

# Imparare di più sulla preghiera

## ATTIVITÀ A

Quali sono alcuni motivi per cui il Padre Celeste vuole che preghiamo mentre Satana ci tenta a non farlo?

- Quali sono alcuni modi in cui Satana può tentarci di non pregare?

Uno dei modi in cui Satana può “[insegnarci] che non dobbiamo pregare” è cercando di convincerci della menzogna che, poiché abbiamo peccato, non siamo più degni di pregare.

Mentre svolgi la seguente attività, rifletti sulle benedizioni che Satana cerca di impedirci di ricevere:

Dedica del tempo a studiare in merito alla preghiera. Potresti cercare la voce “preghiera” nella Guida alle Scritture, cercare negli argomenti evangelici o nei discorsi della Conferenza generale che parlano della preghiera. Mentre studi, cerca di individuare le benedizioni della preghiera. Potresti anche pensare alle benedizioni che hai ricevuto nella tua vita grazie alla preghiera. Basandoti sul tuo studio e sulle tue esperienze, rifletti sul perché il Padre Celeste vuole che preghiamo e sul perché Satana ci tenta di non farlo.

ChurchofJesusChrist.org

Scrivi almeno due verità che hai imparato sulla preghiera. Includi perché, secondo te, il Padre Celeste vuole che preghiamo e Satana ci tenta di non farlo.

## ATTIVITÀ B

**Che cosa significa pregare sempre?**

Potresti sottolineare la frase “dovete pregare sempre e non scoraggiarvi” (2 Nefi 32:9).

Leggi Alma 34:21, 27 e cerca spunti su cosa potrebbe significare pregare sempre.

- Perché pregare “al mattino, a mezzogiorno e alla sera” (Alma 34:21) è una benedizione?
- Come possiamo volgere il nostro cuore a Dio, anche quando non stiamo pregando?

Lanziano David A. Bednar del Quorum dei Dodici Apostoli ci ha fornito un esempio di cosa può vuol dire pregare sempre:



[Consigliatevi] con il Padre Celeste nella preghiera mattutina. [...]

Durante il giorno, serbiamo una preghiera nel cuore per ricevere un aiuto e una guida continua [...].

Alla fine della giornata, ci inginocchiamo di nuovo e facciamo rapporto al Padre. Esaminiamo gli eventi del giorno ed esprimiamo un ringraziamento sentito per le benedizioni e l'aiuto ricevuti. Ci pentiamo e, con l'aiuto dello Spirito del Signore, individuiamo i modi in cui possiamo fare meglio e crescere il giorno dopo. Pertanto, la preghiera serale si fonda ed è una continuazione di quella mattutina. La preghiera serale, inoltre, è una preparazione per una preghiera mattutina significativa. (David A. Bednar, “Pregate sempre”, *Liahona*, novembre 2008, 41–42)

Scrivi con parole tue che cosa pensi significhi pregare sempre.

## ATTIVITÀ C

**In che modo il Padre Celeste consacrerà i nostri sforzi per il benessere, o il beneficio, della nostra anima?**

Nefi ci ha insegnato di “pregare il Padre nel nome di Cristo che egli voglia consacrare la [nostra] opera, affinché la [nostra] opera possa essere per il benessere della [nostra] anima” (2 Nefi 32:9). *Consacrare* significa rendere sacro o dedicare.

Pensa ad almeno un esempio in cui il Padre Celeste ha benedetto qualcuno perché pregava e si sforzava di fare ciò che Egli voleva. Potrebbe essere un'esperienza personale, un esempio moderno o un episodio delle Scritture (se necessario, usa la Guida alle Scritture per trovare di questi esempi).

Metti per iscritto l'esempio che hai scelto e cosa ti ha insegnato su come il Padre Celeste, se pregheremo, benedirà i nostri sforzi per compiere la Sua volontà.