

## 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*

*Molti stendevano i propri mantelli sulla strada*

Il tempo della preghiera e lo spazio della nostra vita dove sulle strade di ogni giorno stendiamo i mantelli per il cammino del nostro re.

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

*Tempo di silenzio e contemplazione per disporsi alla preghiera*



SESTA settimana

**Ant.** Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?

*Oppure un canone cantato*

### SALMO 22 (21)

Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?  
Lontane dalla mia salvezza le parole del mio grido!  
Mio Dio, grido di giorno e non rispondi;  
di notte, e non c'è tregua per me.

Eppure tu sei il Santo,  
tu siedi in trono fra le lodi d'Israele.  
In te confidarono i nostri padri,  
confidarono e tu li liberasti;

a te gridarono e furono salvati,  
in te confidarono e non rimasero delusi.  
Ma io sono un verme e non un uomo,  
rifiuto degli uomini, disprezzato dalla gente.

Si fanno beffe di me quelli che mi vedono,  
storcono le labbra, scuotono il capo:  
"Si rivolga al Signore; lui lo liberi,  
lo porti in salvo, se davvero lo ama!".

Sei proprio tu che mi hai tratto dal grembo,  
mi hai affidato al seno di mia madre.  
Al mio nascere, a te fui consegnato;  
dal grembo di mia madre sei tu il mio Dio.

Non stare lontano da me,  
perché l'angoscia è vicina e non c'è chi mi aiuti.  
Mi circondano tori numerosi,  
mi accerchiano grossi tori di Basan.

Spalancano contro di me le loro fauci:  
un leone che sbrana e ruggisce.  
Io sono come acqua versata,  
sono slogate tutte le mie ossa.



SESTA settimana

Il mio cuore è come cera,  
si scioglie in mezzo alle mie viscere.  
Arido come un coccio è il mio vigore,  
la mia lingua si è incollata al palato,  
mi deponi su polvere di morte.

Un branco di cani mi circonda,  
mi accerchia una banda di malfattori;  
hanno scavato le mie mani e i miei piedi.

Posso contare tutte le mie ossa.  
Essi stanno a guardare e mi osservano:  
si dividono le mie vesti,  
sulla mia tunica gettano la sorte.

Ma tu, Signore, non stare lontano,  
mia forza, vieni presto in mio aiuto.  
Libera dalla spada la mia vita,  
dalle zampe del cane l'unico mio bene.

Salvami dalle fauci del leone  
e dalle corna dei bufali.  
Tu mi hai risposto!  
Annuncerò il tuo nome ai miei fratelli,  
ti loderò in mezzo all'assemblea.

Lodate il Signore, voi suoi fedeli,  
gli dia gloria tutta la discendenza di Giacobbe,  
lo tema tutta la discendenza d'Israele;

perché egli non ha disprezzato  
né disdegnato l'afflizione del povero,  
il proprio volto non gli ha nascosto  
ma ha ascoltato il suo grido di aiuto.

Da te la mia lode nella grande assemblea;  
scioglierò i miei voti davanti ai suoi fedeli.  
I poveri mangeranno e saranno saziati,  
loderanno il Signore quanti lo cercano;  
il vostro cuore viva per sempre!



SESTA settimana

Ricorderanno e torneranno al Signore  
tutti i confini della terra;  
davanti a te si prostreranno  
tutte le famiglie dei popoli.

Perché del Signore è il regno:  
è lui che domina sui popoli!

A lui solo si prostreranno  
quanti dormono sotto terra,  
davanti a lui si curveranno  
quanti discendono nella polvere;  
ma io vivrò per lui,  
lo servirà la mia discendenza.

Si parlerà del Signore alla generazione che viene;  
annunceranno la sua giustizia;  
al popolo che nascerà diranno:  
"Ecco l'opera del Signore!". *Gloria*

**Ant. Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?**

*Canto al Vangelo*

**Dal Vangelo secondo Marco**

Mc 11,1-10

Quando furono vicini a Gerusalemme, verso Bètfrage e Betània, presso il monte degli Ulivi, Gesù mandò due dei suoi discepoli e disse loro: «Andate nel villaggio di fronte a voi e subito, entrando in esso, troverete un puledro legato, sul quale nessuno è ancora salito. Slegatelo e portatelo qui. E se qualcuno vi dirà: "Perché fate questo?", rispondete: "Il Signore ne ha bisogno, ma lo rimanderà qui subito"». Andarono e trovarono un puledro legato vicino a una porta, fuori sulla strada, e lo slegarono. Alcuni dei presenti dissero loro: «Perché slegate questo puledro?». Ed essi risposero loro come aveva detto Gesù. E li lasciarono fare. Portarono il puledro da Gesù, vi gettarono sopra i loro mantelli ed egli vi salì sopra. Molti stendevano i propri mantelli sulla strada, altri invece delle fronde, tagliate nei campi. Quelli che precedevano e quelli che seguivano, gridavano: «Osanna! Benedetto colui che viene nel nome del Signore! Benedetto il Regno che viene, del nostro padre Davide! Osanna nel più alto dei cieli!».

### *Meditazione*

Ricordo che una delle prime persone che venne a chiedermi consigli dopo che ero stato ordinato presbitero fu una vecchia signora che disse: "Padre, ho pregato quasi incessantemente per quattordici anni, e non ho mai avvertito la presenza di Dio". Allora le dissi: "Gli hai dato una chance di proferire anche solo una parola?". "Oh no" mi disse, "ho parlato io per tutto il tempo, non è forse questa la preghiera?". Le dissi: "No, non penso che lo sia, e quel che le suggerisco è di mettere da parte quindici minuti ogni giorno, restando, seduta a sferruzzare davanti al volto di Dio".

E così fece. Con quale risultato? Presto venne da me e disse: "È straordinario, quando prego Dio, in altre parole quando gli parlo, non sento nulla, ma quando mi siedo nella calma, faccia a faccia con lui, allora mi sento avvolta nella sua presenza".

Non sarai mai in grado di pregare Dio realmente e con tutto il tuo cuore se non impari a tacere e a gioire a causa del miracolo della sua presenza, o se preferisci, del tuo stare faccia a faccia con lui anche se non lo vedi.

(A. BLOOM, *La preghiera giorno dopo giorno*, Qiqajon, Magnano (BI) 1995, 97-98)

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

#### *Invocazioni*

Ricordati di noi Signore  
Quando verrai nel tuo regno

#### **R. Gloria a te, Signore, gloria a te!**

Sei salito a Gerusalemme per annunciare la pace,  
sei stato giudicato come un malfattore. R.

Hai ricevuto l'acclamazione del tuo popolo,  
sei stato rigettato come pietra inutile. R.

Sei stato chiamato profeta e figlio di David,  
sei stato ucciso fuori della città santa. R.

Hai percorso un cammino di gloria messianica,  
sei stato umiliato fino a una morte nell'infamia. R.



**SESTA settimana**

Sei entrato nella città per celebrare la Pasqua,  
sei stato immolato come l'agnello pasquale. R.

### **Padre Nostro**

Dio nostro Padre, fedele alla tua promessa Gesù tuo Figlio è venuto a compiere la sua ora:  
accoglici tra la folla dei piccoli e degli umili mentre lo acclamiamo luce delle genti, gloria di  
Israele tuo popolo, nostro Re e nostro Salvatore, benedetto ora e nei secoli dei secoli.

**Amen**

*Viene dato a ciascuno un piccolo pezzo di stoffa a memoria dello spazio custodito della preghiera*