi in un ambiente non troppo disperso, preferibilmente non eccessivamente freddo, l'importante è che il luogo sia adatto ai momenti di preghiera in comune e dia la possibilità di poter pregare individualmente con un certo agio. Nei momenti comunitari della preghiera, all'inizio e alla fine, si può collocare un Evangelionario, un Lezionario o semplicemente una Bibbia in un punto centrale o frontale rispetto alle sedute e innanzi può esservi collocata una lucerna; è opportuno ci sia la presenza di un crocifisso; si valuti attentamente se inserire un lieve sottofondo musicale al momento di preghiera personale (nel dubbio sempre meglio il silenzio).

Il tempo:

è bene per chi guida la preghiera comunicare anzitempo i tempi di ogni momento di modo che ognuno sappia quanto ce n'è a disposizione; il momento d'ingresso e di accoglienza iniziale, il tempo di preghiera personale e infine il momento comunitario siano guidati con dolce fermezza, cercando di concedere a ciascuno, per la condivisione, un tempo sintetico in cui condividere qualcosa senza dire tutto e togliendo spazio alla condivisione altrui.

Il come:

Ognuno abbia a disposizione una Bibbia. La preghiera su un foglio stampato è sempre possibile, ma esclude i collegamenti tra diversi brani della Scrittura. L'uso di cellulari e tablet potrebbe far cadere troppo facilmente in distrazione.

Suggeriamo tre coordinate per essere liberi. E liberi di pregare maneggiando la Parola di Dio. La prima, *il perché*.

Perché la Parola di Dio crea, mette (a) fuoco, è eterna.

Con la Parola Dio crea, fa nuove cose, e fa nuove tutte le cose e chi di noi non ne ha bisogno? Tutti abbiamo bisogno della ricreazione.

Mette a fuoco, mi ricolloca, aiuta a ridimensionarmi a dare il giusto peso a quello che vivo, o che non vivo.

Mette fuoco, riaccende la vita in me e brucia, come paglia quello che è pula, a volte accusando il mio peccato per redimermi.

La parola di Dio è eterna, in quanto attraverso essa Dio, l'Eterno, entra in comunione con me e si comunica a me, rendendomi partecipe della sua eternità, della sua salvezza, del suo Figlio, la Parola incarnata.

Pregare la Parola significa per noi incontrare Gesù, colui che ci salva, contemplare il suo procedere, guardare come lui vive così da poter entrare anch'io in questa vita e uscirne salvo, e questa è la buona notizia!

La seconda, *la gratuità*.

Non necessariamente Dio deve darmi qualcosa. È importante entrare in preghiera con desideri, magari anche domande o richieste, ma senza pretendere che Dio si sottometta alla mia volontà. «Si compia in me secondo la tua parola» dice Maria all'angelo, questa è la prospettiva migliore.

La terza, *la familiarità*.

Pregare con la Parola, coltivare con essa familiarità, mette frecce nella nostra faretra, e quando meno ve lo aspettate vi ritroverete a usarle, salvando vite, la vostra e forse anche quella di altri. Soprattutto saranno frecce contro l'accusatore, colui che accusa i nostri fratelli e rovescia l'unico ordine eterno e beato, quello dell'essere fratelli, parola d'ordine che il Risorto rivolge ai suoi discepoli nel tempo di Pasqua, ieri come oggi.

I passi della Lectio

1. Leggere il testo per capirne il senso.

In un primo passo si procede a una lettura e rilettura del testo affidatoci. Se il luogo lo permette, si può leggere a voce più volte così da sentirlo con il corpo, nella dimensione corporale, musicale, della parola scritta destinata ad essere parola ascoltata. La rilettura del testo ci aiuta a comprenderne il senso di massima, ciò che il testo dice in sé (prima di quello che dirà Dio personalmente a ciascuno).

Il senso letterale del testo è il cardine su cui sta o cade tutto quello che viene dopo; se è vero come è vero che la Parola di Dio ha in sé molti sensi, non si può prescindere da quello letterale, al pari di come non si può prescindere dall'incarnazione di Gesù. La rilettura del testo deve permetterci di abitare la scena anche senza avere il testo avanti affinché possa risuonare in noi.

2. Specchiare la propria vita con la Parola.

Il testo evidenzia alcuni motivi, ad ogni modo lo Spirito sottolinea a ciascuno un passo, una parola, un'immagine; lì possiamo fermarci specchiandovi la nostra vita, lasciandoci illuminare così da guardare in Cristo le nostre cose.

3. Dialogo con il Signore.

Alla luce di quanto emerso nei passi precedenti, si concluda il tempo di preghiera personale con un colloquio con Dio padre, Gesù, volendo anche con Maria. Nel dialogo è bene far emergere non solo le idee o i contenuti della preghiera, ma anche come siamo stati.

Momento Iniziale (5' ca)

Entriamo in preghiera con un canto, o un canone, o, laddove non sia possibile, almeno con un'invocazione allo Spirito Santo (Sequenza).

Durante il canto o l'invocazione si può accendere una luce innanzi alla Parola.

Orazione introduttiva:

*Donaci, o Padre, di sentire in mezzo a noi
la presenza del Cristo tuo Figlio,
promessa a quanti sono radunati nel suo nome,
e fa' che, nello Spirito di verità e di amore,
sperimentiamo in noi
abbondanza di luce, di misericordia e di pace.
Per Cristo nostro Signore.
R. Amen.*

Proclamazione della Parola

Ascolto personale della Parola e dialogo con Dio (30')

È bene sostare un tempo congruo sulla Parola scelta perché Dio e la persona in preghiera abbiano il necessario agio di stare insieme con calma, ricordando che non è il molto sapere che ci interessa bensì il molto gustare interiormente quanto nasce dalla preghiera.

Ecco un possibile schema in tre passi, una *Lectio* ristretta:

1. Leggere il testo per capirne il senso.
2. Specchiare la propria vita con la Parola. (20' ca)
3. Dialogo con il Signore. (10' ca)

Condivisione dei frutti (15')

Si può fare un giro di condivisione rispetto ai frutti della preghiera condividendo sinteticamente un frammento della nostra preghiera e accogliendo i frutti della preghiera degli altri.

Conclusione (5')

Concludiamo mettendoci nelle mani del Padre.

Padre Nostro...

Orazione conclusiva:

*Ti ringraziamo, Signore, e ti benediciamo:
molte volte e in molti modi
parlasti ai nostri padri per mezzo dei profeti
nella pienezza dei tempi hai parlato nel tuo Figlio,
per manifestare a tutti gli uomini
le ricchezze della tua grazia;
nella tua immensa bontà*

*guarda i tuoi figli
convocati per meditare le Sacre Scritture:
aiutaci a riconoscere i segni della tua volontà,
perché aderendo in tutto al tuo beneplacito;
portiamo frutti abbondanti di opere buone.
Per Cristo nostro Signore.
R. Amen.*

Con un canto, se possibile, si chiude il momento di preghiera spegnendo la lucerna alla Parola, si può chiudere il Libro delle Sacre Scritture, la Parola ora risuona attraverso di noi.

Dopo la preghiera.

È opportuno dopo essere tornati a casa appuntare come è andata la preghiera (durante la preghiera meglio non scrivere), cosa il Signore ci ha donato anche attraverso la preghiera degli altri.

Più si ripete la preghiera e si cresce nella familiarità con la Parola di Dio, più saremo sensibile a cogliere ciò che il Signore ci comunica.