

<b>OGNI 1° GIOVEDÌ DEL MESE ADORAZIONE E PREGHIERA NELL'ANNO SACERDOTALE</b>
--

### LA SCUOLA DI PREGHIERA

- = E' uno spirito, un clima, un atteggiamento interiore in cui i giovani partecipanti si trovano immersi.
- E' inserirsi in una comunità che prega, o meglio, in una comunità fondata sulla preghiera.
- = E' un insieme di momenti, a cui siamo arrivati sulla linea della esperienza: l'adorazione, la riflessione comunitaria, la celebrazione dell'Eucarestia.

Come per imparare a vivere, bisogna vivere, così "per imparare a pregare bisogna pregare".  
La preghiera è come la vita: la vita è sempre in cammino, è un andare avanti, è un continuo perfezionarsi...

#### **CHE COSA E' PREGARE?**

- PREGARE E' AMARE.
- Pregare è amare, e non si ama a parole, si ama a fatti.
- Pregare non è girare intorno a me stesso, è affrontare me stesso, è esaminare il mio agire.  
Devo cercare incessantemente ciò che il Signore vuole da me.
- Poche parole e molto silenzio: PENSARE, VOLERE, CONCLUDERE, DECIDERE...
- E' la vita che va ripensata nella preghiera. *Incominciare a pregare significa*, per molti, *cambiare tutta la vita*.
- Spesso non sentiamo la voce del Signore perché non lo lasciamo parlare: abbiamo troppe cose da dire!  
Ecco perché diciamo che per imparare a pregare bisogna imparare a fare silenzio.  
*Il silenzio è indispensabile* per esaminarci e per fare scattare la nostra volontà.

#### **DA DOVE PARTIRE?**

Credo che sia necessario partire dalla preghiera individuale se si vuole giungere a quella Comunitaria, sapendola valorizzare al massimo.

Se io non sono capace di interiorizzare una preghiera personale, difficilmente riuscirò ad interiorizzare la Liturgia.

Anzi c'è il rischio di lasciarsi prendere dall'entusiasmo che suscita la partecipazione liturgica, senza interiorizzare nulla.

Questa preghiera non mi è uno stimolo alla conversione, al cambiamento di vita. Se invece sono abituato alla riflessione, ad interiorizzare... allora la liturgia mi parla, mi scuote, mi converte...

LA SCUOLA DI PREGHIERA tenta di salvare questo ritmo: prima la preghiera personale poi quella comunitaria.

Incominciamo dall'ADORAZIONE che ha lo scopo di interiorizzare la Parola di Dio meditata, di ascoltare la sua voce, di ripensare con tranquillità alla nostra vita.

Concludiamo con la CELEBRAZIONE EUCARISTICA, ad essa facciamo confluire la nostra preghiera personale.

E' possibile viverla intensamente proprio perché è stata "preparata".

*La preghiera è il mezzo attraverso cui si fa una selezione naturale tra il giovane superficiale e quello che vuole costruire qualcosa di serio.*

C'è di più. I giovani che pregano "salvano" il loro prete, l'animatore del loro gruppo.

## **I MOMENTI DELLA SCUOLA DI PREGHIERA**

+ **L'ADORAZIONE.** Un'ora di silenzio, di riflessione personale, davanti al SSmo esposto.

L'Adorazione è una cosa assai faticosa. E' molto più facile meditare, ancor più facile fare preghiera vocale, ancor più fare pie letture.

E di fatto si evade con facilità. Anche quando se ne è scoperta tutta la bellezza, c'è sempre la tentazione di evadere. Ma quando si è arrivati, si ha la netta impressione di aver trovato tutto.

= L'ADORAZIONE EUCARISTICA E' STARE DAVANTI A GESU' EUCARESTIA DANDOSI A LUI.

Quasi sempre la nostra preghiera è un prendere, l'Adorazione invece è un dare. Ma che cosa do? Il mio amore. L'Adorazione non è un dare a parole, E' UN DARE A FATTI.

L'Adorazione si può fare senza dire parole: chi ama veramente non ha tante parole da dire. FA E DONA SE STESSO.

P. De Foucauld ha definito così l'Adorazione: "GUARDARE AL SIGNORE, AMANDOLO".

E S. Teresa d'Avila ha scritto: "Più una preghiera contiene amore, più è preghiera".

L'Adorazione è dunque una preghiera attivissima, perché è la preghiera del donarsi a Gesù.

L'Adorazione è la Messa che continua.

Alla Messa io comincio la mia Adorazione, nell'Adorazione io continuo la mia Messa.

Alla Messa io mi inserisco nell'atto redentivo di Gesù, nell'Adorazione io rinnovo, purifico, completo, la mia volontà redentiva...

## **QUALCHE CONSIGLIO MOLTO PRATICO :**

. Preparatevi sempre all'Adorazione

. Attaccate subito; con buona volontà!

. Curate di avere un fisico efficiente: non è la vostra posizione l'oggetto più importante nell'Adorazione, è il vostro cuore.

. Fate un allenamento razionale, sensato all'Adorazione: in principio concedete un po' di più alla lettura o alla preghiera vocale, poi diminuite...

. Un buon allenamento credo sia costituito dalla preghiera di ringraziamento. Può essere come un elemento riposante nella vostra Adorazione. Non si deve cercare solo questo, ma in principio fa bene...

. C'è chi ama dividere la sua Adorazione in quattro grandi atti : ADORAZIONE, RINGRAZIAMENTO, IMPLORAZIONE DI PERDONO, DOMANDA.

Il metodo va inteso come allenamento alla preghiera contemplativa...

. IL DONO DELL'ADORAZIONE BEN FATTA E' UN DONO DI DIO! Lo dovete implorare umilmente. Iddio ve lo darà perché vi è tanto necessario.

**L'ASSEMBLEA.** Tema d'obbligo : la preghiera.

E' necessario "insegnare" a pregare, far vedere come è possibile pregare, in un contesto sociale come è quello in cui viviamo.

Insegnare a pregare significa, per i giovani, soprattutto mettere a contatto con gente che ha provato a pregare.

La Scuola di preghiera diventa quindi presentazione di "esperienze", di modello di comportamento. \*la comunicazione delle esperienze\* i quesiti sulla preghiera.

**LA CELEBRAZIONE DELL'EUCARESTIA.** Tre momenti vengono sottolineati:

+ L'atto penitenziale – per verificare la disponibilità alla conversione.

+ La preghiera dei fedeli. + Dopo la Comunione, si dà largo spazio al Ringraziamento.

## PREGARE – ADORARE

PREGARE = Vuol dire amare a fatti

= Vuol dire esaminare il mio agire

ADORARE = E' stare davanti a Gesù Eucarestia donandosi a Lui.

Organizza il tempo che hai a disposizione e rifletti con calma:

1. Signore, che vuoi da me?  
Che vuoi che io faccia?  
Che cosa devo cambiare nella mia vita?
2. Signore, ti ringrazio!  
Grazie di avermi chiamato qui:  
Tu vuoi che viva con più pienezza.  
Grazie di avermi dato la vita  
Grazie di avermi fatto capire i miei errori
3. Signore, perdona  
Le mie debolezze  
I miei errori, i miei tradimenti  
Il mio poco amore  
Il mio egoismo
4. Signore, voglio cambiare...  
Dammi la grazia e la forza di aprirmi,  
di incominciare da capo  
Vengo a Te, come il figlio prodigo, pentito...

Sii calmo, sereno.. DIO AMA CHI DONA CON GIOIA!  
PER IMPARARE A PREGARE BISOGNA IMPARARE A FARE SILENZIO.  
IL SILENZIO E' INDISPENSABILE PER ESAMINARCI  
E FARE SCATTARE LA NOSTRA VOLONTA'.

### VIENI, O SPIRITO CREATORE

Vieni, o Spirito Creatore  
Vieni nel nostro intimo  
Invadi col tuo amore  
i cuori che hai creato.

Tu sei la nostra luce  
dono di Dio Altissimo  
acqua viva, fuoco, amore  
ed energia vitale.

Pienezza d'ogni dono  
Segno dell'amore del Padre  
Conferma delle sue promesse  
Sei guida alla Parola.

Dà luce ai nostri occhi  
amore ai nostri cuori,  
sostieni con la tua forza  
l'umana debolezza.

Vinci il mistero del male  
dà pace a questa vita  
fa che guidati da Te  
evitiamo ogni male.

Aprici all'amore del Padre  
svelaci la conoscenza del Figlio  
portaci alla fede in Te  
loro infinito amore.

Gloria a Dio Padre                      e a Te che ci accompagni  
al Figlio Risorto dai morti            nei secoli eterni. Amen.

## ADORAZIONE (1° Giovedì del mese – nell'Anno Sacerdotale) (2°)

+ Per Cristo, con Cristo e in Cristo - a Te Dio, Padre Onnipotente, - nell'unità dello Spirito Santo, ogni onore e gloria - per tutti i secoli dei secoli. Amen.

\* Canto.

Non imparate a pregare finchè non imparate a fare silenzio davanti al Signore.

Mi sembra che il silenzio è più importante che parlare.

CHE COSA OCCORRE:

1. Il pentimento – è l'atto d'obbligo.

Bisogna pulirsi ripulire il cuore. Non potete presentarvi a Dio sporchi...

- Passate questo primo quarto d'ora nel ricordare la parabola del pubblicano, ripetete lentamente: "O Dio, abbi pietà di me peccatore" (Lc. 18,9-14).

\* Canto

2. Ravvivare la fede.

E' aprirsi all'incontro – accorgersi che siamo davanti a Lui – è andarGli incontro.

- un papà e il figlio epilettico : "Signore, credo; aiuta la mia incredulità!" (Mc.9,14-24)

\* Canto

3. Offrirgli qualche cosa.

Per quanto pensiamo non abbiamo da offrirgli grandi cose. Sembra che noi Gli diamo qualche cosa, invece riceviamo un dono!

Es. Uno è egoista? Nell'attimo in cui annienta il suo egoismo... egli cresce.

Paolo rispose a Cristo: "Chi sei, o Signore?" " Signore, che cosa vuoi che io faccia? Io lo farò. (Atti,9,5).

\* Canto

4. Quando Gli abbiamo dato un dono, bisogna ascoltarLo. Stare in silenzio.

"Parla, o Signore, che il tuo servo ti ascolta" (Samuele)

Dal Vangelo di Mc. 2, 1-12 : Il paralitico guarito.

+ UN'ORA DI ADORAZIONE E' UN'ORA DI SILENZIO.

Chi desidera imparare a pregare deve imparare a resistere nel fare SILENZIO davanti a Dio.

Un ragazzo che si sposa e non prega... cosa fa? E un padre che non prega...

Devo imparare a pregare, devo imparare a portare la preghiera nella mia famiglia.

Impegno: un quarto d'ora di silenzio al giorno. Chi prega cambia la vita.