



PREGHIERA ADOLESCENTI

STAFFETTA NOTTURNA DI PREGHIERA

E' IL MIO TURNO!

Adesso inizia un'ulteriore parte della notte bianca della fede: la staffetta notturna. Siamo chiamati a prenderci del tempo per stare con Gesù, ciascuno nell'intimità della propria camera, ma uniti in preghiera. Vi forniamo alcune indicazioni per pregare al meglio.

Trova uno spazio adatto per la preghiera, metti una croce, il vangelo, una candela o qualcosa che richiami la tua fede. Procurati una penna per scrivere. Ci sarà un gesto che ti viene chiesto e serve una mascherina. Puoi utilizzare una usata (senza sprecare una nuova) oppure realizzarne una con la carta o scrivere su quella che trovi qui.

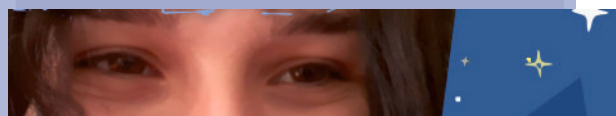
Trova una posizione che ti aiuti a pregare: non stare quindi sdraiato, mettiti seduto comodo. Prima di iniziare la preghiera respira profondamente e fai silenzio.

Una volta pronto per iniziare, fai il **segno della croce** e prega l'**invocazione allo Spirito Santo**.

Vieni, o Spirito Santo
e donami un cuore puro,
pronto ad amare Gesù Cristo
con la pienezza, la profondità e la gioia
che tu solo sai infondere.
Donami un cuore puro,
come quello di un bambino
che non conosce il male.
Vieni, o Spirito Santo
e donami un cuore grande,
aperto alla tua Parola
che ispira e dà coraggio.
Donami un cuore grande e forte
capace di amare tutti,
deciso a sostenere per loro
ogni prova, noia e stanchezza,
ogni delusione e offesa.
Amen.

Letture del Vangelo secondo Giovanni (Gv 10,30-32)

A queste sue parole, molti credettero in lui. Gesù allora disse a quei Giudei che gli avevano creduto: «Se rimanete nella mia parola, siete davvero miei discepoli; conoscerete la verità e la verità vi farà liberi».





PREGHIERA ADOLESCENTI

RIFLESSIONE PERSONALE

Essere liberi significa avere la possibilità di giocare al meglio nelle situazioni in cui siamo, renderle quindi occasioni per incontrare l'altro (anche solo con una telefonata), occasioni per accorgersi di chi abbiamo intorno (magari passando del tempo in famiglia), occasioni per fare del bene, anche solo rispettando le regole. Essere liberi significa giocare pienamente entro i limiti che abbiamo, rendere questo tempo un tempo opportuno per riflettere sul centro della nostra vita.

Gesù è Colui che ci dà la libertà.

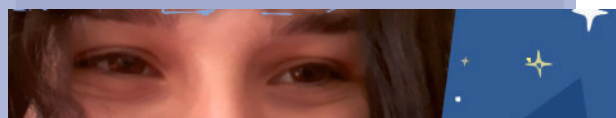
LETTURA PER LA PREGHIERA PERSONALE

François-Xavier Nguyen Van Thuan, cardinale vietnamita deceduto nel 2002 a 76 anni, ha vissuto in modo eroico le virtù cristiane. Nato a Hue il 17 aprile 1928 in una famiglia profondamente cristiana, Nguyen Van Thuan entra in seminario a 13 anni e diventa sacerdote a 25. Dopo gli studi a Roma, torna in Vietnam per fare il professore e rettore del seminario, e dopo essere ordinato vescovo di Nha Trang a 39 anni, il 24 aprile 1975 viene nominato vescovo coadiutore di Saigon. Dopo pochi mesi, il governo vietnamita arresta il vescovo condannandolo senza processo a 13 anni di rieducazione in carcere, di cui 9 anni passati in isolamento. Ma questa condizione non ha mai fermato l'incredibile testimonianza del vescovo che, durante la prigionia, riesce a ordinare preti clandestinamente, distribuire la comunione agli altri prigionieri cristiani, convertire al cattolicesimo buddisti e atei curiosi di sapere perché era sempre «così felice».

Una volta chiesero al cardinale perché continuava a dire che era stato felice in carcere e lui rispose: «Perché toccava a Dio parlare e a me stare ad ascoltare».

PREGHIERA IN ISOLAMENTO DEL VESCOVO VAN THUAN

Gesù amatissimo,
questa sera, in fondo alla mia cella,
senza luce, senza finestra, caldissima,
penso con fortissima nostalgia alla mia vita pastorale.
Sento le onde del Pacifico, le campane della cattedrale.
Una volta celebravo con patena e calice dorati,
ora il tuo sangue nel palmo della mia mano.
Una volta percorrevo il mondo per conferenze e raduni,
ora sono recluso in una cella stretta, senza finestra.
Una volta andavo a visitarti nel tabernacolo,
ora ti porto, giorno e notte, con me nella tasca.





PREGHIERA ADOLESCENTI

Una volta celebravo la messa davanti a migliaia di fedeli,
ora nell'oscurità della notte, passando la comunione sotto le zanzariere.
Mi senti spesso pregare così:

Signore, ora sono contento di accettare tutto dalle tue mani:
tutte le tristezze, le sofferenze, le angosce, persino la mia morte. Amen .

Sono felice, qui, in questa cella,
dove sulla stuoia di paglia ammuffita crescono funghi bianchi,
perché tu sei con me,
perché tu vuoi che viva qui con te.

Ho parlato molto nella mia vita,
adesso non parlo più.

È il tuo turno, Gesù, di parlarmi.

Ti ascolto: che cosa mi hai sussurrato?

È un sogno?

Tu non mi parli del passato, del presente,
non mi parli delle mie sofferenze, angosce

Tu mi parli dei tuoi progetti, della mia missione.

Allora canto la tua misericordia,
nell'oscurità, nella mia fragilità, nel mio annientamento.

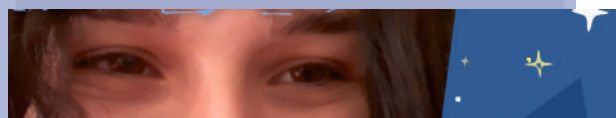
Accetto la mia croce

e la pianto, con le mie due mani, nel mio cuore.

Se tu mi permettessi di scegliere, non cambierei
perché tu sei con me!

Non ho più paura, ho capito,
ti seguo nella tua passione
e nella tua risurrezione. Amen

NELLA SITUAZIONE IN CUI SEI QUAL'E' LA TUA PREGHIERA? SCRIVILA QUI





PREGHIERA ADOLESCENTI



SULLA MASCHERINA LA TUA LIBERTÀ

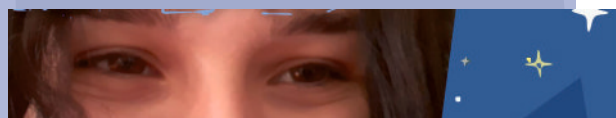
Prendi una mascherina che hai a disposizione (senza sprecarne una nuova, una che hai utilizzato oppure usa per questo gesto la mascherina che hai a disposizione qui su questi fogli).

Rifletti sul significato che essa porta con sé. Si tratta di uno strumento che limita molto la libertà. Indubbiamente si tratta di una situazione scomoda: si fa fatica a stare a lungo con la mascherina indosso, non si capisce bene che cosa si dice, a livello estetico non è il massimo, si fa fatica a respirare. Però questo oggetto è simbolo di qualcosa di più! All'interno di questa situazione, attraverso questa situazione di limite, la mascherina mi permette di uscire, di andare al parco a passeggiare, di andare sui mezzi pubblici e di ritrovare i miei parenti e, soprattutto, di difendere le altre persone dal contagio, con un forte senso di responsabilità. Se tutti portassero la mascherina chirurgica si limiterebbe tantissimo la possibilità del contagio.

La mascherina è dunque un segno di responsabilità che vincola la libertà ma permette a tutti di essere liberi da questo male e liberi di iniziare una nuova vita fuori di casa!

Che messaggio porta con sé questa mascherina per te? Se pensi a un messaggio di libertà, ad uno slogan, ad una frase ad effetto, che cosa ci scriveresti sopra?

Scrivi qualcosa che trasforma una tua mascherina in un simbolo di libertà!





PREGHIERA ADOLESCENTI

Indossa la mascherina e prega così:

Signore Gesù,
faccio fatica a respirare
ma non importa:
voglio che tutti siano liberi da questo male.
Ti chiedo in questa notte
di ascoltare la mia preghiera,
le parole di libertà che vorrei gridare
da casa mia, ma che forse nessuno ascolterebbe.
So che tu ascolti, so che tu doni la vita
e la doni in abbondanza.
Liberaci dal male e facci tutti rinascere
ad una vita piena del tuo amore. Amen

Ave Maria

Affida una persona a te cara a Maria, la Madre di Dio, e di' un'Ave Maria.

Padre nostro

Concludi con il **Padre nostro** e fai il **segno della croce**.

Buon riposo!

**Appuntamento alle ore 10.30 per la S. Messa degli adolescenti
in streaming su Youtube.**

<https://www.youtube.com/pgdiocesimilano>