

Preghiera.

**La strada vi venga sempre dinanzi
e il vento vi soffi alle spalle
e la rugiada bagni sempre l'erba
cui cui poggiate i passi.
E il sorriso brilli sempre
sul vostro volto.**

**E il pianto che spunta
sui vostri occhi
sia solo pianto di felicità.
E qualora dovesse trattarsi
di lacrime di amarezza e di dolore,
ci sia sempre qualcuno
pronto ad asciugarvele.
Il sole entri a brillare
prepotentemente nella vostra casa,
a portare tanta luce,
tanta speranza e tanto calore.**

Amen. (T.B.)

Ma se io, Signore,

tendo l'orecchio ed imparo a discernere
i segni dei tempi,
distintamente odo i segnali
della tua rassicurante presenza alla mia porta.
E quando ti apro e ti accolgo
come ospite gradito della mia casa
il tempo che passiamo insieme mi rinfranca.
Alla tua mensa divido con te
il pane della tenerezza e della forza,
il vino della letizia e del sacrificio,
la parola di sapienza e della promessa,
la preghiera del ringraziamento
e dell'abbandono nelle mani del Padre.
E ritorno alla fatica del vivere
con indistruttibile pace.
Il tempo che è passato con te
sia che mangiamo sia che beviamo
è sottratto alla morte.
Adesso, anche se è lei a bussare,

io so che sarai tu ad entrare;
il tempo della morte è finito.
Abbiamo tutto il tempo che vogliamo
per esplorare danzando
le iridescenti tracce della Sapienza dei mondi.
E infiniti sguardi d'intesa
per assaporarne la Bellezza. (C.M.M.)

- **I lettura: (a cori alterni - vedi foglietto del giorno)**
- **Salmo (a cori alterni)**
- **Il lettura**
- **risonanza (dopo una breve pausa di silenzio, se vuoi, esprimi ad alta voce le tue riflessioni; sii breve, intervieni *una sola volta*. dopo ogni intervento ci sia un momento di meditazione *in silenzio*...)**

- 1. Solo per oggi** cercherò di vivere alla giornata senza voler risolvere i problemi della mia vita tutti in una volta
- 2. Solo per oggi** avrò la massima cura del mio aspetto, vestirò con sobrietà, non alzerò la voce, sarò cortese nei modi, non criticherò nessuno, non pretenderò di migliorare o disciplinare alcuno, tranne me stesso.
- 3. Solo per oggi** sarò felice nella certezza che sono stato creato per essere felice non solo nell'altro mondo, ma anche in questo.
- 4. Solo per oggi** mi adatterò alle circostanze, senza pretendere che le circostanze si adattino tutte ai miei desideri.
- 5. Solo per oggi** dedicherò dieci minuti del mio tempo a qualche buona lettura, ricordando che, come il cibo è necessario alla vita del corpo, così la buona lettura è necessaria alla vita dell'anima.
- 6. Solo per oggi** compirò una buona azione e non lo dirò a nessuno

7. Solo per oggi mi farò un programma che forse non riuscirà a puntino, ma lo farò e mi guarderò dai due malanni: la fretta e l'indecisione.

8. Solo per oggi crederò fermamente nonostante le apparenze che la Provvidenza di Dio si occupa di me come se nessun altro esistesse al mondo.

9. Solo per oggi farò almeno una cosa che non desidero fare, e se mi sentirò offeso nei miei sentimenti farò in modo che nessuno se ne accorga.

10. Solo per oggi non avrò timori, in modo particolare non avrò paura di godere di ciò che è bello e di credere alla bontà.

Posso ben fare per dodici ore ciò che mi sgomenterebbe se pensassi di doverlo fare per tutta la vita.

Basta a ciascun giorno il suo affanno. (A.M.R.)

Intenzioni di preghiera libere

(alla fine:) O Dio, accogli le nostre preghiere: quelle espresse ad alta voce e quelle che abbiamo tenuto nel cuore, incapaci di esprimerle. Con una sola voce, una sola mente e un solo cuore, ora ti preghiamo tutti insieme, sospinti dallo Spirito e uniti in Cristo Gesù, come Egli stesso ci ha insegnato: **Padre nostro**

Il cantico di Simeone

«Ora puoi lasciare, o Signore, che il tuo servo vada in pace, secondo la tua parola, perché i miei occhi hanno visto la tua salvezza, preparata da te davanti a tutti i popoli: luce per rivelarti alle genti e gloria del tuo popolo, Israele».

Amen Amen Amen