

A PREGARE SI IMPARA PREGANDO

II SETTIMANA: l'Adorazione

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. Fa il segno della croca (lentamente)

II SETTIMANA

inizia come al solito...

LEGGI lentamente e MEMORIZZA la parte evidenziata:

• I veri adoratori **adoreranno il Padre in spirito e verità**; il Padre cerca tali adoratori (Gv 4,23)

A PREGARE SI IMPARA PREGANDO

• La donna ruppe il vasetto di alabastro e versò l'unguento sul capo di Gesù. Alcuni si sdegnarono fra di loro: «Perché tutto questo spreco di olio profumato? Allora Gesù disse: «Lasciatela stare; perché le date fastidio? Ella ha compiuto verso di me un'opera bella; i poveri infatti li avete sempre con voi e potete beneficiarli quando volete, me invece non mi avete sempre (Mc 14,3-6)

MEDITA, LASCIANDO DEGLI SPAZI DI SILENZIO, SE VUOI SOTTOLINEA QUALCHE FRASE

• Il culto dell'uomo-Dio vale più che la lotta a vantaggio dei poveri. C'è, come si suol dire, una povertà verticale che ci riguarda tutti, è nostra. Una volta riconosciuta questa povertà si esprime in un gesto gratuito di adorazione, crea lo spazio "inutile" della liturgia, offre a Dio le primizie togliendosele di bocca. Nella vita di fede c'è uno spreco inevitabile e amabile, un esalarsi nel puro nulla: uomini e donne che si sciupano consacrando a Dio, tempo perduto nella preghiera. L'adorazione è spreco. Che sarebbe la Chiesa, se la borsa di Iscariota fosse piena per i poveri e la casa di Betania vuota di profumo? (G. Mannucci)

PREGA ADORANDO IL DIO-FATTO-UOMO:

• Prendi fra le mani il bambinello del tuo presepe e adora Gesù pensando all'atteggiamento di Maria e Giuseppe, dei pastori e degli angeli, dei Magi davanti al Dio fatto uomo. Termina la tua adorazione con un gesto (un bacio, una carezza, un abbraccio) verso Gesù Bambino. La tua adorazione sia più prolungata prima che si concluda l'anno, ripensa ad ogni giorno che ti è stato donato: Gesù era con te in questi 365 giorni. Adoralo in silenzio e lascia che pervada il tuo cuore.