



I libretti della preghiera e i testi delle catechesi sono reperibili sul sito della Diocesi di Bergamo:

<https://diocesibg.it/2023-2024-libretti-e-catechesi-degli-incontri-di-preghiera-per-chi-attraversa-particolari-momenti-di-prova/>

Il prossimo incontro di preghiera sarà  
**SABATO 2 MARZO 2024**



**“Gesù passava sanando e beneficiando tutti...”**

(cfr At 10,38)



**PREGHIAMO INSIEME NEL TEMPO DELLA PROVA 2023-2024**

**“Va’: il demonio è uscito da tua figlia”**

**3 febbraio 2024**

Dal Vangelo secondo Marco (Mc 7, 24)

“Partito di là, andò nella regione di Tiro. Entrato in una casa, non voleva che alcuno lo sapesse, ma non poté restare nascosto.”

### **STAI CON ME**

Stai con me, proteggimi  
Coprimi con le tue ali, o Dio

Quando la tempesta arriverà  
Volerò più in alto insieme a te  
Nelle avversità sarai con me  
Ed io saprò che tu sei il mio Re

Il cuore mio riposa in te  
Io vivrò in pace e verità

Quando la tempesta arriverà  
Volerò più in alto insieme a te  
Nelle avversità sarai con me  
Ed io saprò che tu sei il mio Re

Quando la tempesta arriverà  
Volerò più in alto insieme a te  
Nelle avversità sarai con me  
Ed io saprò che tu sei il mio Re

Ed io saprò che tu sei il mio Re  
Ed io saprò che tu sei il mio Re

Quando la tempesta arriverà  
Volerò più in alto insieme a te  
Nelle avversità sarai con me  
Ed io saprò che tu sei il mio Re

Quando la tempesta arriverà  
Volerò più in alto insieme a te  
Nelle avversità sarai con me  
Ed io saprò che tu sei il mio Re

Quando la tempesta arriverà  
Volerò più in alto insieme a te  
Nelle avversità sarai con me

Ed io saprò che tu sei il mio Re  
Ed io saprò che tu sei il mio Re  
Ed io saprò che tu sei il mio Re

P: Nel nome del Padre,  
del Figlio e dello Spirito santo.

**Amen**

Il Padre del Signore nostro Gesù Cristo, Padre misericordioso e Dio di ogni consolazione, che ci consola in ogni nostra tribolazione perché possiamo anche noi consolare quelli che si trovano in ogni genere di afflizione, per la potenza dello Spirito santo sia con tutti voi. (cfr 2Cor 3,4)

**E con il tuo Spirito.**

Spesso è proprio il desiderio a fare la differenza tra un progetto riuscito, coerente e duraturo, e le mille velleità e i tanti buoni propositi di cui, come si dice, “è lastricato l’inferno”: “Sì, io vorrei, io vorrei, io vorrei...” ma non fai nulla. L’epoca in cui viviamo sembra favorire la massima libertà di scelta, ma nello stesso tempo atrofizza il desiderio - tu vuoi soddisfare continuamente - per lo più ridotto alla voglia del momento. E dobbiamo stare attenti a non atrofizzare il desiderio. Siamo bombardati da mille proposte, progetti, possibilità, che rischiano di distrarci e non permetterci di valutare con calma quello che veramente vogliamo. Tante volte, troviamo gente - pensiamo ai giovani per esempio - con il telefono in mano e cercano, guardano... “Ma tu ti fermi per pensare?” - “No”. Sempre estroverso, verso l’altro. Il desiderio non può crescere così, tu vivi il momento, saziato nel momento e non cresce il desiderio.

Molte persone soffrono perché non sanno che cosa vogliono dalla propria vita; probabilmente non hanno mai preso contatto con il loro desiderio profondo, mai hanno saputo: “Cosa vuoi dalla tua vita?” - “Non so”. Da qui il rischio di trascorrere l’esistenza tra tentativi ed espedienti di vario tipo, senza mai arrivare da nessuna parte, e sciupando opportunità preziose. E così alcuni cambiamenti, pur voluti in teoria, quando si presenta l’occasione non vengono mai attuati, manca il desiderio forte di portare avanti una cosa.

Se il Signore rivolgesse a noi, oggi, per esempio, a uno qualsiasi di noi, la domanda che ha fatto al cieco di Gerico: «Che cosa vuoi che io faccia per te?» (Mc 10,51) - pensiamo il Signore a ognuno di noi oggi domanda questo: “che cosa vuoi che io faccia per te?” -, cosa risponderemmo? Forse, potremmo finalmente chiedergli di aiutarci a conoscere il desiderio profondo di Lui, che Dio stesso ha messo nel nostro cuore: “Signore che io conosca i miei desideri, che io sia una donna, un uomo di grandi desideri” forse il Signore ci darà la forza di concretizzarlo. È una grazia immensa, alla base di tutte le altre: consentire al Signore, come nel Vangelo, di fare miracoli per noi: “Dacci il desiderio e fallo crescere, Signore”.

Perché anche Lui ha un grande desiderio nei nostri confronti: renderci partecipi della sua pienezza di vita. Grazie.

di conseguenza dovrà mettere dei limiti, dire dei “no”, anzitutto ad altri percorsi di studio, ma anche a possibili svaghi e distrazioni, specialmente nei momenti di studio più intenso. Però, il desiderio di dare una direzione alla sua vita e di raggiungere quella meta - arrivare medico era l'esempio - gli consente di superare queste difficoltà. Il desiderio ti fa forte, ti fa coraggioso, ti fa andare avanti sempre perché tu vuoi arrivare a quello: “Io desidero quello”.

In effetti, un valore diventa bello e più facilmente realizzabile quando è attraente. Come ha detto qualcuno, «più che essere buoni è importante avere la voglia di diventarlo». Essere buoni è una cosa attraente, tutti vogliamo essere buoni, ma abbiamo la voglia di diventare buoni?

Colpisce il fatto che Gesù, prima di compiere un miracolo, spesso interroga la persona sul suo desiderio: “Vuoi essere guarito?”. E a volte questa domanda sembra fuori luogo, ma si vede che è ammalato! Ad esempio, quando incontra il paralitico alla piscina di Betzà, il quale stava lì da tanti anni e non riusciva mai a cogliere il momento giusto per entrare nell'acqua. Gesù gli chiede: «Vuoi guarire?» (Gv 5,6).

Come mai? In realtà, la risposta del paralitico rivela una serie di resistenze strane alla guarigione, che non riguardano soltanto lui. La domanda di Gesù era un invito a fare chiarezza nel suo cuore, per accogliere un possibile salto di qualità: non pensare più a sé stesso e alla propria vita “da paralitico”, trasportato da altri. Ma l'uomo sul lettuccio non sembra esserne così convinto. Dialogando con il Signore, impariamo a capire che cosa veramente vogliamo dalla nostra vita. Questo paralitico è l'esempio tipico delle persone: “Sì, sì, voglio, voglio” ma non voglio, non voglio, non faccio nulla. Il voler fare diventa come un'illusione e non si fa il passo per farlo. Quella gente che vuole e non vuole.

È brutto questo e questo ammalato 38 anni lì, ma sempre con le lamentele: “No, sai Signore ma sai che quando le acque si muovono – che è il momento del miracolo – tu sai, viene qualcuno più forte di me, entra e io arrivo in ritardo”, e si lamenta e si lamenta. Ma state attenti che le lamentele sono un veleno, un veleno all'anima, un veleno alla vita perché non ti fanno crescere il desiderio di andare avanti. State attenti con le lamentele. Quando si lamentano in famiglia, si lamentano i coniugi, si lamentano uno dell'altro, i figli del papà o i preti del vescovo o i vescovi di tante altre cose... No, se voi vi ritrovate in lamentela, state attenti, è quasi peccato, perché non lascia crescere il desiderio.

### **Preghiera per la XXXII Giornata Mondiale del Malato**

Padre, ricco di misericordia, guarda le nostre ferite,  
risana i cuori afflitti e guida i nostri passi.

Fa' che nella sofferenza non ci sentiamo soli,  
che qualcuno prenda le nostre mani e ci doni quella pace che,  
attraverso Cristo, viene da Te.  
Facci respirare già su questa terra, per il dono dello Spirito Santo,  
quell'aria di cielo che un giorno godremo con Te. **Amen**

### **SEDUTI**

### **Misericordias Domini, in aeternum cantabo**

### **Dal Salmo 138**

Ti rendo grazie, Signore, con tutto il cuore: hai ascoltato le parole della mia bocca.  
Non agli dèi, ma a te voglio cantare, mi prostro verso il tuo tempio santo.

Rendo grazie al tuo nome per il tuo amore e la tua fedeltà:  
hai reso la tua promessa più grande del tuo nome.

Nel giorno in cui ti ho invocato, mi hai risposto, hai accresciuto in me la forza.  
Ti renderanno grazie, Signore, tutti i re della terra, quando ascolteranno le parole  
della tua bocca.

Canteranno le vie del Signore: grande è la gloria del Signore!  
Perché eccelso è il Signore, ma guarda verso l'umile;  
il superbo invece lo riconosce da lontano.

Se cammino in mezzo al pericolo, tu mi ridoni vita;  
contro la collera dei miei avversari stendi la tua mano e la tua destra mi salva.

Il Signore farà tutto per me.  
Signore, il tuo amore è per sempre: non abbandonare l'opera delle tue mani.

Invochiamo lo Spirito santo**VIENI SPIRITO FORZA DALL'ALTO**

**Rit.** Vieni Spirito, Forza dall'alto nel mio cuore,  
fammi rinascere Signore, Spirito.  
Vieni Spirito, Forza dall'alto nel mio cuore,  
fammi rinascere Signore, Spirito.

Come una fonte (vieni in me) Come un oceano (vieni in me)  
Come un fiume (vieni in me) Come un fragore (vieni in me) **Rit.**

Come un vento (vieni in me) Come una fiamma (vieni in me)  
Come un fuoco (vieni in me) Come una luce (vieni in me) **Rit.**

Con il tuo amore (vieni in me) Con la tua pace (vieni in me)  
Con la tua gioia (vieni in me) Con la tua forza (vieni in me) **Rit.**

Come una fonte (vieni in me) Come un oceano (vieni in me)  
Come un fiume (vieni in me) Come un fragore (vieni in me) **Rit.**

Accogliamo la Parola

Dal Vangelo secondo Marco (Mc 7, 24-30)

Partito di là, andò nella regione di Tiro. Entrato in una casa, non voleva che alcuno lo sapesse, ma non poté restare nascosto. Una donna, la cui figlioletta era posseduta da uno spirito impuro, appena seppe di lui, andò e si gettò ai suoi piedi. Questa donna era di lingua greca e di origine siro-fenicia. Ella lo supplicava di scacciare il demonio da sua figlia. Ed egli le rispondeva: "Lascia prima che si sazino i figli, perché non è bene prendere il pane dei figli e gettarlo ai cagnolini". Ma lei gli replicò: "Signore, anche i cagnolini sotto la tavola mangiano le briciole dei figli". Allora le disse: "Per questa tua parola, va': il demonio è uscito da tua figlia". Tornata a casa sua, trovò la bambina coricata sul letto e il demonio se n'era andato.

**OGNI MIA PAROLA**

Come la pioggia e la neve scendono giù dal cielo  
e non vi ritornano senza irrigare e far germogliare la terra,  
così ogni mia parola non ritornerà a me senza operare quanto desidero,  
senza aver compiuto ciò per cui l'avevo mandata.  
Ogni mia parola, ogni mia parola.

Catechesi di Papa Francesco sul Discernimento  
**GLI ELEMENTI DEL DISCERNIMENTO. IL  
DESIDERIO**

*Catechesi sul discernimento. 5.*

In queste catechesi stiamo passando in rassegna gli elementi del discernimento. Dopo la preghiera e la conoscenza di sé, cioè pregare e conoscere se stesso, oggi vorrei parlare di un altro "ingrediente" per così dire indispensabile: oggi vorrei parlare del desiderio. Infatti, il discernimento è una forma di ricerca, e la ricerca nasce sempre da qualcosa che ci manca ma che in qualche modo conosciamo, abbiamo il fiuto.

Di che genere è questa conoscenza? I maestri spirituali la indicano con il termine "desiderio", che, alla radice, è una nostalgia di pienezza che non trova mai pieno esaudimento, ed è il segno della presenza di Dio in noi. Il desiderio non è la voglia del momento, no. La parola italiana viene da un termine latino molto bello, questo è curioso: de-sidus, letteralmente "la mancanza della stella", desiderio è una mancanza della stella, mancanza del punto di riferimento che orienta il cammino della vita; essa evoca una sofferenza, una carenza, e nello stesso tempo una tensione per raggiungere il bene che ci manca. Il desiderio allora è la bussola per capire dove mi trovo e dove sto andando, anzi è la bussola per capire se sto fermo o sto andando, una persona che mai desidera è una persona ferma, forse ammalata, quasi morta. È la bussola se io sto andando o se io mi fermo. E come è possibile riconoscerlo?

Pensiamo, un desiderio sincero sa toccare in profondità le corde del nostro essere, per questo non si spegne di fronte alle difficoltà o ai contrattempi. È come quando abbiamo sete: se non troviamo da bere, non per questo rinunciamo, anzi, la ricerca occupa sempre più i nostri pensieri e le nostre azioni, fino a che diventiamo disposti a qualsiasi sacrificio per poterla placare, quasi ossessionato. Ostacoli e insuccessi non soffocano il desiderio, no, al contrario lo rendono ancora più vivo in noi.

A differenza della voglia o dell'emozione del momento, il desiderio dura nel tempo, un tempo anche lungo, e tende a concretizzarsi. Se, per esempio, un giovane desidera diventare medico, dovrà intraprendere un percorso di studi e di lavoro che occuperà alcuni anni della sua vita,

Dio sia benedetto.  
Benedetto il Suo santo Nome.  
Benedetto Gesù Cristo, vero Dio e vero Uomo.  
Benedetto il Nome di Gesù.  
Benedetto il Suo sacratissimo Cuore.  
Benedetto il Suo preziosissimo Sangue.  
Benedetto Gesù nel SS. Sacramento dell'altare.  
Benedetto lo Spirito Santo Paraclito.  
Benedetta la gran Madre di Dio, Maria Santissima.  
Benedetta la Sua santa e Immacolata Concezione.  
Benedetta la Sua gloriosa Assunzione.  
Benedetto il Nome di Maria, Vergine e Madre.  
Benedetto S. Giuseppe, suo castissimo sposo.  
Benedetto Dio nei suoi angeli e nei suoi santi.

#### Ci affidiamo a Maria

#### **MADRE FIDUCIA NOSTRA**

Madre, fiducia nostra, Madre della speranza,  
Tu sei nostro sostegno, tu sei la guida,  
Tu sei conforto, in te noi confidiamo.  
Tu sei Madre nostra

In te piena di grazia si compie il mistero,  
in te Vergine pura il verbo eterno s'è fatto carne,  
in te l'uomo rinasce per la vita eterna.

Nella tua fiducia noi cammineremo  
Per donare al mondo la vita.  
Portatori di Cristo, salvatori dei fratelli.

Madre del Redentore, proteggì i tuoi figli,  
A te noi affidiamo la nostra vita, il nostro cuore,  
Conservaci fedeli al divino Amore.

#### **SEDUTI**

#### Meditiamo la Parola

#### **IN PIEDI - IN GINOCCHIO**

#### Adoriamo il Signore presente in mezzo a noi

#### **DAVANTI AL RE**

Davanti al Re ci inchiniamo insiem  
Per adorarlo con tutto il cuor

Verso di lui eleviamo insiem  
Canti di gloria al nostro Re dei Re

Davanti al Re ci inchiniamo insiem  
Per adorarlo con tutto il cuor

Verso di lui eleviamo insiem  
Canti di gloria al nostro Re dei Re

#### **TALITA KUM**

Signore Gesù le mani Tue  
piagate stendi su me con il Tuo  
grande amore,

Tu che mi hai redento morendo  
sulla croce passa e guarisci  
come in Galilea.

**Rit.** Talità kum io ti guarisco,  
talità kum io ti risano, talità kum  
sono qui per te, rialzati ancora.

Talità kum io ti guarisco, talità  
kum io ti risano, talità kum sono  
qui per te, rialzati ancora.

Signore Gesù fonte d'acqua viva  
fermati qui, di me abbi pietà,  
non guardare al mio peccato,  
ti prego o Signore, passa  
e perdona come in Galilea. **Rit.**

Signore Gesù io so che agirai,  
dentro il mio cuor la pace cresce  
già, tu che sei speranza  
dell'umanità passa ancora  
e libera come in Galilea. **Rit.**

Mio Signore e mio Dio,  
che visiti la tua creazione,  
al quale sono manifeste le nostre passioni,  
la debolezza della nostra natura  
e la forza del nostro nemico,  
nascondimi dalla sua malizia,  
perché il suo potere è forte,  
la nostra natura è misera  
ed il nostro potere debole.

Tu dunque, o dolce,  
che sei esperto della nostra debolezza  
e porti le pene della nostra piccolezza,  
custodiscimi dal tumulto dei pensieri  
e dalla violenza delle passioni  
e rendimi degno di servirti con tutto il cuore.

(Isacco di Ninive)

## SEDUTI

“Il Signore ti ristora, Dio non allontana  
Il Signore viene ad incontrarti , viene ad incontrarti”

### Intercediamo per tutti

## IN PIEDI

Umili ai tuoi piedi ti invochiamo: **Donaci, Signore, l'audacia dell'amore.**

Ascolta il grido di tante mamme in angoscia per i propri figli.

Insegnaci ad osare nell'invocare il dono della salvezza  
e della liberazione.

Mantienici nell'umiltà perché il chiedere non pretenda,  
ma accolga nella gratuità.

Aprici alla condivisione della fede con i fratelli e le sorelle che si sono allontanati da te o che non hanno fatto esperienza di te.

Apri vie di guarigione e di liberazione per i giovani che sciupano i loro giorni schiavi da dipendenze, perché ritrovino il gusto della vita.

Accresci in ciascuno la consapevolezza che tu solo puoi guarirci dal maligno che sempre incatena la nostra libertà.

## TUTTI

Pietà di noi, Signore mio Dio, pietà di noi tuoi servi: una folla di spiriti maligni ci insidia e noi siamo come vasi frantumati.

Strappaci dalle mani dei nostri nemici, restaci accanto, cercaci se ci perdiamo, riportaci a te dopo averci trovato e non abbandonarci dopo averci riportati a te, così che noi possiamo piacerti in tutto e riconoscere che ci hai redento con mano potente.

Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

## IN PIEDI-IN GINOCCHIO

### Invochiamo la benedizione del Signore

Tantum ergo Sacramentum veneremur cernui  
et antiquum documentum novo cedat ritui:  
praestet fides supplementum sensuum defectui.  
Genitori, Genitoque laus et jubilatio,  
Salus, honor, virtus quoque sit et benedictio:  
procedenti ab utroque compar sit laudatio. Amen.

Donaci, o Padre, la luce della fede  
e la fiamma del tuo amore,  
perché adoriamo in spirito e verità  
il nostro Dio e Signore, Cristo Gesù,  
presente in questo santo sacramento.  
Egli vive e regna nei secoli dei secoli. **Amen**