



## PROPOSTA PER LA PREGHIERA PERSONALE

Le porte di casa si stanno pian piano riaprendo.

Una ripresa non facile: la paura, forse, abita ancora le strade che “prima” ci erano familiari e che ora, invece, sembrano sconosciute.

L’ascolto quotidiano della Parola di Dio non è stato (e non è) soltanto una sostituzione della Messa. Infatti, non ascoltiamo la Parola solo perché non è ancora possibile tornare a celebrare tutti insieme l’Eucaristia. Lo facciamo perché, da cristiani, non possiamo farne a meno!

La sfida che ci aspetta da qui in avanti è quella di ricostruire insieme una comunità che questo tempo pare averci strappato.

Sarebbe bello poter gettare le fondamenta sulle esperienze vissute negli ultimi mesi tenendo le orecchie del cuore ben aperte, per ascoltarci gli uni gli altri e per sentire, ancora, quello che il Signore Gesù desidera dirci.

*Sperando che questo piccolo strumento possa continuare ad esservi utile  
ci stringiamo a tutti voi... Continuiamo a camminare insieme!*

*Pace e bene*

*I vostri frati*

Eccoti di seguito un piccolo schema che può aiutarti nella preghiera. Nelle pagine successive ci saranno i Vangeli di questa settimana!

## COME FARE?

- ❖ **Preparo un luogo per la preghiera** Sistemo uno spazio della casa con un crocifisso, una candela e la Bibbia. Quel luogo sarà la Chiesa in cui pregherò oggi!
- ❖ **Preparo l'Incontro col Signore** Assumo una posizione del corpo che mi aiuta a raccogliermi. Con un momento di silenzio, respirando profondamente, mi metto alla presenza di Dio che desidera parlarmi. Faccio il segno della Croce.
- ❖ **Leggo con calma la pagina del Vangelo del giorno** Ascolto cosa mi dice il testo: sottolineo le parole che mi colpiscono, i verbi, i sentimenti. CHI È DIO?
- ❖ **Attualizzo il messaggio** Lascio affiorare ciò che il testo dice A ME. Evidenzio i collegamenti tra la Parola e la mia vita. CHI SONO IO?
- ❖ **Prego la Parola** Provo a parlare con il Signore. Gli parlo di ciò che ho sentito o scoperto in questo tempo di ascolto, gli racconto della mia vita, di chi vive attorno a me...
- ❖ **Esco dalla preghiera** Ringrazio il Signore per questo tempo passato a tu per tu e, se voglio, senza fretta, gustandone le parole, posso recitare un Padre nostro... perché la mia preghiera possa unirsi a quella degli altri e della Chiesa!

**È IMPORTANTE** non spaventarmi delle distrazioni in cui cado durante la preghiera e, soprattutto, non cedere alla tentazione del credermi "incapace" di pregare così! Provo e riprovo e, quando mi sembra impossibile o inutile, offro semplicemente al Signore il mio essere lì per Lui e con Lui...

*La questione è virale, ma anche teologica.*

*La vicenda umana è misteriosa, lo era anche prima del virus.*

*Se non potete stringere la mano agli uomini, stringetela a Dio*

Franco Arminio, poeta

## DOMENICA 10 MAGGIO, V *Domenica di Pasqua*

*Dal Vangelo di Giovanni (Gv 14, 1-12)*

+ In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: «Non sia turbato il vostro cuore. Abbiate fede in Dio e abbiate fede anche in me. Nella casa del Padre mio vi sono molte dimore. Se no, vi avrei mai detto: “Vado a prepararvi un posto”? Quando sarò andato e vi avrò preparato un posto, verrò di nuovo e vi prenderò con me, perché dove sono io siate anche voi. E del luogo dove io vado, conoscete la via». Gli disse Tommaso: «Signore, non sappiamo dove vai; come possiamo conoscere la via?». Gli disse Gesù: «Io sono la via, la verità e la vita. Nessuno viene al Padre se non per mezzo di me. Se avete conosciuto me, conoscerete anche il Padre mio: fin da ora lo conoscete e lo avete veduto». Gli disse Filippo: «Signore, mostraci il Padre e ci basta». Gli rispose Gesù: «Da tanto tempo sono con voi e tu non mi hai conosciuto, Filippo? Chi ha visto me, ha visto il Padre. Come puoi tu dire: “Mostraci il Padre”? Non credi che io sono nel Padre e il Padre è in me? Le parole che io vi dico, non le dico da me stesso; ma il Padre, che rimane in me, compie le sue opere. Credete a me: io sono nel Padre e il Padre è in me. Se non altro, credetelo per le opere stesse. In verità, in verità io vi dico: chi crede in me, anch'egli compirà le opere che io compio e ne compirà di più grandi di queste, perché io vado al Padre».





Non sia turbato il vostro cuore...

... abbiate fede in Dio e anche in me!



## **LUNEDÌ 11 MAGGIO**

*Dal Vangelo di Giovanni (Gv 14, 21-26)*

+ In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: «Chi accoglie i miei comandamenti e li osserva, questi è colui che mi ama. Chi ama me sarà amato dal Padre mio e anch'io lo amerò e mi manifesterò a lui». Gli disse Giuda, non l'Iscriota: «Signore, come è accaduto che devi manifestarti a noi, e non al mondo?». Gli rispose Gesù: «Se uno mi ama, osserverà la mia parola e il Padre mio lo amerà e noi verremo a lui e prenderemo dimora presso di lui. Chi non mi ama, non osserva le mie parole; e la parola che voi ascoltate non è mia, ma del Padre che mi ha mandato. Vi ho detto queste cose mentre sono ancora presso di voi. Ma il Paràclito, lo Spirito Santo che il Padre manderà nel mio nome, lui vi insegnerà ogni cosa e vi ricorderà tutto ciò che io vi ho detto».

## **MARTEDÌ 12 MAGGIO**

*Dal Vangelo di Giovanni (Gv 14, 27-31)*

+ In quel tempo, disse Gesù ai suoi discepoli: «Vi lascio la pace, vi do la mia pace. Non come la dà il mondo, io la do a voi. Non sia turbato il vostro cuore e non abbia timore. Avete udito che vi ho detto: “Vado e tornerò da voi”. Se mi amaste, vi rallegrereste che io vado al Padre, perché il Padre è più grande di me. Ve l'ho detto ora, prima che avvenga, perché, quando avverrà, voi crediate. Non parlerò più a lungo con voi, perché viene il principe del mondo; contro di me non può nulla, ma bisogna che il mondo sappia che io amo il Padre, e come il Padre mi ha comandato, così io agisco».

## **MERCOLEDÌ 13 MAGGIO**

*Dal Vangelo di Giovanni (Gv 15, 1-8)*

+ In quel tempo, disse Gesù ai suoi discepoli: «Io sono la vite vera e il Padre mio è l'agricoltore. Ogni tralcio che in me non porta frutto, lo taglia, e ogni tralcio che porta frutto, lo pota perché porti più frutto. Voi siete già puri, a causa della parola che vi ho annunciato. Rimanete in me e io in voi. Come il tralcio non può portare frutto da se stesso se non rimane nella vite, così neanche voi se non rimanete in me. Io sono la vite, voi i tralci. Chi rimane in me, e io in lui, porta molto frutto, perché senza di me non potete far nulla. Chi non rimane in me viene gettato via come il tralcio e secca; poi lo

raccogliono, lo gettano nel fuoco e lo bruciano. Se rimanete in me e le mie parole rimangono in voi, chiedete quello che volete e vi sarà fatto. In questo è glorificato il Padre mio: che portiate molto frutto e diventiate miei discepoli».

### **GIOVEDÌ 14 MAGGIO, San Mattia Apostolo**

*Dal Vangelo di Giovanni (Gv 15, 9-17)*

+ In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: «Come il Padre ha amato me, anche io ho amato voi. Rimanete nel mio amore. Se osserverete i miei comandamenti, rimarrete nel mio amore, come io ho osservato i comandamenti del Padre mio e rimango nel suo amore. Vi ho detto queste cose perché la mia gioia sia in voi e la vostra gioia sia piena. Questo è il mio comandamento: che vi amiate gli uni gli altri come io ho amato voi. Nessuno ha un amore più grande di questo: dare la sua vita per i propri amici. Voi siete miei amici, se fate ciò che io vi comando. Non vi chiamo più servi, perché il servo non sa quello che fa il suo padrone; ma vi ho chiamato amici, perché tutto ciò che ho udito dal Padre mio l'ho fatto conoscere a voi. Non voi avete scelto me, ma io ho scelto voi e vi ho costituiti perché andiate e portiate frutto e il vostro frutto rimanga; perché tutto quello che chiederete al Padre nel mio nome, ve lo conceda. Questo vi comando: che vi amiate gli uni gli altri».

### **VENERDÌ 15 MAGGIO**

*Dal Vangelo di Giovanni (Gv 15, 12-17)*

+ In quel tempo, disse Gesù ai suoi discepoli: «Questo è il mio comandamento: che vi amiate gli uni gli altri come io ho amato voi. Nessuno ha un amore più grande di questo: dare la sua vita per i propri amici. Voi siete miei amici, se fate ciò che io vi comando. Non vi chiamo più servi, perché il servo non sa quello che fa il suo padrone; ma vi ho chiamato amici, perché tutto ciò che ho udito dal Padre mio l'ho fatto conoscere a voi. Non voi avete scelto me, ma io ho scelto voi e vi ho costituiti perché andiate e portiate frutto e il vostro frutto rimanga; perché tutto quello che chiederete al Padre nel mio nome, ve lo conceda. Questo vi comando: che vi amiate gli uni gli altri».

### **SABATO 16 MAGGIO**

*Dal Vangelo di Giovanni (Gv 15, 18-21)*



---

---

---

---