

## GESÙ CI INSEGNA A PREGARE

### CATECHESI DELL'ARCIVESCOVO ANDREA BRUNO MAZZOCATO

#### 1. Io so pregare?

- La preghiera degli ipocriti: pregavano in pubblico (nelle sinagoghe o nelle piazze), assumevano certe posizioni del corpo, dicevano tante parole e in fretta. La gente, che li vedeva, restava ammirata. Dicevano preghiere con la bocca e facevano gesti di preghiera ma il loro cuore e la loro mente erano distratti e presi da altri interessi.
- Anche i cristiani possono pregare come gli ipocriti: andare alla S. Messa, cantare e ripetere le preghiere ma avere la testa e il cuore lontano dalla chiesa e dal Signore; iniziare un incontro con una preghiera ma come un'abitudine che non entra nel cuore.
- tu preghi? Come preghi? Fai anche tu la preghiera degli "ipocriti"?

#### 2. I passi della preghiera.

Gesù insegna i passi da fare ogni volta per pregare veramente

##### Primo passo: entra nella tua camera segreta

- Abbandonare la confusione e ritirarsi dentro la nostra camera segreta dove si sta da soli e nel silenzio.
- La camera segreta da scoprire è dentro di noi. E' perché cosa abbiamo dentro il cuore e la mente nessuno lo vede se noi non lo mostriamo con parole e con gesti.
- Lì possiamo guardare solo noi. Lì ci vede Dio Padre "che vede nel segreto" e Gesù che conosce i nostri pensieri e i desideri segreti.
- Anche nella preghiera comunitaria ognuno parte dal camera del suo cuore.

##### Secondo passo: pregare col cuore non con tante parole

- Non ripetere a Dio tante parole ma a rivolgere a lui pensieri e parole sincere: che nascono dal cuore. Il Padre vede meglio di noi i veri pensieri e i veri desideri che abbiamo in noi.
- Quando preghiamo, apriamo al Padre e a Gesù il cuore cercando di essere il più sinceri possibile con noi stessi e con lui.
- Gesù ha insegnato i desideri e le parole più profonde e più vere da rivolgere al Padre: ha insegnato il Padre nostro. Se ripetiamo le parole del Padre nostro partendo dal cuore, saranno sempre nuove.

##### Terzo passo: pregare con un cuore buono che sa perdonare

- Per pregare, il nostro cuore deve essere, anche, libero da sentimenti cattivi nei confronti dei fratelli. I sentimenti di risentimento, di invidia, di gelosia, di antipatia, di rabbia, di giudizio sono come un ingombro che disturba la mente e il cuore.
- Per pregare è necessario purificare la mente dai ricordi e sentimenti negativi. Il cuore si libera perdonando le persone verso le quali nutriamo sentimenti cattivi.