

# FINESTRA DI PREGHIERA

*Possibilmente in chiesa davanti al tabernacolo e almeno in due.*

- **SEGNO DELLA CROCE**

NEL NOME DEL PADRE, DEL FIGLIO E DELLO SPIRITO SANTO

**TUTTI:** AMEN

- **PREGHIERA D'INIZIO (TUTTI INSIEME):**

Guidami, dolce Luce; attraverso le tenebre che mi avvolgono guidami Tu, sempre più avanti! Nera è la notte, lontana è la casa: guidami Tu, sempre più avanti! Reggi i miei passi: cose lontane non voglio vedere; mi basta un passo per volta. Così non sempre sono stato né sempre ti pregai affinché Tu mi conducessi sempre più avanti. Amavo scegliere la mia strada, ma ora guidami Tu, sempre più avanti! Guidami, dolce Luce, guidami Tu, sempre più avanti!"

*Cardinal J.H.Newman*

- Breve pausa di silenzio

- **LETTURA DEL VANGELO DI LUCA 12,22-32**

- Poi disse ai discepoli: «Per questo io vi dico: Non datevi pensiero per la vostra vita, di quello che mangerete; né per il vostro corpo, come lo vestirete. La vita vale più del cibo e il corpo più del vestito. Guardate i corvi: non seminano e non mietono, non hanno ripostiglio né granaio, e Dio li nutre. Quanto più degli uccelli voi valete! Chi di voi, per quanto si affanni, può aggiungere un'ora sola alla sua vita? Se dunque non avete potere neanche per la più piccola cosa, perché vi affannate del resto? Guardate i gigli, come crescono: non filano, non tessono: eppure io vi dico che neanche Salomone, con tutta la sua gloria, vestiva come uno di loro. Se dunque Dio veste così l'erba del campo, che oggi c'è e domani si getta nel forno, quanto più voi, gente di poca fede? Non cercate perciò che cosa mangerete e berrete, e non state con l'animo in ansia: di tutte queste cose si preoccupa la gente del mondo; ma il Padre vostro sa che ne avete bisogno. Cercate piuttosto il regno di Dio, e queste cose vi saranno date in aggiunta.

Non temere, piccolo gregge, perché al Padre vostro è piaciuto di darvi il suo regno.

- **CANTO PER ACCOGLIERE L'ESPOSIZIONE DEL SANTISSIMO**

- **MEZZ'ORA DI ADORAZIONE SILENZIOSA**

- **BREVE ED ESSENZIALE CONDIVISIONE** ("MI HA DETTO QUALCOSA IL SIGNORE, ATTRAVERSO IL BRANO O LA PREGHIERA?")

- **PRESENTARE AL SIGNORE DELLE INTENZIONI DI PREGHIERA:**

**LIBERE**

SECONDO LA PAROLA ASCOLTATA E MEDITATA (CHIEDERE GRAZIA, RINGRAZIARE, CHIEDERE PERDONO, LODE, PREGHIERE SPONTANEE E LIBERE);

**FISSE:**

- per la RICONCILIAZIONE E IL DIALOGO TRA EBREI, CRISTIANI E MUSULMANI preghiamo
- per l'ILLUMINAZIONE PIENA DEL VOLTO DI GESÙ (FIGLIO DI DIO, SALVATORE CROCIFISSO E RISORTO) AGLI OCCHI DI ISRAELE E DELL'ISLAM preghiamo
- per L'UNITÀ DELLE CHIESE E NELLA CHIESA preghiamo
- per LA GERMINAZIONE DI UNA CHIESA VIVA IN MEDIO ORIENTE preghiamo
- per IL DONO DI VOCAZIONI IDONEE (FAMIGLIE, CONSACRATI, SACERDOTI) preghiamo

• **PADRE NOSTRO**

• **ALLA FINE DELL'ADORAZIONE:**

Guida: O Gesù, mio Dio e Salvatore,  
ricevi le nostre paure  
*Tutti:* e trasformale in fiducia!  
Guida: Ricevi le nostre sofferenze  
*Tutti:* e trasformale in crescita!  
Guida: Ricevi il nostro silenzio  
*Tutti:* e trasformalo in adorazione!  
Guida: Ricevi le nostre crisi  
*Tutti:* e trasformale in maturità!

Guida: Ricevi il nostro scoraggiamento  
*Tutti:* e trasformalo in fede!  
Guida: Ricevi la nostra solitudine  
*Tutti:* e trasformala in contemplazione!  
Guida: Ricevi le nostre attese  
*Tutti:* e trasformale in speranza!  
Guida: Ricevi la nostra vita  
*Tutti:* e trasformala in resurrezione!

- **CANTO MENTRE SI RIPONE IL SANTISSIMO**
- **CHIEDERE AL SIGNORE LA BENEDIZIONE**

*Il Signore ci benedica, ci preservi da ogni male e ci conduca alla vita eterna*

- **SEGNO DELLA CROCE**

\*\*\*\*\*

## **La forza suppone la vulnerabilità**

È importante premettere che noi possiamo essere forti, fermi, coraggiosi e resistenti solo a partire dal fatto che siamo fragili.

Ciascuno di noi è fragile corporalmente ed è vulnerabile psicologicamente. Abbiamo dentro di noi un fondo di timore, di paura, un senso di disagio e di difficoltà, per quanto ci sforziamo di nascondere. La vulnerabilità fisica e psicologica è parte della natura umana.

D'altra parte, se non ci sapessimo vulnerabili, non riusciremmo mai a essere coraggiosi, a crescere nella forza: saremmo spavaldi, millantatori. Forte è colui che sa di essere debole, che conosce la propria fragilità e ne prende coscienza.

Il primo gradino della forza cristiana non è di stringere i denti, bensì di prendere umilmente consapevolezza della propria debolezza.

In proposito ricordiamo alcune parole di Gesù:

"Non temere, piccolo gregge, perché al Padre vostro è piaciuto di darvi il suo regno" (Lc 12,32).  
'Piccolo gregge' è un gruppo di pecore inermi, vulnerabili, che si trovano in mezzo ai lupi.

Tratto da *Le Virtu', per dare il meglio di sé* di C.M.Martini, ed. inDialogo