

SOSTA DI PREGHIERA PER ADOLESCENTI/GIOVANI

*Signore, insegnaci a pregare
Venite in disparte e riposatevi un poco*

Introduzione:

P. Sia benedetto il nostro Dio in ogni tempo (+)

T. ora e sempre, nei secoli dei secoli. Amen

P. Venite adoriamo Dio nostro Re

T. adoriamo il Cristo in mezzo a noi nostro Re e nostro Dio

P. Venite, inchiniamoci davanti al Signore nostro Re e nostro Dio

T. Dio santo, Dio santo e forte, Dio santo e immortale abbi pietà di noi

P. Preghiamo.

Dio fedele, tu hai manifestato la tua potenza in favore del tuo popolo nella notte in cui l'hai liberto dalla schiavitù: rivela la tua forza nella nostra debolezza, perdona ogni nostro peccato e noi potremo gioiosamente cantare la tua gloria nell'attesa del nostro esodo pasquale. Per Cristo nostro Signore.

Segno

In quel tempo, lo Spirito sospinse Gesù nel deserto

La preghiera è suscitata dalla luce dello Spirito santo che ci sospinge nel deserto per ascoltare la voce di Dio che sussurra al nostro cuore le parole di vita.

Mentre viene portato il segno si canta un ritornello adatto

Tempo di silenzio e contemplazione per disporsi alla preghiera



PRIMA settimana

Ant. Tutti i sentieri del Signore sono amore e fedeltà.

SALMO 25 (24)

A te, Signore, innalzo l'anima mia,
mio Dio, in te confido:
che io non resti deluso!
Non trionfino su di me i miei nemici!

Chiunque in te spera non resti deluso;
sia deluso chi tradisce senza motivo.
Fammi conoscere, Signore, le tue vie,
insegnami i tuoi sentieri.

Guidami nella tua fedeltà e istruiscimi,
perché sei tu il Dio della mia salvezza;
io spero in te tutto il giorno.

Ricòrdati, Signore, della tua misericordia
e del tuo amore, che è da sempre.
I peccati della mia giovinezza
e le mie ribellioni, non li ricordare:
ricòrdati di me nella tua misericordia,
per la tua bontà, Signore.

Buono e retto è il Signore,
indica ai peccatori la via giusta;
guida i poveri secondo giustizia,
insegna ai poveri la sua via.

Tutti i sentieri del Signore sono amore e fedeltà
per chi custodisce la sua alleanza e i suoi precetti.
Per il tuo nome, Signore,
perdona la mia colpa, anche se è grande.

C'è un uomo che teme il Signore?
Gli indicherà la via da scegliere.



PRIMA settimana

Egli riposerà nel benessere,
la sua discendenza possederà la terra.

Il Signore si confida con chi lo teme:
gli fa conoscere la sua alleanza.
I miei occhi sono sempre rivolti al Signore,
è lui che fa uscire dalla rete il mio piede.

Volgiti a me e abbi pietà,
perché sono povero e solo.
Allarga il mio cuore angosciato,
liberami dagli affanni.

Vedi la mia povertà e la mia fatica
e perdona tutti i miei peccati.
Guarda i miei nemici: sono molti,
e mi detestano con odio violento.

Proteggimi, portami in salvo;
che io non resti deluso,
perché in te mi sono rifugiato.
Mi proteggano integrità e rettitudine,
perché in te ho sperato.

Dio, libera Israele
da tutte le sue angosce. *Gloria*

Ant. Tutti i sentieri del Signore sono amore e fedeltà

Canto al Vangelo



PRIMA settimana

Dal Vangelo secondo Marco

Mc 1,12-15

In quel tempo, lo Spirito sospinse Gesù nel deserto e nel deserto rimase quaranta giorni, tentato da Satana. Stava con le bestie selvatiche e gli angeli lo servivano. Dopo che Giovanni fu arrestato, Gesù andò nella Galilea, proclamando il vangelo di Dio, e diceva: «Il tempo è compiuto e il regno di Dio è vicino; convertitevi e credete nel Vangelo».

Meditazione

L'evangelo ci insegna che il regno di Dio si trova prima di tutto in noi. Se non siamo capaci di trovare dentro di noi il regno, se non riusciamo ad incontrare Dio interiormente, nelle profondità stesse del nostro essere, le probabilità che abbiamo di incontrarlo al di fuori sono estremamente remote. Quando Yuri Gagarin fece ritorno dallo spazio e pronunciò la famosa frase: "Non ho visto Dio da nessuna parte in cielo" uno dei nostri preti a Mosca osservò: "Se non l'hai visto sulla terra, non lo vedrai mai in cielo".

Questo vale anche per quello di cui sto parlando. Se non riusciamo a entrare in contatto con Dio sotto la nostra pelle, se così si può dire, allora le possibilità di riconoscerlo, perfino se lo si incontrasse faccia a faccia, si riducono notevolmente.

Giovanni Crisostomo diceva: "Cerca la porta del tuo cuore, scoprirai che essa è la porta che conduce al regno di Dio". Dobbiamo volgere il nostro sguardo verso l'interno, non verso l'esterno. Ma all'interno in un modo estremamente particolare. Non sto dicendo che bisogna diventare introspettivi. Non dico che si debba entrare nell'intimo come si fa in psicanalisi o in psicologia. Non si tratta di compiere un viaggio nella propria interiorità, ma di incamminarsi *attraverso* il nostro io, per approdare dal livello più profondo dell'io al luogo dove egli dimora, quel punto dove l'io e Dio si incontrano.

(A. BLOOM, *La preghiera giorno dopo giorno*, Qiqajon, Magnano (BI) 1995, 11-12)

Tempo di silenzio e contemplazione per la meditazione

Invocazioni

Signore, Dio dell'universo, fa che ritorniamo
fa risplendere il tuo volto: saremo salvi.

R. Kyrie, eleison!



PRIMA settimana

Signore, che ci accordi un tempo di conversione
e dei giorni di penitenza favorevoli alla salvezza,
concedici di rispondere pienamente alla tua chiamata. R.

La nostra preghiera sia in Spirito e Verità,
sia accoglienza della tua parola,
intercessione per tutte le creature del mondo. R.

Il nostro digiuno sia spezzare il pane con gli affamati,
accogliere tra noi i viandanti e gli stranieri,
senza distogliere l'attenzione da chi vive con noi. R.

Il nostro silenzio sia accolto dalla tua parola,
custodia delle labbra che non dicono menzogna,
rappacificazione del cuore che non emette giudizi. R.

La carità sia da noi ricercata al di sopra di tutto,
tutto creda, tutto spera, tutto sopporti,
sia amore fedele che non viene mai meno. R.

Padre Nostro

Signore Dio onnipotente,
attraverso il tuo Spirito santo
hai spinto tuo Figlio Gesù nel deserto,
affinché, vincitore del peccato,
riportasse a te l'umanità purificata e redenta.
Guarda a noi e concedici il dono della conoscenza dei nostri peccati,
del pentimento e della conversione:
allora conosceremo la tua misericordia
rivelataci in Gesù Cristo, nostro Signore,
benedetto ora e nei secoli dei secoli.

Amen

Durante il Canto finale si riceve un piccolo lume per l'angolo della preghiera domestica