

EUCARISTIA DI EVANGELIZZAZIONE CON INTERCESSIONE PER I SOFFERENTI

Lectures: 1 Pietro 5, 1-4

Salmo 23 (22)

Vangelo: Matteo 9, 35-38

La Preghiera del cuore



Lode! Lode! Lode! Amen! Alleluia! Gloria al Signore, sempre!

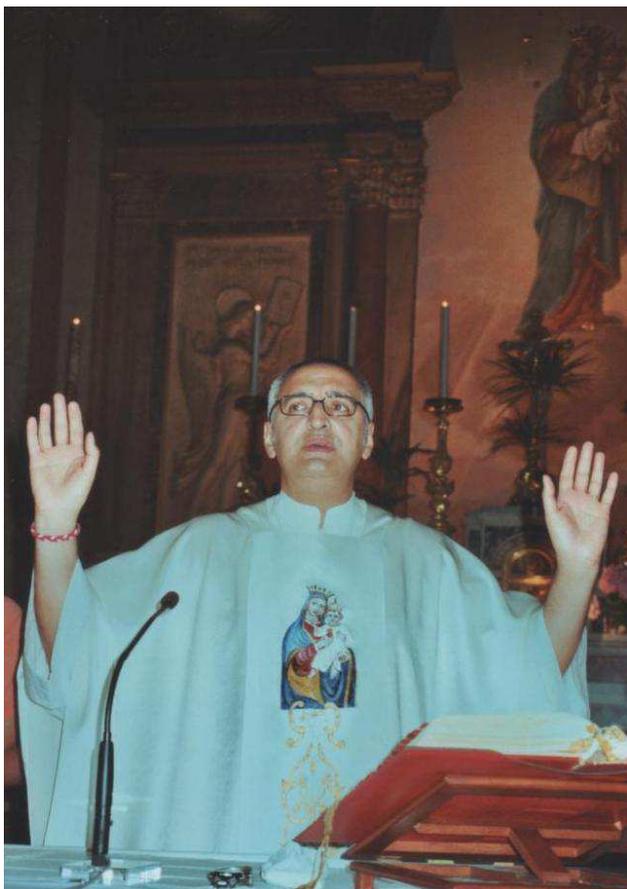
Ci mettiamo alla Presenza del Signore nel Nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

Ti ringraziamo, Signore Gesù, ti lodiamo e ti benediciamo per questo momento di preghiera.

Ti ringraziamo per questo momento di lode, di grazia, di benedizione. Ti ringraziamo, per averci invitato a lodarti, a benedirti, a cantare le tue meraviglie. Vogliamo lasciar cadere le tensioni di questa giornata, per entrare nelle dinamiche della lode, della gioia, del ringraziamento. Vogliamo vivere queste ore in comunione con te, con i fratelli, cantando le tue lodi. Vogliamo dirti che *Tu sei il Signore*. Nella scala delle priorità mettiamo l'Amore per te, questo Amore che poi si riversa nei fratelli, nelle persone con le quali ci relazioniamo.

Ti ringraziamo, ti lodiamo, ti benediciamo, perché tu Gesù, sei il Signore: a te la lode, la

gloria. Ti ringraziamo per questa Signoria alla quale partecipiamo; ti ringraziamo per ogni fratello, per ogni sorella che, questa sera, hai portato qui: non è un caso, Signore, ma è un invito da parte tua. Noi abbiamo accolto questo invito, in questa sera calda, a fare festa con te, a lodarti, a benedirti, a ringraziarti di tutto questo anno di Messe di Evangelizzazione, a ringraziarti per questa scommessa, che si è succeduta, lunedì dopo lunedì, ogni mese. Ci siamo incontrati, Signore, creando una Comunità: gente che viene da varie parti, con varie inclinazioni, varie spiritualità, eppure ci siamo trovati insieme per lodare te. Tu, Signore, sei stato l'elemento unificante; la lode per te l'elemento che ci ha unito. Signore, ti ringraziamo per ciascuna di queste persone e ti ringraziamo perché ti abbiamo detto: - Sì, Signore, vengo a lodarti, a benedirti, a ringraziarti.- Ancora vogliamo fare un canto, tenendoci per mano, per creare una comunione, perché la Cena, la Messa, sia sempre di più partecipata da persone che si siedono allo stesso tavolo, mangiando dello stesso Cibo. Grazie, Signore Gesù!



Ti ringraziamo, Signore, per questa serata di preghiera, di Amore, di gioia e di lode. Perché non sia soltanto un culto, ma un'esperienza di Amore con il Dio Vivente, vogliamo invocare il tuo Spirito, perché ci introduca in dinamiche nuove, le dinamiche del Vangelo, le dinamiche della tua Presenza. Vogliamo lasciar cadere la nostra mentalità mondana ed entrare nel "gratuitamente" nella "mente gratuita", in questa Evangelizzazione, in questa tua Presenza.

Per questo invochiamo la Ruah di Dio, lo Spirito Santo. Vieni, Spirito Santo, nel Nome di Gesù e, come a Pentecoste hai fatto di popoli diversi un popolo solo, anche con queste persone, che vengono da località diverse e che hanno diversi modi di pregare, possiamo diventare un popolo solo, che riconosce la tua Presenza e canta le tue lodi.

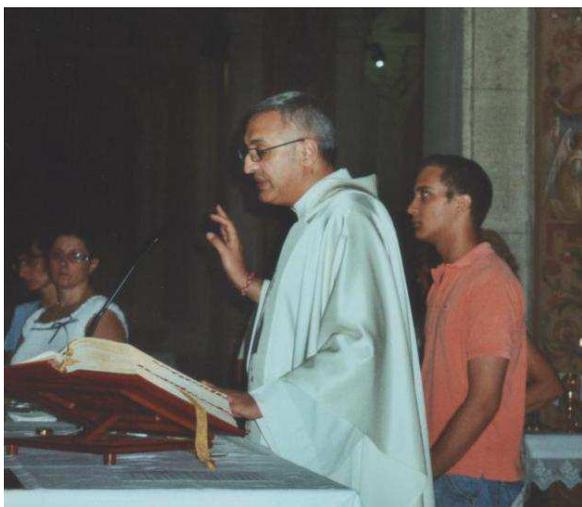
Vieni, Spirito Santo, nel Nome di Gesù!



Romani 4, 18-21: *“Abramo ebbe fede, sperando contro ogni speranza; per la promessa di Dio non esitò con incredulità, ma si rafforzò nella fede e diede gloria a Dio, pienamente convinto che quanto egli aveva promesso, era anche capace di portarlo a compimento.”* Grazie, Signore Gesù! (Cristina)

Isaia 45, 7: *“Io formo la luce e creo le tenebre, faccio il bene e provo la sciagura; io, il Signore, compio tutto questo.”* Grazie, Signore Gesù!

Atto Penitenziale



Ti ringraziamo, Signore Gesù, ti lodiamo e ti benediciamo, perché ci ricordi che Abramo ebbe fede, sperando contro ogni speranza. Ci ricordi il vero viaggio di Abramo, il viaggio interiore: *“Parti! Lek leka!”*

Proprio questa sera, ci inviti a parlare della *“Preghiera del cuore”*, che è il viaggio dentro se stessi, per giungere al centro del nostro cuore. Noi ti ringraziamo, Signore, ti lodiamo e ti benediciamo, perché ci riallacci ad Abramo, per scavare in questo viaggio interiore, dove troveremo forza, per sperare

contro ogni speranza, per fare questo viaggio entusiasmante, come Abramo, alle sorgenti della grazia e dell'incontro con te. Lode e gloria a te!



Prima di passare con l'aspersione dell'acqua benedetta in memoria del nostro Battesimo, mi viene in mente che la volta scorsa qualcuno mi ha chiesto perché porto questo braccialetto, formato da un nastrino bianco e uno rosso. È un segno e, come tutti i segni, ci porta a un'altra realtà: è la realtà del Battesimo. Al mattino, quando mi infilo questo braccialetto, dico: - Signore, fai della mia vita una festa e, Sangue di Gesù, proteggimi, liberami, difendimi...-

Tante sono le interpretazioni della Veste Bianca del Battesimo; quella che mi piace di più è quella che la ritiene l'abito della gioia,

secondo la Parabola che racconta Gesù: *“Come sei potuto entrare qui, senza l'abito della festa? Fuori...”* Questo invitato non poteva avere l'abito della festa, perché era stato preso oltre la siepe, era un fuorilegge: questo è un discorso lungo.

La nostra vita deve essere una festa. Lo possiamo fare con l'aiuto di Gesù e dirlo, perché la parola crea e mette in atto tutto quello che noi possiamo volere e accogliere.

Il nastrino rosso rappresenta il Sangue di Gesù, la vita di Gesù; ricorda il sangue dell'agnello che era stato spruzzato sugli stipiti delle porte, per allontanare l'angelo della morte, e ricorda anche Raab, la prostituta, santa e giustificata, per l'accoglienza agli esploratori. (**Giacomo 2, 25**). Per me mettere questa cordicella rossa significa accogliere gli avvenimenti che mi sono dati da vivere e tutte le persone che il Signore mi farà incontrare.

I segni servono per ricordarci una realtà più grande.

Il Battesimo ci ricorda anche che il Signore ci ha dato autorità di camminare su serpenti e scorpioni. (**Luca 10, 19**) Al di là del Sacramento, è una forza.

Signore, passa in mezzo a noi e donaci di riscoprire questa forza battesimale, per essere superiori e vincere le battaglie quotidiane.

Passa in mezzo a noi!

OMELIA

Lode

Lode! Lode! Lode! Amen! Alleluia! Gloria al Signore, sempre! Lode! Lode! Lode! Amen!

Una conferma

Questa mattina, dopo un'ora di adorazione di Preghiera del cuore, della quale vi darò qualche accenno, ho aperto la Bibbia a caso e il Signore mi ha dato questo passo di **2 Re 7, 9**: *“Quello che abbiamo visto è una notizia troppo bella per starcene zitti. Andiamo subito alla reggia e raccontiamo ogni cosa.”* È stata una conferma di questo tipo di Preghiera.

La scoperta della Preghiera del cuore

Ho scoperto la Preghiera del cuore, quando ero seminarista e da allora non l'ho più lasciata: è una delle due ali per far volare la mia vita. Come un aereo ha un corpo e due ali, così per me il corpo è la Parola di Dio, spiegata, come dice san Francesco “sine glossa”, un'ala è la Lode, della quale abbiamo fatto cenno nel primo incontro a novembre, e l'altra ala è la Preghiera del cuore. La Capogruppo aveva spiegato questa Preghiera del cuore, raccomandando di farla ogni giorno per dieci minuti. Così ho fatto. Avevo capito che bisognava stare in silenzio davanti al Santissimo, ma chiudendo la bocca, la mente vaga.

Passaggio a una dimensione nuova

Quattro anni dopo, vivevo una crisi esistenziale, uno di quei momenti nei quali il Signore vuole farci passare in una dimensione nuova, per fare un salto e liberarci da quel movimento angoscioso che abbiamo all'interno. Giovane seminarista, impregnato di religione, che determina ansia, angoscia, vivevo questo momento particolare, quando un mio compagno di Università mi ha indirizzato al suo Direttore degli studenti.

Respirare il Nome di Gesù

Sono andato da questo prete e per circa mezz'ora ho parlato dei miei problemi. Questo prete mi ha portato in Cappella e mi ha detto di allentare la cintura, insegnandomi a respirare il Nome di Gesù un quarto d'ora. Questo prete mi guidava e mi ha invitato a tornare dopo una settimana. Ho cominciato così un cammino di Direzione Spirituale, diversa da quella alla quale siamo abituati. Questo prete mi ha detto che non mi avrebbe dato la soluzione ai miei problemi, perché avrei dovuto tirarla fuori io, non con la mente, che mente, ma dal cuore, dove avrei dovuto essere capace di scendere.

Santa Teresa d'Avila, definita “inquieta e vagabonda” dal suo Vescovo, insegnava alle monache a sedersi, a fermarsi e a vivere questo momento di intimità con il Signore, fermando la mente che va da un pensiero all'altro.

Non con il pensiero, ma con il cuore

Noi siamo convinti che con il pensiero riusciamo a far bene la preghiera. La mente è solo una parte del nostro corpo. La preghiera deve essere quella del cuore.

Questo prete, al quale mi ero rivolto, mi ha detto che con la mente non si possono risolvere i problemi, bisogna digerirli, integrarli. Parlandone, molte volte, li ingrandiamo, invece, dobbiamo legarli nel silenzio e digerirli, attraverso questo silenzio.

“Non siete stati capaci di vegliare un’ora sola con me?”

Da venti minuti di questa Preghiera sono passato a un’ora. Gesù ha detto: *“Non siete stati capaci di vegliare un’ora sola con me?”* **Matteo 26, 40**. Ho capito che, praticando un’ora di questa Preghiera, cambiavo il registro: dal mentale al cuore. Se voi riuscite a stare un’ora in silenzio, immobili, come segnalano le indicazioni sul foglio distribuito, vedrete come si disattivano tutte quelle dinamiche mentali, che creano sofferenza per la nostra vita. In questo modo noi scendiamo nel profondo del cuore e digeriamo. I problemi si risolvono, magari parlandone, ma si risolvono completamente in questa digestione.

Le nottate e le albe di Gesù



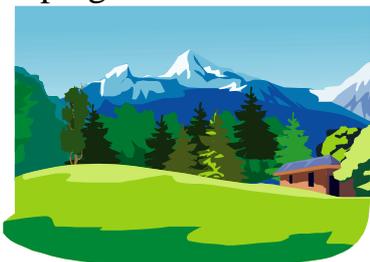
Io sono convinto che, quando Gesù passava nottate intere e si alzava presto al mattino, per pregare, stesse in questa dimensione di silenzio, che, poi, diventa ascolto di Dio che parla al cuore.

Io mi sono laureato in “Spiritualità” e la mia tesi, che potete consultare sul sito, ha come tema “La Preghiera del cuore”; pertanto quello che vi sto esponendo è nel pieno dell’ortodossia.

Quattro modalità per meditare

Ci sono quattro modalità per meditare identiche in tutte le religioni: meditare come una montagna, meditare come un papavero, meditare come l’oceano, meditare come una colomba.

Mentre la Preghiera del Rosario è caratteristica della Chiesa Cattolica, questo modo di pregare è in comune con tutte le altre religioni: è la Preghiera del respiro.



La prima modalità è sedersi e stare immobili, **come una montagna**. Appena cominciamo a stare immobili, il corpo comincia a ribellarsi, perché non siamo padroni in casa nostra. Se provate a stare fermi, cominceranno pruriti o verranno in mente cose da fare.

Meditare, come una montagna, significa restare immobili.

È un messaggio che diamo al nostro corpo. La montagna è immobile e tutto quello che passa per la montagna ha diritto di passare, come tutto quello che in essa vi cresce ha diritto di esistere. Questo è un messaggio per la nostra vita. Ci hanno insegnato che dobbiamo potare, ma è il Padre che ci pota. Meditare come una montagna significa accogliere tutto quello che abbiamo dentro di noi. Noi sappiamo questo a livello mentale. Il Pellegrino russo diceva che tutti gli raccomandavano di pregare, ma nessuno glielo insegnava. Pregare non significa ripetere delle formule, è entrare in comunione corale con il Padre, con il Figlio, con lo Spirito Santo.

Quando cominciamo a stare immobili, cominciamo a mandare un messaggio al nostro corpo: dobbiamo accogliere tutto ciò che c'è nel nostro cuore, dobbiamo accogliere tutto ciò che c'è nella nostra vita. Noi non dobbiamo togliere niente. Sarà il Padre, se portiamo frutto, a intervenire per togliere quello che non va. Tutto quello che vive in una persona ha diritto di esistere, di passarvi; da qui deriva l'accoglienza dell'altro, al di là di ogni discriminazione.

Generalmente questa Preghiera si fa seduti, ma è meglio essere distesi. Se ci addormentiamo significa che abbiamo bisogno di dormire.



Meditare, **come un papavero**, richiede di tenere il busto eretto e orientarsi verso la luce. Questo tipo di preghiera ci radica nel presente, nel "qui e ora". Di solito, viviamo proiettati nel futuro, pensando a quello che dobbiamo fare domani o ricordando le ferite del passato. Meditare, come un papavero, ci insegna la fragilità del tempo.

Salmo 90 (89), 12: *"Insegnaci a contare i nostri giorni e giungeremo alla sapienza del cuore."* L'unico momento

che possediamo è il momento presente; non proiettiamoci al futuro, viviamo questo oggi, questa Messa. Il momento presente è la nostra ricchezza. Noi sappiamo questo a livello mentale. Se cominciamo a fare questo respiro, veniamo portati al radicamento del tempo presente. Possiamo stare senza bere, senza mangiare, ma non possiamo vivere senza respirare. Il respiro ci insegna anche la dinamica della vita, che è quella di prendere e dare. Noi, di solito, prendiamo, teniamo presso di noi e determiniamo morte. La vita è un prendere e un dare, come il respiro. La vita è un vivere sempre in questo momento presente, come il respiro.



Meditare, **come l'oceano**, ci richiama le onde, i cavalloni, le tempeste. Ricordiamo quando c'era la tempesta sul lago: Gesù dormiva su un cuscino, perché stava facendo questo tipo di preghiera, questo tipo di abbandono.

Meditare, come l'oceano, significa non lasciarsi prendere dalle tempeste esteriori; significa scendere nel profondo. Quando ci sono liti, problemi, noi ci immischiamo e facciamo confusione. In questi casi, quando il mare è in tempesta, dobbiamo scendere nelle profondità, attraverso il respiro. Anche nei momenti di grande disagio, di grande difficoltà, possiamo mantenere la calma. **Proverbi 16, 32:** “*Chi riesce a dominare se stesso, vale più di chi conquista una città.*” Riuscire a mantenere la calma e la lucidità nei momenti problematici è uno dei benefici di questo tipo di Preghiera. Come l'onda del mare va e viene, questa Preghiera si basa sul respiro: inspirazione/espirazione.

La giaculatoria

Per disattivare la mente in questo accogliere e donare, bisogna aggiungere una giaculatoria, che nelle altre religioni viene chiamata mantra. I monaci del monte Athos, i monaci russi consigliano la giaculatoria del *Kyrie Eleison*, che non significa solo *Signore, pietà*, ma anche *Signore, manda il tuo Spirito*. Questa espressione ha diverse interpretazioni.



Legare la mente con questa giaculatoria ci porta a meditare, **come una colomba** che tuba, ripetendo sempre lo stesso nome: è il tempo dell'Amore.

Questa meditazione ci porta al tempo dell'Amore e alla ripetizione del Nome. La mia giaculatoria è molto semplice e contiene i Nomi Sacri, che hanno in sé energia: **Gesù**, quando si inspira, **Abbà**, quando si espira.

Dall'attività razionale a quella del sogno

Questo tipo di preghiera ci fa passare dalle onde beta, relative all'attività razionale a quelle alfa e delta del sogno: è una dimensione nuova. Quando san Giuseppe ha ricevuto il messaggio dell'Angelo, non stava dormendo, perché la Scrittura dice: “*Mentre stava pensando a queste cose...*” Se stava pensando, era sveglio. Si dice che san Giuseppe fosse un uomo meditativo.

Che cosa può provocare questo tipo di preghiera

Quando cominciamo a pregare in questo modo, vengono a galla pensieri negativi di episodi rimossi. Questo tipo di preghiera potrà risultare faticosa, perché ci riporta dentro e, se lì abbiamo dimensioni negative, vengono portate alla luce. È il prezzo che dobbiamo pagare, per essere persone stabili, equilibrate. Molte volte, noi siamo persone squilibrate; se parliamo con qualche persona, può capitare che si inalbera, perché il nostro discorso probabilmente è andato a toccare una ferita che quella persona forse non sa di avere, perché l'ha rimossa.

A volte, ci sono comportamenti strani nelle persone, che vanno al di là della razionalità, perché si vanno a toccare queste dimensioni rimosse. Noi dobbiamo superarle, perché se queste situazioni si incancreniscono in noi, diventiamo isterici, nevrotici.

Con questo tipo di preghiera entriamo nella trasparenza: *“Beati i puri di cuore, perché vedranno Dio.”* Se diventiamo trasparenti, cominciamo ad integrare, a digerire tutti quegli eventi che iniziano dal parto. Se fate regolarmente questa preghiera, arriverete al momento del vostro parto. Quando siamo stati partoriti, abbiamo vissuto un momento drammatico: vivevamo tranquilli nel grembo della mamma, all’improvviso siamo stati espulsi, all’improvviso abbiamo sentito il dolore della mamma, le sue grida, ci hanno staccato dal cordone ombelicale ed è stato faticoso respirare. Provate a verificare come il vostro respiro generalmente non sia un respiro completo, ma a metà.

La tecnica aiuta

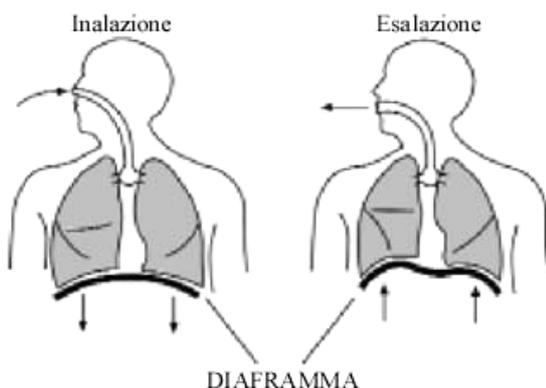
Da piccolo, abitando vicino al mare, mi buttavo in acqua e ho imparato a nuotare. Da giovane ho voluto perfezionare il mio modo di nuotare e ho frequentato un Corso di nuoto, dove ho appreso delle tecniche, per migliorare il mio stile.

La tecnica ci aiuta ad eseguire meglio le nostre azioni; non è una preghiera, ma un aiuto.

La respirazione

In questo tipo di preghiera, **la respirazione** deve essere **circolare**, cioè senza pause, perché nelle pause noi nascondiamo le nostre paure, mentre le paure devono uscire. Quando abbiamo paura, infatti, tratteniamo il respiro. In tutti “i trattenere il respiro” ci sono le nostre paure, che abbiamo dentro. Quando cominciamo a respirare in modo circolare, senza pause, cominciamo a sganciare dal nostro fondo le paure e cominciamo a portarle fuori.

Il secondo accorgimento è la **respirazione profonda**. Nel respiro profondo avviene che iniziamo ad alzare il volume delle nostre sensazioni, come quando alziamo il volume della radio. Le sensazioni si avvertono con pruriti o dolorini: è la parte del



corpo, dove noi abbiamo bloccato delle emozioni, delle sensazioni represses. Continuando a respirare profondamente, cominciamo a liberare queste emozioni represses.

Il respiro deve partire **dall’addome e arrivare alle clavicole**, coinvolgendo tutto il tronco. Noi non abbiamo mai una respirazione completa e il diaframma rimane bloccato. Se respiriamo in modo completo, **il nervo vago**, che si trova nel

diaframma, rimane massaggiato e, dopo questa preghiera, siamo più rilassati.

Verrà anche fame, perché non solo digeriamo i nostri problemi, ma c'è un abbassamento di colesterolo.

La respirazione deve essere **naso/naso, bocca/bocca**: se si inspira dal naso, si espira dal naso, se si inspira dalla bocca, si espira dalla bocca. L'espiazione non deve essere forzata: deve essere come quando lanciamo in alto un palloncino, il quale poi scende lentamente.

Collegamento con Dio

Con questo respiro, noi ci colleghiamo con Dio. Ricordiamo **Genesi 2, 7**: *“Il Signore Dio plasmò l'uomo con polvere del suolo e soffiò nelle sue narici un alito di vita e l'uomo divenne un essere vivente.”*

Come si fa a pregare in continuazione? Il modo è nel respiro. **Salmo 16 (15), 7**: *“Il mio corpo dorme, ma il mio cuore veglia.”*

Se ci colleghiamo al respiro, quando stiamo per dormire, respirando il Nome di Gesù, la mente continuerà a ripeterlo, poi la mente si blocca e quando riprende inizia lì, dove si era fermata la sera precedente: dalla preghiera. Tutto il tempo del sonno è preghiera e per questo ci si sveglia più sereni, lodando il Signore.

La modalità di esecuzione

Sedetevi comodamente, senza incrociare le gambe, con la **schiena** diritta, ma non tesa. Chiudiamo gli **occhi**, finestre verso il mondo. Chiudendoli, ci rivolgiamo al nostro interiore. La **lingua**, che ci ha servito tutto il giorno per parlare e mangiare, viene depositata nel suo incavo naturale. Rilasciamo le **mascelle**, che a volte sono contratte.

Cominciamo a sentire il **respiro**: l'aria fresca entra dalle nostre narici e porta vita, l'aria che esce porta via tutte le tossine dal nostro corpo: è il cambio della vita.

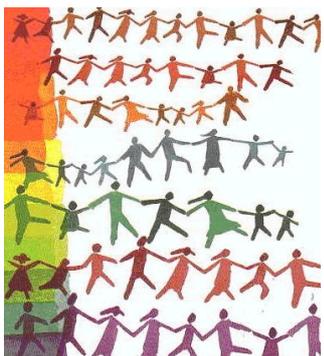
Respiriamo con respiri profondi, cercando di coinvolgere tutto il tronco, sia l'addome, sia il torace.

Nell'espiazione lasciamo andare l'aria, senza forzature. Forziamo solo l'inspiro. Colleghiamo al respiro una giaculatoria: **Gesù**, quando inspiriamo, **Abbà**, quando espiriamo.

Se viene qualche prurito, basta portare l'attenzione verso quella parte, per integrare, digerire. **Amen! Amen!**



Segno di Pace



Quando comprendiamo che la nostra vita è come il fiore del campo, che spunta al mattino e avvizzisce la sera, vogliamo fare di questo tempo presente il tempo della gioia, dove cadono tutte le resistenze al perdono.

Comprendiamo che il tempo è breve e la risposta più bella che possiamo dare è il perdono gratuito: per-dono.

Al di là di ogni merito, di ogni reazione, comprendiamo l'importanza di questa pacificazione. San Serafino di Sarov, grande estimatore di questa preghiera, diceva che chi riesce a trovare la pace dentro di sé, la propagherà per milioni di mondi. Dobbiamo, prima di tutto, avere la pace dentro di noi, pacificando quei conflitti irrisolti che la mente non può risolvere. Nel silenzio del cuore ci apriamo e vediamo l'altro, come una persona da amare e da perdonare. Allora:

Scambiamoci un segno di pace.

* * *

Isaia 58, 11-12: *“Ti guiderà sempre il Signore, ti sazierà in terreni aridi, rinvigilirà le tue ossa; sarai come un giardino irrigato e come una sorgente le cui acque non inaridiscono. La tua gente riedificherà le antiche rovine, ricostruirà le fondamenta di epoche lontane. Ti chiameranno riparatore di brecce, restauratore di case in rovina, per abitarvi.”* Grazie, Signore Gesù! (Cristina)

* * *

PREGHIERA DI GUARIGIONE



Ti ringraziamo, Signore Gesù, ti lodiamo e ti benediciamo per questo momento di grazia che ci regali. Ti ringraziamo, Signore, per il dono del tuo Amore. In questa Ostia Consacrata noi riconosciamo il Corpo, il Sangue, l'Anima e la Divinità di Nostro Signore Gesù Cristo. Ti riconosciamo presente, realmente, qui, Gesù, quel Gesù che passava 2.000 anni fa per le strade della Galilea, sanando tutti coloro che erano oppressi dal male. Ieri ce lo hai ricordato nella Messa: tu, Gesù, sei stato unto di Spirito Santo e potenza per liberare tutti quelli che erano soggetti al male. Tu, Gesù, guarivi e liberavi tutti quelli che incontravi.

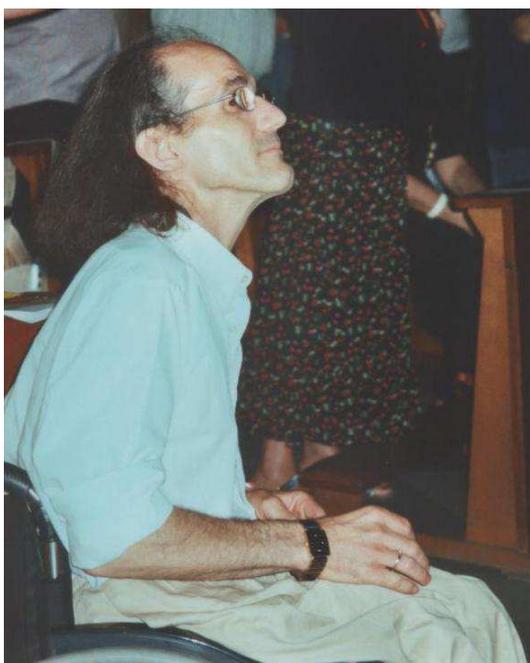
Anche noi, Signore, siamo qui a chiederti tutte quelle grazie delle quali abbiamo bisogno per la nostra vita e anche per tutti gli abitanti del nostro cuore, tutte quelle persone, che si raccomandano alle nostre preghiere.



Come la donna Cananea, siamo qui a chiedere che la nostra volontà e il nostro desiderio di guarigione per gli altri trovino esaudimento. Alla Cananea hai detto: *Donna, davvero grande è la tua fede! Sia fatta la tua volontà!*” **Matteo 15, 28.** , una volontà di bene nei riguardi della figlia, una volontà di bene nei riguardi di chi soffre. Signore, sappiamo che tu puoi aiutarci. In questa sera, nella quale ti riconosciamo presente in mezzo a noi, presente nel nostro cuore, vogliamo chiederti di esaudirci e di passare in mezzo a noi, come

il Vivente di 2.000 anni fa, e portare guarigione e liberazione.

Nel tuo Nome, Signore Gesù Cristo, nella tua Presenza noi vogliamo accogliere tutto quello di cui abbiamo bisogno. Tu non ci tratti secondo i nostri meriti, ma secondo i nostri bisogni. Grazie, Signore! sappiamo che tu esaudisci sempre la nostra preghiera e ci darai guarigione e liberazione. Se questa liberazione o guarigione ritarda, ci darai, o Signore, tutti quei mezzi per superare e per vivere il nostro presente con vittoria.



Ti ringraziamo, Signore, perché, all’inizio della essa, ci hai parlato di Abramo, che per fede ha fatto questo cammino e per fede non ha dubitato. Signore, anche noi vogliamo non dubitare che tu puoi entrare nel nostro corpo, nella nostra psiche, nel nostro spirito, per cambiarli in meglio. Signore, passa in mezzo a noi e abbatti tutte le resistenze che abbiamo dentro. Mi viene in mente “L’indemoniato di Gerasa” che da una parte ti chiedeva di aiutarlo e dall’altra ti diceva di andartene. Così ci comportiamo noi: siamo qui, perché vogliamo essere aiutati, ma, nello stesso tempo, abbiamo paura e mettiamo paletti. Questa sera, Signore, abbatti ogni paletto e donaci la tua guarigione, la tua liberazione. Passa in mezzo a noi! Grazie, Signore Gesù!

★ Ti ringraziamo, Signore, per questo momento di grazia, durante il quale tu sei passato vicino a noi. Hai steso il tuo braccio santo verso di noi. Finalmente ti abbiamo visto; ti conoscevamo, per sentito dire, ma questa sera i nostri occhi ti hanno visto; hanno visto la tua grandezza, la tua bontà, hanno visto la tua compassione per ciascuno di noi. Per questo, Signore, ti vogliamo lodare e benedire, perché ci hai convocato a questa festa, a questa celebrazione della lode, che sale come profumo di incenso verso il Padre. Ti vogliamo lodare, Signore, per ciascuno di noi, per tutte queste persone, che sono venute a renderti grazia e gloria. Ti vogliamo lodare per tutti quei momenti nei quali metti pace nei nostri cuori. Tu sei la nostra pace. *“Da chi andremo, Signore? Tu solo hai parole di vita eterna!”* **Giovanni 6, 68**
Lode a te, Padre, a te, Figlio, a te, Spirito Santo, che sei sceso con potenza e forza dentro di noi. *(Componente del Coro)*

★ Signore, ieri a Messa, abbiamo sentito Simon Pietro che diceva: *“Tu sei il Cristo, il Figlio del Dio Vivente!”*, il Dio che comunica vita. Questa sera, vogliamo accogliere questa vita, per lasciare cadere tutte le nostre morti, le nostre chiusure. Se la parola crea, noi vogliamo credere che tu, Signore, hai in te stesso la vita che ci vuoi comunicare, per vincere le nostre malattie, i nostri problemi, per essere persone vincenti nella nostra vita, vincenti nel tuo Nome, Signore. Vogliamo cantare che tu sei il Figlio del Dio Vivente e di questa vita vogliamo vivere. *(Padre Giuseppe)*
Vive Gesù, il Signor!

★ **Matteo 21, 12-14:** *“Gesù entrò poi nel tempio e scacciò tutti quelli che vi trovò a comprare e a vendere; rovesciò i tavoli dei cambiavalute e le sedie dei venditori di colombe e disse loro: La Scrittura dice: La mia casa sarà chiamata casa di preghiera, ma voi ne avete fatto una spelonca di ladri. Gli si avvicinarono ciechi e storpi nel tempio ed egli li guarì.”* Grazie, Gesù! *(Suor Ivana)*

★ Ti ringraziamo, Signore Gesù, ti lodiamo e ti benediciamo per questo passo che ci hai dato, attraverso suor Ivana: questa cacciata dal tempio. Al di là dell'interpretazione teologica, questo passo è molto usato anche nella Preghiera del cuore. Il nostro cuore è abitato da compratori e venditori di Amore. A poco a poco, ci convinciamo che tutto ha un prezzo, anche l'Amore, tutto ha un merito. Dio, però, non ci tratta secondo i nostri meriti, ma secondo i nostri bisogni. Questo scendere nel cuore, a poco a poco, libera da tutti questi venditori/compratori d'Amore e ci fa entrare nel gratuitamente, mente gratuita, dove l'Amore è vero e gratuito.

C'è una bellissima poesia di un mistico indiano, dalla quale è stato tratto un canto. Lo cantiamo insieme e può essere una giaculatoria che ci introduce nel silenzio:

*Siediti ai bordi dell'aurora, per te si leverà il sole.
Siediti ai bordi della notte, per te scintilleran le stelle.
Siediti ai bordi del torrente, per te l'usignolo canterà.
Siediti ai bordi del silenzio, Dio ti parlerà!*

Amen!

Ti ringraziamo, Signore, per le Messe di questo anno. Volta per volta tu ci hai parlato e noi siamo cresciuti: un mistero!

È un mistero di come in questo anno, ci siamo incontrati, venendo da realtà diverse, per lodare l'Unico Signore: è un mistero che io non riesco a capire, ma, in fondo, il mistero non è da capire, ma da accogliere.

Ti ringraziamo, Signore Gesù, per questo mistero che ci concedi di vivere, del tuo Amore nella nostra vita e dell'Amore con il quale ci amiamo: è l'Amore tuo. *“Amatevi così, come io ho amato voi; da questo vi riconosceranno che siete miei discepoli, dall'Amore che avrete gli uni per gli altri.”* **Giovanni 13, 34.**

È bello amarci.

La prima profezia che ho sentito al gruppo della Preghiera del cuore e che mi è rimasta sempre impressa è questa: *Ognuno di noi ha un rapporto speciale con un mistero che non è lecito indagare.* Questo ci porta ad accogliere l'altro, perché ciascuno di noi ha un percorso suo, un cammino suo.

Noi ti ringraziamo, Signore, perché tu hai con ciascuno di noi una relazione speciale, personale, che poi diventa comunitaria. Benedicici, Signore in questa estate, perché questo tempo sia bellissimo con te, Gesù, con i fratelli, con tutte le esperienze che ci permetterai di fare, per ritrovarci qui il 7 ottobre e per iniziare, Signore, un nuovo cammino di gioia, di pace, di Amore, per realizzare l'unico Progetto che abbiamo in comune: *l'essere felici, perché il Padre è felice della nostra felicità.*

Signore, ti ringraziamo, ringraziamo **don Armando**, che è venuto da Frosinone, **Silvia e il Coro e ciascuno di noi**, perché noi siamo meravigliosi, i figli dell'Altissimo!

Padre Giuseppe Galliano m.s.c.

