



PREGHIERA GUIDATA

ma
spogliò se stesso
per questo **Dio**
l'ha esaltato

Fil 2, 8-9



PREGHI ERA GUI DATA

Lasciarsi convertire dalla carità (1 Corinzi 13)

1. Ingresso nel silenzio

(Musica strumentale molto dolce in sottofondo)

Suggerimento musicale:

- Arvo Pärt – Spiegel im Spiegel
- Taizé (strumentale) – Bless the Lord

Respira lentamente. Con ogni respiro lascia scendere la pace. Non devi fare nulla. Sei qui.

(Silenzio – 1 minuto)

Signore,
mi metto alla tua presenza
così come sono,
con ciò che amo
e con ciò che ancora non so amare.

2. Ascolto della Parola

*«Se anche avessi tutta la fede,
ma non avessi la carità,
non sarei nulla.»*

(1 Cor 13,2)

Lascia che queste parole scendano lentamente.

Non difenderti.

Accoglile.

(Silenzio)

3. Lasciarsi guardare dall'Amore

Suggerimento musicale:

- Taizé – Ubi Caritas (versione cantata o strumentale)

La carità è paziente.

La carità è benevola.

Ripeti interiormente, con calma:

“Signore, insegnami la pazienza.”

“Signore, insegnami la benevolenza.”

(Silenzio)



PREGHI ERA GUI DATA

Lasciarsi convertire dalla carità (1 Corinzi 13)

4. Preghiera di conversione

Signore Gesù,
ci sono parole di questo inno
che mi somigliano,
e parole che mi smascherano.

Non allontanarti da me quando faccio fatica ad amare.
Converti il mio cuore,
lentamente,
con la tua pazienza.

(Silenzio)

5. Dimorare

Suggerimento musicale:

- Canto gregoriano – Veni Creator Spiritus
- Taizé – Nada te turbe

*«La carità tutto spera,
tutto sopporta.»*

Resta.
Lascia che l'Amore ti custodisca.
Anche nel limite.
Anche nella fragilità.

(Silenzio)

6. Affidamento finale

Signore,
ciò che in me è incompleto,
trasformalo con il tuo amore.

Fa' che io non cerchi di essere perfetto,
ma di essere vero.
Che la carità sia la mia conversione quotidiana.
Amen.

(Silenzio)

Suggerimento pratico: Prima di concludere, scegli una parola di 1 Cor 13
(paziente, benevola, non cerca il proprio interesse, tutto spera...)
e portala con te nel quotidiano.



testi a cura di

SERVIZIO ANIMAZIONE E VOLONTARIATO DI CARITAS ITALIANA

impaginazione e grafica a cura di

SERVIZIO COMUNICAZIONE DI CARITAS ITALIANA

in copertina: "HOMESICK", opera del fotografo cingalese, paesaggista e concettuale, Achintha Dahanayake.