

Entro in preghiera

Sempre nella tua preghiera prepara anticipatamente il brano, il luogo, il tempo della preghiera. Il tempo è il terreno dell'avvento di Dio.

Non temere di "perdere" il tuo tempo nell'incontro con Lui. Non è tempo perso, anche se la preghiera fosse faticosa. La preghiera è il tempo della tua vita in cui vivi con maggior pienezza.

Trova una posizione comoda e composta, se fai pregare il tuo corpo la tua preghiera sarà più semplice. Se non riuscirai a fare altro, almeno il tuo corpo, la tua presenza, donata al Signore, pregherà per te.

Dedica allo Spirito Santo l'ingresso nella preghiera. Entra in preghiera così come sei: Qual è il tuo stato d'animo?

Sono stanco; ho un disagio fisico...

Non riesco a raccogliermi, ho mille pensieri...

Avverto resistenza; sono inquieto...

Ho fastidio o impazienza...

Sono preoccupato; sono in ansia; c'è una questione che mi grava...

Oppure sono nella pace, nella gioia...

Affida allo Spirito Santo lo stato d'animo e invocalo per la condizione in cui ti trovi. In un atto di affidamento trasforma in preghiera qualsiasi difficoltà attuale. Es.: distrazione: "Vieni Spirito di raccoglimento"; chiasso interiore: "Vieni Spirito di silenzio, vieni Spirito di pace, vieni Spirito di calma...".

Ribellione o resistenza: "Vieni Spirito di umiltà, vieni Spirito di fede...".

Ora che tutto hai consegnato e affidato, è in buone mani.

Apriti ora alla Parola, sei pronto per ascoltare, per accogliere.