

DOMENICA 5 NOVEMBRE IN SEMINARIO PER LA GIORNATA UNITARIA

## C'è un modo di pregare "da laici"

**C**ome prega un laico? Da questa domanda si è sviluppato l'intenso contributo di pensiero della dottoressa Paola Bignardi all'incontro promosso da Azione cattolica "Dare sapore alla vita. La preghiera nella vita quotidiana" domenica 5 novembre presso il seminario di Trento. La preghiera è legata



**Paola Bignardi  
in seminario  
con la presidente AC  
Anna Rigoni  
e don Giulio Viviani**

alla vita, le dà senso e significato e aiuta a coglierne la bellezza in quanto luogo abitato da Dio. Per un laico non ci può essere una scuola di preghiera, perché è un'esperienza personale; acquisisce elementi da altre vocazioni, come quella dei religiosi, ma non ne può ricalcare tempi, modi e stile. Perché il laico sperimenta che la sua vita non gli appartiene – poche sono le possibilità di decidere orari e ritmi nel lavoro, nella scuola, nella famiglia – ma allo stesso tempo ci rendiamo conto che la preghiera non è un dovere, è la forza che permette di affrontare la complessità e il non senso della quotidianità. La ricchezza della vita si scopre nella profondità delle nostre esperienze, anche in quelle più semplici e umili, quando siamo disponibili a metterci in ascolto e a lasciarci interrogare dai fatti, dagli incontri, dalle gioie e dai drammi.

Paola Bignardi, da educatrice attenta, forte della sua esperienza maturata all'interno dell'Azione cattolica italiana e da un dialogo continuo con le giovani generazioni, ha guidato l'uditorio attento in un percorso che, partendo dalla definizione di preghiera del beato De Foucauld ("la preghiera è pensare a Dio amandolo") e passando attraverso la consapevolezza che la preghiera non esula dalla vita, anzi ne trae significato e la trasforma, illuminandola, giunge ad affermare che la preghiera è vivere con amore e per amore, in un dialogo con Dio che scopriamo presente nella nostra vita.

Se la preghiera è un cammino dai rit-

mi e dagli stili personali, va comunque imparata, alla scuola di chi prega; ha bisogno di maestri, che aiutino a trovare il proprio personale percorso e lo accompagnino.

Prima scuola di preghiera per un laico cristiano è la Bibbia, soprattutto i Salmi, ricchi di umanità che illuminano ogni situazione di vita. Scuola ed esperienza di preghiera è la comunità cristiana, dove si sperimenta che pregare insieme dà forza e coraggio per trovare il senso del nostro vivere: non siamo soli, ma accompagnati e accolti in una famiglia umana speciale, quella dei credenti in Cristo. Scuola di preghiera che si intreccia con la vita è anche l'Azione cattolica, che ha avuto e ha peso nella formazione di generazioni di persone, aiutandole nella crescita e maturazione della fede calata nel quotidiano. La preghiera cambia nelle diverse età e fasi della vita e oggi è particolarmente importante che i giovani possano trovare maestri e testimoni della fede che sappiano ascoltare senza giudizio, mostrare esperienze autentiche di vita

bella illuminata dalla fede, senza pretendere di dare risposte ma restando accanto con comprensione, stima e vicinanza. Se pregare è dialogo e relazione con Dio, affidamento reciproco tra persone e ingrediente essenziale per dare sapore alla vita, siamo chiamati a custodire questo sale, spargere questo lievito, tenere alta questa luce, per le giovani generazioni e per ognuno di noi.

**Paola Bignardi  
all'AC:  
"La preghiera  
non è un dovere  
ma una forza"**