

SCUOLA DI PREGHIERA/6 SCHEDA DI AIUTO ALLA PREGHIERA
Schema per la meditazione



TRE MOMENTI:

1° MOMENTO → ACCOGLIERSI - UNIRSI - APRIRSI



*Preghiera alla Vergine Maria
del Padre Pio Bruno Lanteri*

Vergine Santa,
Madre di Dio e Madre mia,
io ti chiedo due cose che
mi sono ugualmente necessarie:
dammi tuo Figlio, è il mio
tesoro, senza di Lui
sono povero;
dai me a tuo Figlio,
è la mia saggezza,
la mia luce,
senza di Lui
sono nelle tenebre.
Tutto a Gesù per Maria.
Tutto a Maria per Gesù. Amen.

**INVOCHIAMO
LO SPIRITO SANTO**

Spirito di Dio scendi su di noi.
fondici, plasmaci, riempiaci, usaci.
Spirito di Dio scendi su di noi.
Spirito di Dio scendi su di noi.
fondici, plasmaci, riempiaci, usaci.
Spirito di Dio scendi su di noi.



2° MOMENTO

ACCOGLIERE-ATTENZIONARE:
acqua/bacio/profumo

3° MOMENTO
→ *PADRE NOSTRO...*



ASCOLTARE-RISPONDERE

“Di pure Maestro” (Lc 7,40)

Ascoltiamo Gesù tenendo fissi gli
occhi interiori su di Lui, facendo
attenzione alle Sue parole, leggendo
e rileggendo quelle parole che più
ci colpiscono, fermandoci a gustare
e sentire nel cuore bontà, bellezza,
luce per poi fare silenzio finché il
cuore non reagisce in un colloquio
amoroso con il Signore in cui si
espande in suppliche, richieste di
luce, ringraziamenti, lodi, lacrime,
pentimento, gioia, ecc.

SCUOLA DI PREGHIERA/6 SCHEDA DI AIUTO ALLA PREGHIERA
Schema per la meditazione



TRE MOMENTI:

1° MOMENTO → ACCOGLIERSI - UNIRSI - APRIRSI



*Preghiera alla Vergine Maria
del Padre Pio Bruno Lanteri*

Vergine Santa,
Madre di Dio e Madre mia,
io ti chiedo due cose che
mi sono ugualmente necessarie:
dammi tuo Figlio, è il mio
tesoro, senza di Lui
sono povero;
dai me a tuo Figlio,
è la mia saggezza,
la mia luce,
senza di Lui
sono nelle tenebre.
Tutto a Gesù per Maria.
Tutto a Maria per Gesù. Amen.

**INVOCHIAMO
LO SPIRITO SANTO**

Spirito di Dio scendi su di noi.
fondici, plasmaci, riempiaci, usaci.
Spirito di Dio scendi su di noi.
Spirito di Dio scendi su di noi.
fondici, plasmaci, riempiaci, usaci.
Spirito di Dio scendi su di noi.



2° MOMENTO

ACCOGLIERE-ATTENZIONARE:
acqua/bacio/profumo

3° MOMENTO
→ *PADRE NOSTRO...*



ASCOLTARE-RISPONDERE

“Di pure Maestro” (Lc 7,40)

Ascoltiamo Gesù tenendo fissi gli
occhi interiori su di Lui, facendo
attenzione alle Sue parole, leggendo
e rileggendo quelle parole che più
ci colpiscono, fermandoci a gustare
e sentire nel cuore bontà, bellezza,
luce per poi fare silenzio finché il
cuore non reagisce in un colloquio
amoroso con il Signore in cui si
espande in suppliche, richieste di
luce, ringraziamenti, lode, lacrime,
pentimento, gioia, ecc.