

A PREGARE SI IMPARA PREGANDO

II 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)

II SETTIMANA: Lo Spirito Santo è il maestro interiore della preghiera

Inizia come al solito...

LEGGI lentamente e MEMORIZZA la parte sottolineata:

Tutti quelli che sono guidati dallo Spirito di Dio,
costoro sono figli di Dio (Rm 8,14)

A PREGARE SI IMPARA PREGANDO

MEDITA

Se vuoi pregare, hai bisogno di Dio che dona la preghiera a chi prega. Invocalo dunque dicendo: Sia santificato il tuo Nome, venga il tuo Regno, cioè lo Spirito Santo e il tuo Figlio unigenito. Così infatti ha insegnato, dicendo di adorare il Padre in Spirito e Verità. *(Nilo l'Asceta)*

Per lo Spirito noi riconosciamo il Cristo Figlio di Dio e per il Figlio contempliamo il Padre. *(Gregorio Nazianzeno)*

Nell'unione con Dio, il cuore assorbe il Signore, e il Signore il cuore, e di due diventano uno. *(G. Crisostomo)*

La preghiera è resa possibile per mezzo del Padre che predestina, elegge e ci rende suoi figli per mezzo del Figlio, il quale ci interpreta il Padre e ce lo dona nella sua dedizione fino alla morte e al mistero del pane, per mezzo dello Spirito Santo che ci mette nell'anima la vita di Dio e ce la sviluppa. *(H.U. Balthasar)*

Traduci in preghiera due o più espressioni di questi testi

TERMINA LA PREGHIERA COSÌ:

Spirito Santo, la tua luce è come il giorno:
nessuno può sfuggirla, nessuno può offuscarla.

Ogni vivente riceve vita dalla tua grazia:
vita del Padre donata al Figlio amato.

Nessuno resiste alla tua potenza:
amore del Padre e amore del Figlio.

Spirito Santo, la tua venuta è come vento:
nessuno sa da dove viene, né dove va.

Del tuo passaggio resta solo un sussurro:
il Nome del Padre nel cuore dei figli.