

*“Pregate il Signore della messe,  
perché mandi operai nella sua messe!”*

## **Paolo maestro di preghiera**

### **La preghiera incessante trasforma la vita, diventa vita, amore e ospitalità**

**Introduzione:** la preghiera autentica deve diventare luogo dell'incontro con il Maestro divino, accogliendolo nella nostra vita. Noi siamo stati creati per la comunione, per l'incontro d'amore con l'altro, anzitutto con il Signore. Ora la preghiera è il luogo che svela al nostro cuore l'esigenza assoluta di essere in relazione. Essa ci accompagna lungo la via per realizzare la nostra vocazione, perché fa cadere ogni pretesa di egoismo o di autosufficienza di fronte a Colui che ci chiama a partecipare alla sua felicità nell'amore.

#### **Preghiera di lode o un canto**

*(esposizione del Santissimo qualora si viva l'adorazione)*

#### **Momento di silenzio**

#### **Invocazione dello Spirito Santo**

Vieni, o Spirito creatore,  
visita le nostre menti,  
riempi della tua grazia  
i cuori che hai creato.

O dolce consolatore,  
dono del Padre altissimo,  
acqua viva, fuoco, amore,  
santo crisma dell'anima.

Dito della mano di Dio,  
promesso dal Salvatore,  
irradia i tuoi sette doni,  
suscita in noi la parola.

Sii luce all'intelletto,

fiamma ardente nel cuore;  
sana le nostre ferite  
col balsamo del tuo amore.

Difendici dal nemico,  
reca in dono la pace,  
la tua guida invincibile  
ci preservi dal male.

Luce d'eterna sapienza,  
svelaci il grande mistero  
di Dio Padre e del Figlio  
uniti in un solo Amore. Amen.

## **Canto, ritornello o preghiera per disporsi all'ascolto della Parola**

**Guida:** l'apostolo Paolo ci insegna tre atteggiamenti del pregare: la preghiera incessante per lasciarci incontrare dal Signore Gesù, lo zelo apostolico per annunciare Gesù e la resistenza nella persecuzione. In questa lettera Paolo si fa eco del precetto di Gesù sulla preghiera continua ed esorta i fedeli a metterlo in pratica.

### **Dalla prima Lettera di san Paolo apostolo ai Tessalonicesi (5,16-18)**

State sempre lieti, pregate incessantemente, in ogni cosa rendete grazie; questa è infatti la volontà di Dio in Cristo Gesù verso di voi.

**Guida:** Le esortazioni di Paolo in questa parte della lettera hanno la forma di slogan martellanti. Qui ne abbiamo alcuni di seguito, posti sotto il segno del volere divino manifestato in Gesù Cristo. Ci sono espressioni che escludono ogni limite: sempre, interrottamente, in ogni cosa. Già Paolo aveva fatto appello alla gioia che i cristiani delle sue comunità provavano, nonostante le ostilità incontrate per aver accolto il suo annuncio evangelico. Ora li esorta perché essa non venga mai meno, anche dopo il primo entusiasmo. Inoltre, Paolo li invita a una continua esperienza di preghiera e di ringraziamento. Anche Paolo e i suoi collaboratori vivono con lo stesso sguardo rivolto a Dio, per chiedere il suo dono e riconoscere con gratitudine la sua presenza benefica in tutti i risvolti della vita.

### **Dalla Lettera di San Paolo apostolo ai Romani (12,12-16)**

Siate lieti nella speranza, forti nella tribolazione, perseveranti nella preghiera, solleciti per le necessità dei fratelli, premurosi nell'ospitalità. Benedite coloro che vi perseguitano, benedite e non maledite. Rallegratevi con quelli che sono

nella gioia, piangete con quelli che sono nel pianto. Abbiate i medesimi sentimenti gli uni verso gli altri; non aspirate a cose troppo alte, piegatevi invece a quelle umili. Non fatevi un'idea troppo alta di voi stessi.

## **Momento di silenzio**

*(invitando a rileggere i brani, sottolineare e ripetere le parole che più catturano l'attenzione, interrogarsi sulla preghiera di Gesù e sulla propria, invocare lo Spirito Santo)*

## **Preghiera di una decina del Rosario**

### **Lettura spirituale personale**

Don Alberione, fondatore della Famiglia Paoline, era uomo di preghiera. Trascorreva in chiesa dalle tre alle cinque ore ogni giorno e, fin quando poté, sempre in ginocchio: se ne stava immobile, come una statua. Chi lo guardava capiva che da quegli interminabili colloqui con Dio scaturivano la vera forza e la sicurezza che diffondeva. Tutta la sua esistenza fu una trama intessuta di azione apostolica e di preghiera. Nel prolungato contatto con Dio, capace di raggiungere le vette della contemplazione, attingeva la luce e la forza per le iniziative da intraprendere. Un cuore che prega ha trovato Dio, crede in lui, lo annuncia. Diceva: "Abbandonando la preghiera tutto l'edificio spirituale cade e rimane un cumulo di rovine, un bel castello, ma diroccato".

Don Alberione ha imitato san Paolo soprattutto nella sua piena conformazione a Cristo. Desideriamo metterci sulle orme di santità del beato Giacomo Alberione per vivere in pienezza la nostra vocazione cristiana e diventare quegli uomini e donne che sanno vivere e dare Gesù al mondo, oggi. Affidiamo anche alla sua intercessione le intenzioni che portiamo nel cuore, in una piena fiducia nella Santissima Trinità.

Don Alberione sempre ha lasciato che la Parola di Dio parlasse alla sua vita. Nell'ascolto della Parola egli ha scoperto come il nostro Dio sia il Dio delle sorprese, che fa le cose nuove e chiede docilità alla Sua novità. E don Alberione ha obbedito alla novità del Vangelo. Sognare non è essere sconnessi dalla realtà, ma starci dentro con tutti e due i piedi in un atteggiamento contemplativo. I grandi sogni, quelli in sintonia con il sogno di Dio, nascono dal silenzio e dall'ascolto. "La Bibbia è il cibo più squisito per l'anima nostra, è il pane datoci dal Padre Celeste, prendiamolo e mangiamolo quotidianamente, perché, come il corpo quotidianamente ha bisogno del pane materiale, così l'anima tutti i giorni dev'essere nutrita del pane celeste" (Leggete le Sacre Scritture, pp. 213-214).

Direte che il Vangelo è difficile. No, non lo è, perché il Signore lo ha fatto proprio per la nostra testa, come ha fatto il pane per lo stomaco. Quando siete tristi, aprite la Scrittura e troverete la parte che vi consola. Così nei dubbi, nei timori: fate come i santi, che in ogni dubbio e timore andavano alla fonte (Pensieri, p. 54).

Nella Scrittura si parla del paradiso oltre settecento volte, perché è la lettera che Dio Padre ha scritto agli uomini per invitarli al cielo, perché essi indovinandone la via si salvino. Nel Vecchio e nel Nuovo Testamento è sempre la Parola di Dio, messa là come lampada che rischiarava la strada, in mezzo alle passioni del mondo, alle tentazioni del demonio, è la lampada accesa che risplende davanti a tutti (Alle Figlie di San Paolo, 1932).

Se arriva una lettera attesa dal padre, la si legge con attenzione dall'inizio fino ai saluti, fino alla firma; e nello stesso tempo poi si pensa, si vuole indovinare il concetto, il pensiero del padre e si rilegge con attenzione. Ora, se noi non leggessimo la lettera di Dio agli uomini, quando compariremo davanti a lui, quale vergogna! Non hanno neppure letto la mia lettera! E allora come potevi conoscere la via della salvezza, come potevi conoscere quale strada io ti indicavo nella mia lettera? (Meditazioni per consacrate secolari, p. 393).

“Anche nella nostra vita di preghiera possiamo... avere momenti di particolare intensità, forse, in cui sentiamo più viva la presenza del Signore, ma è importante la costanza, la fedeltà del rapporto con Dio, soprattutto nelle situazioni di aridità, di difficoltà, di sofferenza, di apparente assenza di Dio. Soltanto se siamo afferrati dall'amore di Cristo, saremo in grado di affrontare ogni avversità come Paolo, convinti che tutto possiamo in Colui che ci dà la forza (cfr Fil 4,13)”. (Benedetto XVI).

## **Possibilità di condividere in gruppo preghiere o pensieri**

### **Padre nostro**

### **Preghiera conclusiva**

*(orazione propria e benedizione eucaristica qualora si viva l'adorazione, cui eventualmente segue un canto e la reposizione)*

O Dio, nostro Padre, che in Cristo, tua Parola vivente, ci hai dato il modello dell'uomo nuovo, fa' che lo Spirito Santo ci renda non solo uditori, ma realizzatori del Vangelo, perché tutto il mondo ti conosca e glorifichi il tuo nome. Per il nostro Signore Gesù Cristo, tuo Figlio, che è Dio, e vive e regna con te, nell'unità dello Spirito Santo, per tutti i secoli dei secoli.

### **Canto o preghiera finale**