

Riprendiamo sul nostro sito il testo pubblicato il 28 ottobre 2015 dal sito www.aleteia.org
Restiamo a disposizione per l'immediata rimozione se la presenza sul nostro sito non fosse gradita a qualcuno degli aventi diritto.

10 grandi modi per insegnare a vostro figlio a pregare

di Ruth Baker

Pregare con il vostro/a bambino/a è una parte fondamentale del suo itinerario di fede. Indipendentemente dal fatto che siate genitore, padrino, zio, nonno o fratello, introdurre il vostro bambino a una vita di preghiera è senza dubbio il dono più grande che potete fargli/le, perché gli/le state insegnando come comunicare con il suo Creatore.

È una grande responsabilità, ma non lasciatevi abbattere.

Ecco qualche dritta per aiutarvi a iniziare.



1. Create una routine semplice e cercate di mantenerla



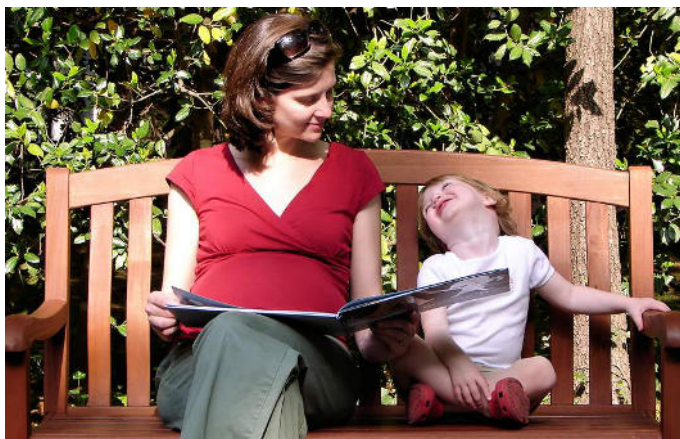
©[Adi ALGhanem](https://www.flickr.com/photos/adi_ghanem/)/flickr.com

In quanto esseri umani, tendiamo a rimandare sempre le cose quando diventano noiose, e lo stesso vale per la preghiera. È per questo che è davvero importante stabilire il tempo di preghiera di vostro figlio in un preciso momento della giornata. Spesso è ottimo il momento prima di andare a letto, ogni sera.

Ecco un semplice suggerimento: chiedete al vostro bambino di pregare per tre cose: qualcosa per cui è grato, qualcosa per cui è dispiaciuto e qualcosa che vorrebbe che Gesù benedicesse. Poi terminate con un Padre Nostro, un'Ave Maria e un Gloria.

Se cresce con una routine, diventerà normale e sarà qualcosa a cui tornare nel caso in cui un giorno lotti con la propria fede.

2. Aiutate vostro figlio ad acquisire familiarità con la Bibbia



©[popofatticus](https://www.flickr.com/photos/popofatticus/)/flickr.com

Usate un'attraente e colorata Bibbia per bambini illustrata e scegliete una breve storia ogni giorno leggendola insieme. Ponete a vostro figlio delle domande sulla storia, adatte alla sua età. Come si è sentita la gente di quella storia? Cosa più importante, chiedetegli cosa significa per noi e come dovremmo comportarci.

3. Ricordate che si tratta di formare un rapporto

©[Cassidy Lancaster](https://www.flickr.com/photos/CassidyLancaster/)/flickr.com

Se è importante che i bambini capiscano cos'è giusto e cos'è sbagliato e ammettano quando sono stati disobbedienti, ricordate che la nostra fede è più di una semplice lista di cosa fare e cosa non fare. È un rapporto con Cristo. Quando pregate con vostro figlio, lo state aiutando ad avere un'amicizia con Gesù. Le buone amicizie danno vita – un luogo in cui poter avere fiducia, rilassarsi, essere se stessi ed essere felici. State aiutando vostro figlio a capire chi è Gesù e come ci ama incondizionatamente.



4. Date uno spazio alla preghiera nella vostra giornata e guidate con l'esempio



©[alessandro silipo](https://www.flickr.com/photos/alessandro_silipo/)/flickr.com

La routine è importante, ma ricordate di aiutare vostro figlio a capire che possiamo pregare ovunque, in qualsiasi momento, in modo naturale. Fate un semplice ringraziamento prima dei pasti. Mostra ai vostri

bambini che la preghiera ha a che fare con l'abitudine, ed è anche un segnale del fatto che il momento del pasto è qualcosa di più della semplice soddisfazione della fame.

Non abbiate paura a pregare in pubblico, a un picnic o al ristorante, ad esempio. Può sembrare imbarazzante, ma mostra che la nostra fede non è solo per noi, non è relegata alla nostra casa.

Non c'è niente di più potente del fatto che vostro figlio vi veda pregare o ricorra alla preghiera in un momento di necessità. Le nostre azioni parlano in modo molto più forte delle nostre parole.

Ecco un altro semplice suggerimento: dite una preghiera ogni volta che vostro figlio si fa male. "Gesù, aiuta [nome] a sentirsi meglio. Manda i tuoi angeli a dargli la pace".

Questo insegna a vostro figlio a rivolgersi a Gesù quando soffre. Vedrete che smetterà di piangere quasi subito!

5. Fategli sapere che la misericordia di Dio è dolce!

© [Andrew Allio/flickr.com](#)

Quando vostro figlio fa la prima confessione, non fate che sia un evento irripetibile. Portatelo a confessarsi regolarmente (una volta al mese sarebbe fantastico), e in quell'occasione confessatevi anche voi. Poi portatelo a prendere un dolce o un gelato – perché la misericordia di Dio è dolce e dovrebbe essere festeggiata!



6. Insegnategli il Rosario



© [Jenniferschwalm/flickr.com](#)

Il Rosario è la preghiera più semplice ma anche più potente, ed è perfetta per i bambini. Insegnerà loro molte cose su Maria e permetterà di ripercorrere insieme la vita di Gesù. Coinvolgeteli facendo realizzare loro il proprio braccialetto del rosario con dieci grani e un altro extra per il Padre Nostro, o comprate loro un Rosario come dono speciale di compleanno o per la Prima Comunione, come evento significativo della loro vita.

7. Rispettate vostro figlio e non aspettatevi la perfezione!



©[Thomas Stellmach](#)/flickr.com

Può essere vostro figlio o un bambino affidato alle vostre cure, ma la sua anima è ancora uno spazio sacro, separato da voi, e la sua preghiera rimane tra lui e Dio. Non dovrete cercare di entrare a forza in quello spazio sacro. Date a vostro figlio la privacy per prendere le cose con calma. Non sentitevi frustrati se non sembra abbastanza “santo”. Siate sensibili alle sue emozioni e non paragonatevi a un ideale perfetto di vita di preghiera familiare. Ricordate Gesù e i discepoli nell’orto del

Getsemani, quando ha chiesto loro di pregare con Lui e si sono addormentati!

8. Aiutate vostro figlio a pregare per i suoi nemici



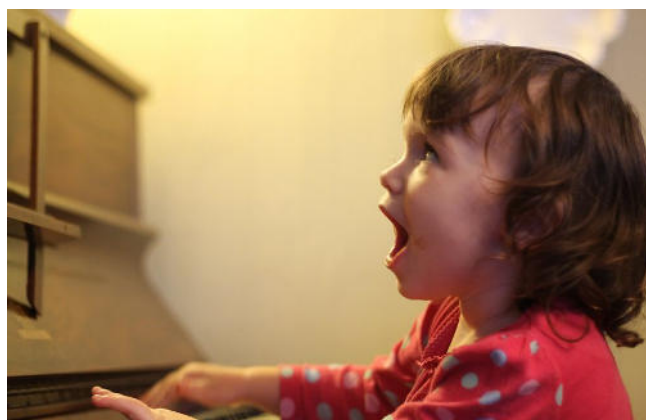
©[Bridget Coila](#)/flickr.com

Tutti possiamo avere difficoltà con questo, per cui aiutate vostro figlio a capire perché è importante pregare per i suoi nemici o per chi lo fa soffrire. Pregate per i bambini che a scuola fanno i bulli. È anche una testimonianza potente del fatto che non c’è problema che Dio non possa risolvere o guarire.

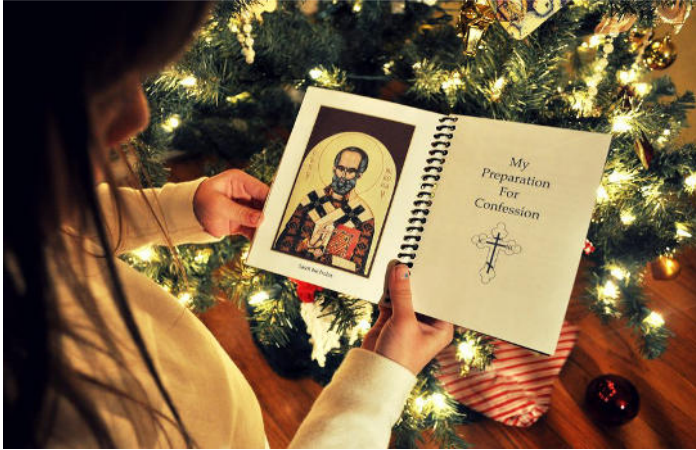
9. Cantate!

©[David Simmonds](#)/flickr.com

Questo suggerimento è bello e semplice. Cantate con vostro figlio! Non vi preoccupate se pensate di non saper cantare. A Dio non importa se stonate! I bambini amano la musica e ci sono moltissime possibilità. Potreste cantare canzoni di lode e adorazione insieme in macchina o cantarle come ninna nanna. Ricordate che gli inni tradizionali racchiudono grandi verità della nostra fede e sono un modo splendido per introdurre i vostri bambini a queste. Cantare aiuta vostro figlio a ricordare le preghiere più facilmente, e sarà una cosa a cui potrà ricorrere per tutta la vita e un promemoria del sostegno e del potere di Dio.



10. Celebrate le feste e i periodi liturgici



©[Molly Sabourin](https://www.flickr.com/photos/mollysabourin/)/flickr.com

Organizzate una piccola celebrazione dei giorni festivi della Chiesa con quello di cui siete capaci. Anche se è una piccola cosa, far sì che quel giorno sia speciale aiuterà a integrare la fede nella vita di vostro figlio.

Come punto di partenza, potreste preparare una ghirlanda con candele e un momento di preghiera speciale a cena per l'Avvento, usare un programma di semplici letture quotidiane in Quaresima e continuare a celebrare TUTTE le sette settimane dopo la Pasqua fino a e includendo la Pentecoste!

Fonte: http://it.aleteia.org/2015/10/28/come-insegnare-preghiere-bambini/?utm_campaign=NL_it&utm_source=topnews_newsletter&utm_medium=mail&utm_content=NL_it-Oct%2028,%202015%2002:38%20pm