

**PREGHIAMO INSIEME
NEL TEMPO DELLA PROVA - 2025/2026**



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

(At 10,38)

“HO COMBATTUTO LA BUONA BATTAGLIA”

18 OTTOBRE 2025

TU SEI LA FORZA

Proprio quando sono qui con Te
Tu vinci per me le mie battaglie
Proprio quando sono qui con Te
Tu vinci per me le mie infermità

In Te Dio io trovo la forza
Per non gettare la spugna
Perché Cristo ha donato il Suo sangue
In Te Dio io trovo la forza
Per non gettare la spugna
Perché Cristo è in me

RIT. Tu sei la forza nella debolezza
Sei la speranza del cuore mio
Tu sei la certezza in un mondo che è senza
Tu sei il mio Dio, non dubito!

Proprio quando sono qui con Te
Tu vinci per me le mie battaglie
Proprio quando sono qui con Te
Tu vinci per me le mie infermità

In Te Dio io trovo la forza
Per non gettare la spugna
Perché Cristo ha donato il Suo sangue
In Te Dio io trovo la forza
Per non gettare la spugna
Perché Cristo è in me **RIT.**

E se Gesù Tu sei con me
Chi sarà contro di me?
Se Tu Gesù sarai con me
Io vincerò comunque! **(4 volte)**

Tu sei la forza nella debolezza
Sei la speranza del cuore mio, del cuore mio!

Tu sei la forza nella debolezza
Sei la speranza del cuore mio
Tu sei la certezza in un mondo che è senza
Tu sei il mio Dio, non dubito!

Tu sei il mio Dio, non dubito!"

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 tribola-
zione perché possiamo anche
noi consolare quelli che si trova-
no in ogni genere di afflizione,
per la potenza dello Spirito san-
to sia con tutti voi. (cfr 2Cor 3,4)

E con il tuo spirito.

SEDUTI

Ti rialzerà, ti solleverà su ali d'aquila, ti reggerà.
Sulla brezza dell'alba ti farà brillar, come il sole, così nelle sue mani vivrai

Dal salmo 90

Chi abita al riparo dell'Altissimo
passerà la notte all'ombra dell'Onnipotente.
Io dico al Signore: "Mio rifugio e mia fortezza, mio Dio in cui confido".

Egli ti libererà dal laccio del cacciatore, dalla peste che distrugge.
Ti coprirà con le sue penne, sotto le sue ali troverai rifugio;
la sua fedeltà ti sarà scudo e corazza.

Non temerai il terrore della notte, né la freccia che vola di giorno,
la peste che vaga nelle tenebre, lo sterminio che devasta a mezzogiorno.
Mille cadranno al tuo fianco e diecimila alla tua destra,
ma nulla ti potrà colpire.

Basterà che tu apra gli occhi e vedrai la ricompensa dei malvagi!
"Sì, mio rifugio sei tu, o Signore!". Tu hai fatto dell'Altissimo la tua dimora:
non ti potrà colpire la sventura, nessun colpo cadrà sulla tua tenda.
Egli per te darà ordine ai suoi angeli di custodirti in tutte le tue vie.

Sulle mani essi ti porteranno, perché il tuo piede non inciampi nella pietra.
Calpesterai leoni e vipere, schiacterai leoncelli e draghi.
"Lo libererò, perché a me si è legato, lo porrò al sicuro,
perché ha conosciuto il mio nome.

Mi invocherà e io gli darò risposta; nell'angoscia io sarò con lui,
lo libererò e lo renderò glorioso.

«Gesù, pensaci Tu. Ti affido tutte le mie preoccupazioni,
le mie ansie, le mie lotte spirituali. Sii Tu la mia forza,
la mia roccia, il mio rifugio. Combatti per me,
vinci in mio nome, e concedimi la pace del cuore. **Amen.»**

Invochiamo lo Spirito Santo

INVOCIAMO LA TUA PRESENZA

Invochiamo la tua presenza vieni Signor.
Invochiamo la tua presenza scendi su di noi.
Vieni Consolatore e dona pace e umiltà.
Acqua viva d'amore questo cuore apriamo a Te.

**Vieni Spirito, vieni Spirito, scendi su di noi!
Vieni Spirito, vieni Spirito, scendi su di noi!
Vieni su noi Maranathà, vieni su noi Spirito
Vieni Spirito, vieni Spirito, scendi su di noi!
Vieni Spirito, vieni Spirito, scendi su di noi,
scendi su di noi.**

Invochiamo la tua presenza, vieni Signor,
invochiamo la tua presenza scendi su di noi.
Vieni luce dei cuori dona forza e fedeltà.
Fuoco eterno d'amore questa vita offriamo a te.

**Vieni Spirito, vieni Spirito, scendi su di noi!
Vieni Spirito, vieni Spirito, scendi su di noi!
Vieni su noi Maranathà, vieni su noi Spirito
Vieni Spirito, vieni Spirito, scendi su di noi!
Vieni Spirito, vieni Spirito, scendi su di noi,
scendi su di noi.**

Accogliamo la Parola

Dal Vangelo secondo Giovanni (Gv 1, 1-5.9-12.14)

In principio era il Verbo, e il Verbo era presso Dio
e il Verbo era Dio. Egli era, in principio, presso Dio:
tutto è stato fatto per mezzo di lui e senza di lui nulla è stato fatto di ciò che esiste.
In lui era la vita e la vita era la luce degli uomini;
la luce splende nelle tenebre e le tenebre non l'hanno vinta.

Veniva nel mondo la luce vera, quella che illumina ogni uomo.
Era nel mondo e il mondo è stato fatto per mezzo di lui; eppure il mondo non lo ha
riconosciuto. Venne fra i suoi, e i suoi non lo hanno accolto.
A quanti però lo hanno accolto ha dato potere di diventare figli di Dio:

E il Verbo si fece carne e venne ad abitare in mezzo a noi;
e noi abbiamo contemplato la sua gloria, gloria come del Figlio unigenito
che viene dal Padre, pieno di grazia e di verità.

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.

SEDUTI

Dalla lettera di San Paolo apostolo agli Efesini (Ef 6, 10-20)

Per il resto, rafforzatevi nel Signore e nel vigore della sua potenza. Indossate l'armatura di Dio per poter resistere alle insidie del diavolo. La nostra battaglia, infatti, non è contro la carne e il sangue, ma contro i Principati e le Potenze, contro i dominatori di questo mondo tenebroso, contro gli spiriti del male che abitano nelle regioni celesti.

Prendete dunque l'armatura di Dio, perché possiate resistere nel giorno cattivo e restare saldi dopo aver superato tutte le prove. State saldi, dunque: attorno ai fianchi, la verità; indosso, la corazza della giustizia; i piedi, calzati e pronti a propagare il vangelo della pace. Afferrate sempre lo scudo della fede, con il quale potrete spegnere tutte le frecce infuocate del Maligno; prendete anche l'elmo della salvezza e la spada dello Spirito, che è la parola di Dio. In ogni occasione, pregate con ogni sorta di preghiere e di suppliche nello Spirito, e a questo scopo vegliate con ogni perseveranza e supplica per tutti i santi. E pregate anche per me, affinché, quando apro la bocca, mi sia data la parola, per far conoscere con franchezza il mistero del Vangelo, per il quale sono ambasciatore in catene, e affinché io possa annunciarlo con quel coraggio con il quale devo parlare.

Meditiamo la Parola

Adoriamo il Signore presente in mezzo a noi

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

MI BASTA LA TUA GRAZIA

Quando sono debole,
allora sono forte perché,
tu sei la mia forza.

Quando sono triste, è in te che trovo
gioia perché, tu sei la mia gioia.
Gesù io confido in te,
Gesù mi basta la tua grazia.

**Sei la mia forza, la mia salvezza,
sei la mia pace, sicuro rifugio.
Nella tua grazia voglio restare,
santo Signore sempre con te.**

Quando sono povero
allora sono ricco perché,
sei la mia ricchezza.

Quando son malato,
è in te che trovo vita perché,
tu sei guarigione.
Gesù io confido in te,
Gesù mi basta la tua grazia.

**Sei la mia forza, la mia salvezza,
sei la mia pace, sicuro rifugio.
Nella tua grazia voglio restare,
santo Signore sempre con te.**

**Sei la mia forza, la mia salvezza,
sei la mia pace, sicuro rifugio.
Nella tua grazia-a-a voglio restare,
santo Signore sempre con te. (x 2v)**

Quando sono debole,
allora sono forte perché,
tu sei la mia forza.

Signore Dio, noi ti ringraziamo
per esserti fatto uomo nel Figlio Gesù,
per aver voluto essere un Dio misericordioso
che capisce i nostri limiti umani,
ci perdona sempre e ci dà la capacità
di discernere tra bene e male.
Ti ringraziamo, Signore, per essere Dio Amore
che ci ama, ci protegge sempre
e ci dona ottima salute, grazie e miracoli ovunque
siamo e ovunque andiamo.
Tu, Signore ti fidi talmente tanto dei tuoi figli
che sotto la croce ci donasti la tua giovane Madre,
affinché, non lasciandoci mai soli,
Lei ci ricordi sempre che Tu sei l'unico Dio
in grado di farci godere della vita eterna.

Amen.

SEDUTI

Intercediamo per tutti

IN PIEDI

Insieme invochiamo: **Liberanos Domine, Liberanos Domine**

- Quando la storia con le sue contraddizioni incute timore. **Rit.**
- Quando manca il coraggio per vivere le esigenze della vita cristiana. **Rit.**
- Quando la verità ci fa paura. **Rit.**
- Quando cediamo alle insidie del male. **Rit.**

TUTTI

Dio onnipotente, che offri una casa ai dispersi
e riconduci alla prosperità i prigionieri,
vedi la nostra afflizione e vieni in nostro aiuto.
Sconfiggi il nostro mortale nemico, affinché, fuggita la sua presenza,
noi possiamo ritrovare la libertà nella pace
e, tornati a una preghiera serena e tranquilla,
proclamiamo quanto sei grande
per aver donato al tuo popolo la vittoria.
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**

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

SOTTO IL TUO MANTO

Sotto il tuo manto, nella tua protezione
Madre di Dio, noi cerchiamo rifugio.
Santa Madre del Redentore.

Santa Maria, prega per noi,
Madre di Dio e Madre nostra.

La nostra preghiera, Madre, non disprezzare,
il nostro grido verso Te nella prova.
Santa Madre del Redentore.

Santa Maria, prega per noi,
Madre di Dio e Madre nostra

Liberaci sempre da ogni pericolo,
o gloriosa Vergine benedetta.
Santa Madre del Redentore.

Santa Maria, prega per noi,
Madre di Dio e Madre nostra.

IL COMBATTIMENTO DELL'ANIMA

La conclusione della Lettera agli Efesini (Ef 6, 1-24) offre una serie di esortazioni che sono pilastri fondamentali su cui fondare e costruire la propria vita spirituale.

Daremo anzitutto uno sguardo d'insieme al capitolo sesto della Lettera per individuare quali esortazioni e inviti contiene.

Poi ci chiederemo: a chi è diretta questa Parola? A chi parla qui san Paolo?

E infine, entrando maggiormente nel tema, proveremo a rispondere a questa domanda: in cosa consiste il combattimento spirituale a cui san Paolo ci chiama?

Il combattimento spirituale dell'anima

Anche la nostra vita, la vita cristiana, è un combattimento, se vogliamo testimoniare Dio di fronte al mondo intero, ma anche di fronte a noi stessi. Definendo l'esistenza cristiana come "combattimento spirituale", si vogliono indicare in particolare due caratteristiche:

1. Il combattimento è un impegno inevitabile e pericoloso. È inevitabile, perché non possiamo esimerci da questa lotta, dobbiamo prendere posizione. È pericoloso, perché siamo immersi in una mentalità alternativa, a volte opposta, a volte indifferente, che ci disorienta, facendoci perdere il vero senso dell'esistenza.
2. Questo combattimento, come ogni lotta, è un impegno totalizzante. Non potremo risparmiarci, ne saremo travolti; la nostra felicità e la piena realizzazione della nostra esistenza nasceranno dall'esserci ingaggiati fino in fondo in questo combattimento, come Gesù: per testimoniare la santità di Dio, la sua grandezza e la sua gloria di fronte al mondo, per fare della nostra vita un servizio alla Verità.

In queste due caratteristiche si delinea la serietà dell'esistenza cristiana, ed è a questa serietà che Paolo si richiama scrivendo alla comunità degli Efesini, così elevata nella contemplazione, ma probabilmente senza un adeguato armamentario per la lotta.

San Paolo dice: siete di fronte a un'impresa grandiosa, formidabile, urgente, un'avventura alla quale non si può sfuggire: testimoniare la Verità di Dio nel mondo. Questo compito è superiore alle vostre forze, ma possiamo vestire l'armatura che ci viene da Dio per affrontare con coraggio questa lotta.

Nei passi successivi della nostra meditazione ci chiederemo quali sono le armi che Dio, nella sua bontà e strapotenza, ci offre, affinché tale battaglia, così difficile, — nella quale a volte ci sentiamo sempre meno numerosi, disarmati e soli — si trasformi in una guerra vittoriosa, in una coraggiosa testimonianza dell'amore di Dio.

E pregheremo che il Signore ci illumini, affinché possiamo conoscere qual è la grandezza dei doni che mette a nostra disposizione, così da poter dare rendere ragione della speranza che è in noi e aiutare ogni uomo, nella Chiesa e nel mondo, a salvarsi riconoscendo la Verità di Dio.

[Carlo Maria Martini, *Il sole dentro*, Piemme 2016]



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

<https://diocesibg.it/2025-2026-libretti-e-catechesi-degli-incontri-di-preghiera-per-chi-attraversa-particolari-momenti-di-prova/>

**Il prossimo incontro di preghiera sarà
SABATO 15 NOVEMBRE 2025**