

A PREGARE SI IMPARA PREGANDO

IL INCONTRO: lo Spirito prega in te

TROVA IL TEMPO:

ogni giorno della settimana trova almeno 10 minuti (dei 1440 di ogni giorno!) per incontrarti con la Santissima Trinità.

CREA IL TUO ANGOLO DELLA BELLEZZA:

scegli un luogo per vivere ogni giorno la tua preghiera e rendilo bello, fissa lo sguardo unicamente su Dio.



INIZIA A PREGARE:

1. Accendi una candela davanti all'Icona o al Crocifisso,.
2. Inizia ripetendo più volte quest'invocazione:
Padre, nel nome di Gesù, donami il tuo Spirito
3. Fai il segno della croce (lentamente)

I SETTIMANA: Tutti hanno un cuore che prega...
non tutti sanno di pregare!

Inizia come al solito...

LEGGI lentamente e MEMORIZZA la parte sottolineata:

Non sapete che il vostro corpo è il tempio dello Spirito Santo che è in voi e che avete ricevuto da Dio?

(1Cor 6,19)

A PREGARE SI IMPARA PREGANDO

MEDITA

Nessuno dei nostri fratelli, quand'anche lo volesse, è capace di venire meno, e nel più gelido avaro, nel cuore di una prostituta e nel più sudicio ubriacone c'è un'anima immortale santamente occupata a respirare e che – esclusa dalla luce - pratica l'adorazione notturna. La senti parlare quando noi parliamo e piangere quando noi ci mettiamo in ginocchio. Io accetto tutto! Le ricevo tutte, le comprendo tutte: non ce n'è una sola di cui io non abbia bisogno, e di cui sia capace di fare a meno. Ci sono molte anime e non ce n'è nemmeno una con cui io non sia in comunione per mezzo di quel punto sacro che in lei dice: Pater noster. (P. Claudel)

La preghiera è il nostro respiro, è il respiro di Cristo in noi. È la nostra vita, la vita di Cristo in noi, è il nostro tutto. Non c'è uomo che non preghi, c'è solo un uomo che non sa di pregare. (B. Standaert)

Non esiste un filo d'erba che non cresca nella Chiesa, non una costellazione che non graviti attorno ad essa, attorno all'albero della croce, nuovo albero di vita, asse del mondo. Non esiste un solo uomo che non abbia una relazione misteriosa con il Padre che l'ha creato, con il Figlio, "uomo-estremo", con il Soffio che anima ogni vita. (O. Clément)

Tutti hanno sempre la possibilità di pregare, il ricco come il povero, il nobile come la persona qualsiasi, il forte come il debole, il sano come il malato, il virtuoso come il peccatore. Più di ogni altra cosa la preghiera ci dona la grazia dello Spirito di Dio e più di ogni altra cosa essa è sempre alla nostra portata. (Serafino di Sarov)

Traduci in preghiera due o più espressioni di questi testi

TERMINA LA PREGHIERA COSÌ:

È l'universo il vero tuo tempio, Signore, e l'umanità il tuo corpo, la Chiesa, la vera riunione, e tuo tabernacolo è il nostro cuore: misericordioso Signore del mondo, in noi preghi lo stesso tuo Spirito e ti canti le lodi più degne (D.M. Turollo)