

## 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 liberato 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*

*Se il chicco di grano, caduto in terra, non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto.*

Nel cuore è deposto il chicco della Parola che si schiude e porta frutto perché la nostra vita sia seme di Vangelo nella quotidianità.

*Mentre viene portato il segno si canta un ritornello adatto*

*Tempo di silenzio e contemplazione per disporsi alla preghiera*



QUINTA settimana

**Ant.** Crea in me o Dio un cuore puro

*Oppure* un canone cantato

### SALMO 51 (50)

Pietà di me, o Dio, nel tuo amore;  
nella tua grande misericordia  
cancella la mia iniquità.

Lavami tutto dalla mia colpa,  
dal mio peccato rendimi puro.  
Sì, le mie iniquità io le riconosco,  
il mio peccato mi sta sempre dinanzi.

Contro di te, contro te solo ho peccato,  
quello che è male ai tuoi occhi, io l'ho fatto:  
così sei giusto nella tua sentenza,  
sei retto nel tuo giudizio.

Ecco, nella colpa io sono nato,  
nel peccato mi ha concepito mia madre.  
Ma tu gradisci la sincerità nel mio intimo,  
nel segreto del cuore mi insegna la sapienza.

Aspergimi con rami d'issòpo e sarò puro;  
lavami e sarò più bianco della neve.  
Fammi sentire gioia e letizia:  
esulteranno le ossa che hai spezzato.

Distogli lo sguardo dai miei peccati,  
cancella tutte le mie colpe.  
Crea in me, o Dio, un cuore puro,  
rinnova in me uno spirito saldo.

Non scacciarmi dalla tua presenza  
e non privarmi del tuo santo spirito.  
Rendimi la gioia della tua salvezza,  
sostienimi con uno spirito generoso.



QUINTA settimana

Insegnerò ai ribelli le tue vie  
e i peccatori a te ritorneranno.  
Liberami dal sangue, o Dio, Dio mia salvezza:  
la mia lingua esalterà la tua giustizia.

Signore, apri le mie labbra  
e la mia bocca proclami la tua lode.  
Tu non gradisci il sacrificio;  
se offro olocausti, tu non li accetti.

Uno spirito contrito è sacrificio a Dio;  
un cuore contrito e affranto tu, o Dio, non disprezzi.  
Nella tua bontà fa' grazia a Sion,  
ricostruisci le mura di Gerusalemme.

Allora gradirai i sacrifici legittimi,  
l'olocausto e l'intera oblazione;  
allora immoleranno vittime sopra il tuo altare. *Gloria*

**Ant. Crea in me o Dio un cuore puro**

*Canto al Vangelo*

**Dal Vangelo secondo Giovanni**

Gv 12,20-33

In quel tempo, tra quelli che erano saliti per il culto durante la festa c'erano anche alcuni Greci. Questi si avvicinarono a Filippo, che era di Betsàida di Galilea, e gli domandarono: «Signore, vogliamo vedere Gesù». Filippo andò a dirlo ad Andrea, e poi Andrea e Filippo andarono a dirlo a Gesù. Gesù rispose loro: «È venuta l'ora che il Figlio dell'uomo sia glorificato. In verità, in verità io vi dico: se il chicco di grano, caduto in terra, non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto. Chi ama la propria vita, la perde e chi odia la propria vita in questo mondo, la conserverà per la vita eterna. Se uno mi vuole servire, mi segua, e dove sono io, là sarà anche il mio servitore. Se uno serve me, il Padre lo onorerà. Adesso l'anima mia è turbata; che cosa dirò? Padre, salvami da quest'ora? Ma proprio per questo sono giunto a quest'ora! Padre, glorifica il tuo nome». Venne allora una voce dal cielo: «L'ho glorificato e lo glorificherò ancora!». La folla, che era presente e aveva udito, diceva che era stato un tuono. Altri dicevano: «Un angelo gli ha parlato». Disse Gesù: «Questa voce

non è venuta per me, ma per voi. Ora è il giudizio di questo mondo; ora il principe di questo mondo sarà gettato fuori. E io, quando sarò innalzato da terra, attirerò tutti a me». Diceva questo per indicare di quale morte doveva morire.

### *Meditazione*

Fare la volontà di Dio è una disciplina nel senso più nobile del termine. È anche una verifica della nostra lealtà, della fedeltà che abbiamo verso Cristo. È agendo in ogni dettaglio, in ogni momento, con tutte le nostre forze, al limite delle nostre possibilità, con la più grande intelligenza, dell'immaginazione, della volontà, dei carismi e dell'esperienza che possiamo gradatamente imparare a essere strettamente e onestamente obbedienti al Signore Dio. Se non facciamo questo la nostra sequela è illusoria e tutta la nostra vita di disciplina, quando risulta essere un insieme di regole autoimposte nelle quali ci dilettiamo e che ci rendono orgogliosi e autogiustificati, non ci porta da nessuna parte, perché la spinta essenziale della nostra sequela sta nella capacità di rinnegare noi stessi, permettendo a Cristo Signore di essere la nostra mente, la nostra volontà e il nostro cuore. A meno di rinunciare a noi stessi e di accettare la sua vita al posto della nostra, a meno di ambire a ciò che Paolo descrive dicendo: "Non sono più io che vivo, ma Cristo vive in me" (Gal 2,20), non saremo mai né disciplinati né discepoli.

(A. BLOOM, *La preghiera giorno dopo giorno*, Qiqajon, Magnano (BI) 1995, 69-70)

### *Tempo di silenzio e contemplazione per la meditazione*

#### *Invocazioni*

Venga su di noi la tua misericordia, Signore  
La tua salvezza, secondo la tua promessa

#### **R. Christe, eleison!**

O Cristo, la tua passione è anche passione dell'umanità:  
è la fame degli affamati, la sete degli assetati. R.

O Cristo, la tua passione continua tra i viventi:  
è il languire dei malati, l'agonia dei morenti. R.



QUINTA settimana

O Cristo, la tua passione è presente nella storia:  
è l'oppressione dei poveri, la tortura dei perseguitati. R.

O Cristo, la tua passione è sofferta in mezzo a noi:  
ogni dolore è tuo dolore, ogni vergogna è tua vergogna. R.

O Cristo, la tua passione è vissuta in noi e in ogni creatura:  
è gemito e sofferenza in attesa della redenzione. R.

### **Padre Nostro**

Signore nostro Padre,  
tuo Figlio, primogenito di una moltitudine di fratelli,  
ha portato le sofferenze  
dei disprezzati, degli oppressi e dei perseguitati:  
perdona la nostra durezza di cuore  
e donaci la forza di una vera conversione,  
perché egli è morto per tutti gli uomini  
e ora è il Vivente per i secoli dei secoli.

**Amen**

*Durante il Canto finale ciascuno depone dell'incenso nel braciere*