

*rafforza le nostre volontà perché possiamo imitare, ascoltare,  
fissare i nostri cuori su Gesù, Figlio tuo e Fratello nostro.*

### **Adorazione silenziosa**

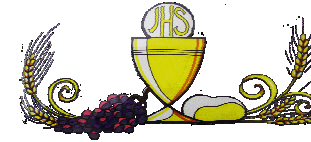
*O Dio, nostro Padre,  
insegnaci ad essere come Gesù, benevoli verso tutti.  
Manda su di noi, o Padre, lo Spirito Santo  
che ci illumini perché sappiamo osservare  
tutto quello che Gesù ci ha insegnato  
quando ci ha fatto conoscere Te, che ci ami e ci proteggi sempre.*

### **In preghiera umile e fiduciosa**

*Come Tu, Signore Gesù, Figlio del Padre onnipotente,  
ti sei fatto chiamare Figlio dell'Uomo, così anch'io  
voglio considerarmi figlio del mondo intero.  
Ti prego di liberarmi da ogni forma di egoismo,  
di superbia, di arroganza.  
Ti prego di insegnarmi a vivere sempre rispettando,  
amando, pregando per tutti gli uomini che sono tuoi e miei fratelli.*

### **Preghiera conclusiva**

*Signore Gesù, mentre Ti prego di illuminare la mia mente,  
chiedo a Te, che sei vera Luce, di illuminare  
quanti o non ti conoscono o non ti sanno conoscere.  
Tutti sono alla ricerca di Te  
perché il cuore di ogni uomo ha fame e sete di Te.  
Quanti dicono di non conoscerti forse sono coloro che, più di me,  
ti cercano e ti invocano come Luce o Stella o Sole luminoso e gioioso.  
Vorrei tanto vederti, incontrarti, abbracciarti  
insieme a tutti i fratelli del mondo intero.*



**Movimento di Spiritualità  
VIVERE IN**

**Anno Pastorale 2025-2026**

## **Adorazione Eucaristica del giovedì**

**7.**

### **Preghiera del Giubileo**

*Padre che sei nei cieli,  
la fede che ci hai donato nel  
tuo figlio Gesù Cristo, nostro fratello,  
e la fiamma di carità  
effusa nei nostri cuori dallo Spirito Santo,  
ridestino in noi, la beata speranza  
per l'avvento del tuo Regno.  
La tua grazia ci trasformi  
in coltivatori operosi dei semi evangelici  
che lievitano l'umanità e il cosmo,  
nell'attesa fiduciosa  
dei cieli nuovi e della terra nuova,  
quando vinte le potenze del Male,  
si manifesterà per sempre la tua gloria.  
La grazia del Giubileo  
ravvivi in noi Pellegrini di Speranza,  
l'anelito verso i beni celesti  
e riversi sul mondo intero  
la gioia e la pace del nostro Redentore  
A te Dio benedetto in eterno sia lode e gloria nei secoli. Amen*

# Gesù insegna a pregare

Continuiamo a lasciarci illuminare e guidare dallo Spirito Santo, il dono singolare che Gesù ha promesso e che il Padre ha inviato all'intera umanità. Lo Spirito Santo è sempre luce interiore e conforto di grazia, dischiude la porta della nostra intelligenza desiderosa di entrare nel mistero divino, rafforza il nostro animo sempre in attesa di giungere alla divina contemplazione per poter essere uomini veri. Per essere illuminati occorre disporsi come fa la terra quando riceve l'acqua che la feconda e il seme che produce nuovi frutti.

Pregiamo per i sacerdoti che vivono un momento di prova e di difficoltà e ancora: *“affidiamo all'intercessione della Vergine Maria la nostra continua preghiera per la pace, in Terra Santa, in Ucraina e negli altri luoghi di guerra. Dio conceda a tutti i responsabili saggezza e perseveranza, per avanzare nella ricerca di una pace giusta e duratura.”*

\*\*\*\*\*

## Poniamoci in ascolto della Parola

Lc 11, 1-4

*Gesù si trovava in un luogo a pregare; quando ebbe finito, uno dei suoi discepoli gli disse: «Signore, insegnaci a pregare, come anche Giovanni ha insegnato ai suoi discepoli». Ed egli disse loro: «Quando pregate, dite: Padre, sia santificato il tuo nome, venga il tuo regno; dacci ogni giorno il nostro pane quotidiano, e perdona a noi i nostri peccati, anche noi infatti perdoniamo a ogni nostro debitore, e non abbandonarci alla tentazione».*

## Meditiamo con amore la Parola

\* Il testo dell'Evangelista Luca è diverso da quello di Matteo il quale contiene sette domande ed è quello che recitiamo nella Liturgia della S. Messa.

\* S. Luca ci fa entrare in un momento particolare della vita di Gesù: i suoi discepoli vedono il suo estraniarsi dalla folla per pregare e rimango-

no ammirati ed estasiati. Lo avevano visto spesso ritirarsi da solo o passare le notti in preghiera. Avevano certamente intuito che la preghiera per il Maestro era una cosa essenziale. Ma non riuscirono a capire neppure quando Egli li esortò a tenergli compagnia alla vigilia della sua morte.

\* Sospinti da entusiasmo o forse anche per superficiale interesse chiesero a Gesù che insegnasse loro a pregare. La richiesta fu anche avvalorata dal fatto che Giovanni, colui che predicava lungo il fiume Giordano, aveva esortato i suoi discepoli a convertirsi, a pregare e a fare opere di penitenza.

\* Alla richiesta dei discepoli Gesù risponde prontamente. Dà un insegnamento nuovo, eccellente, sublime che tocca la vita umana e dà l'avvio ad un nuovo modo di porsi in rapporto con Dio. La prima ed essenziale forma di preghiera consiste nello stabilirsi nel rapporto di filiazione col Padre e, precisamente, il Padre del nostro Signore Gesù Cristo. Tutte le altre forme di preghiera, anche quelle che ci possono sembrare eccellenti, sono forme di esterioresità non di intimità mirante alla comunione, alla condivisione e alla compartecipazione totale alla vita del Padre. La preghiera che Gesù ci insegna non è fatta di formule ma di piena intesa e comunione.

\* Dall'insegnamento di Gesù emergono altre qualità essenziali. La prima è la certezza di fede e, quindi, di abbandono nella volontà di Dio. Egli, che è Padre, non si infastidisce se qualcuno lo supplica insistentemente. È come voler insegnare un ritmo di vita costante. Come costantemente batte il cuore e come costantemente cresce il respiro così la preghiera vera deve avere le prerogative di un costante atteggiamento di intimità e di affidabilità alla volontà del Padre che non inganna, non delude, non tradisce e sa dare soltanto cose buone a chi gliele chiede. Gli uomini possono sbagliarsi, Dio è benefico, giusto, fedele.

## **Silenzio in intimità di amore**

*O Dio, nostro Padre, ci hai chiamati alla vita e vuoi che siamo veramente figli tuoi nel tuo Figlio Gesù; illumina le nostre menti, conforta i nostri cuori,*