



PREGHIERA GUIDATA



ma spogliò se stesso per questo Dio l'ha esaltato

Fil 2, 8-9



PREGHIERA GUIDATA

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*)



PREGHIERA GUIDATA

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.