Primo incontro dei Laboratori della preghiera 2026-2027

"Desiderio, ricerca e cammino"
Impariamo dai Magi

Suor ORNELLA FIUMANA – 16 novembre 2026

PREGHIERA INIZIALE

Invochiamo il dono dello Spirito

Signore, noi ti ringraziamo
perché ci hai riuniti alla tua presenza
per farci ascoltare la tua Parola.
In essa tu ci riveli il tuo amore
e ci fai conoscere la tua volontà.

Fa tacere in noi ogni altra voce che non sia la tua,
e perché non troviamo condanna nella tua Parola
letta ma non accolta, meditata ma non amata,
pregata ma non custodita, contemplata ma non realizzata,
manda il tuo Spirito Santo
ad aprire le nostre menti e a guarire i nostri cuori.

Solo così il nostro incontro con la tua Parola
sarà rinnovamento dell'alleanza,
comunione con te e il Figlio e lo Spirito santo,
Dio benedetto nei secoli dei secoli. Amen.

Comunità di Bose

I PASSI DELLA LECTIO DIVINA

Entra in preghiera disponendo mente, cuore, corpo all'incontro con Dio.

1. **Leggi** una prima volta il brano e immagina la scena descritta: il luogo, i personaggi, gli eventi. Ascolta le parole, vedi le persone, guarda quello che fanno, come se tu fossi lì.

   Rileggi poi ancora il brano, lentamente, facendo attenzione ad ogni parola, cercando di capirlo per fare luce su quello che il brano dice in sé.

2. **Medita e rifletti**. Fai particolare attenzione a ciò che il testo rivela e dice di Dio, a quale volto o aspetto di Lui manifesta. Partendo da qui, porta nella preghiera la tua vita quotidiana, le tue situazioni e ciò che sei, rileggendo tutto attraverso questa rivelazione: cosa dice di te e cosa dice a te?

3. **Dialoga** con il Signore: rivolgigli parole capaci di dar voce ai pensieri, ai sentimenti e ai desideri che quanto hai compreso hanno suscitato in te.

4. **Sosta un momento in silenzio,** lasciando "depositare" nell'animo quanto vissuto, ascoltato, sentito.

Concludi la preghiera con ciò che più ti ispira gratitudine e lode.

LA PAROLA DI DIO

Dal Vangelo secondo Matteo (2,1-12)

1 Nato Gesù a Betlemme di Giudea, al tempo del re Erode, ecco, alcuni Magi vennero da
oriente a Gerusalemme 2e dicevano: "Dov'è colui che è nato, il re dei Giudei? Abbiamo visto
spuntare la sua stella e siamo venuti ad adorarlo". 3All'udire questo, il re Erode restò
turbato e con lui tutta Gerusalemme. 4Riuniti tutti i capi dei sacerdoti e gli scribi del popolo,
si informava da loro sul luogo in cui doveva nascere il Cristo. 5Gli risposero: "A Betlemme
di Giudea, perché così è scritto per mezzo del profeta:
6 *E tu, Betlemme,* terra di Giuda,
non *sei* davvero *l'ultima delle città principali di Giuda:*
da te infatti uscirà un capo
che sarà il pastore del mio popolo, Israele".
7Allora Erode, chiamati segretamente i Magi, si fece dire da loro con esattezza il tempo in
cui era apparsa la stella 8e li inviò a Betlemme dicendo: "Andate e informatevi
accuratamente sul bambino e, quando l'avrete trovato, fatemelo sapere, perché anch'io
venga ad adorarlo".
9Udito il re, essi partirono. Ed ecco, la stella, che avevano visto spuntare, li precedeva,
finché giunse e si fermò sopra il luogo dove si trovava il bambino. 10Al vedere la stella,
provarono una gioia grandissima. 11Entrati nella casa, videro il bambino con Maria sua
madre, si prostrarono e lo adorarono. Poi aprirono i loro scrigni e gli offrirono in dono oro,
incenso e mirra. 12Avvertiti in sogno di non tornare da Erode, per un'altra strada fecero
ritorno al loro paese.

Dagli Atti degli Apostoli (17,24-28)

24Il Dio che ha fatto il mondo e tutto ciò che contiene, che è Signore del cielo e della terra,
non abita in templi costruiti da mani d'uomo 25né dalle mani dell'uomo si lascia servire
come se avesse bisogno di qualche cosa: è lui che dà a tutti la vita e il respiro e ogni cosa.
26Egli creò da uno solo tutte le nazioni degli uomini, perché abitassero su tutta la faccia
della terra. Per essi ha stabilito l'ordine dei tempi e i confini del loro spazio 27perché
cerchino Dio, se mai, tastando qua e là come ciechi, arrivino a trovarlo, benché non sia
lontano da ciascuno di noi. 28In lui infatti viviamo, ci muoviamo ed esistiamo, come hanno
detto anche alcuni dei vostri poeti: "Perché di lui anche noi siamo stirpe".

Dalla lettera ai Galati (5,22-25)

22Il frutto dello Spirito invece è amore, gioia, pace, magnanimità, benevolenza, bontà,
fedeltà, mitezza, dominio di sé; 23contro queste cose non c'è Legge.
24Quelli che sono di Cristo Gesù hanno crocifisso la carne con le sue passioni e i suoi
desideri. 25Perciò se viviamo dello Spirito, camminiamo anche secondo lo Spirito.

DOMANDE PER LA RIFLESSIONE PERSONALE

- **La ricerca e le resistenze.** Quali desideri profondi ("stelle") mi spingono oggi a cercare Dio e quali paure o abitudini interiori invece mi frenano quando la sua novità bussa alla mia porta?

- **Il Dio vicino.** Tendo a percepire Dio come lontano o riconosco che è già vicino a me, è già in me, anche nei momenti in cui lo cerco "a tentoni" nella mia storia concreta?

- **L'offerta di sé.** Davanti a Gesù, cosa scelgo di offrirgli oggi tra i miei talenti, la mia preghiera e le mie fragilità per lasciare spazio libero alla sua azione?

- **Il cambiamento e i frutti.** Dopo averlo incontrato, quale "altra strada" concreta sono chiamato a percorrere nelle mie relazioni quotidiane per far crescere in me i frutti dello Spirito (come amore, pace e mitezza)?

IL LABORATORIO CONTINUA
PICCOLO "ESERCIZIO" PER CASA L'ESAME DI COSCIENZA

QUANDO
Ogni sera, spegnendo il telefono, in un momento di silenzio e raccoglimento.

COSA FARE

1. **Chiedi luce.** Chiedi allo Spirito che ti aiuti a pregare, che tutto di te sia orientato all'incontro con Dio.

   Preghiera di San Bernardo
   O Spirito Santo,
   anima dell'anima mia,
   in te solo posso esclamare: Abbà, Padre.
   Sei tu, o Spirito di Dio,
   che mi rendi capace di chiedere
   e mi suggerisci che cosa chiedere.

   O Spirito d'amore,
   suscita in me il desiderio di camminare con Dio:
   solo tu lo puoi suscitare.

   O Spirito di santità,
   tu scruti le profondità dell'anima nella quale abiti,
   e non sopporti in lei neppure le minime imperfezioni:
   bruciale in me, tutte, con il fuoco del tuo amore.

   O Spirito dolce e soave,
   orienta sempre più la mia volontà verso la tua,
   perché la possa conoscere chiaramente,
   amare ardentemente e compiere efficacemente.
   Amen.

2. **Ringrazia**. Dà uno sguardo alla tua giornata e vedi per cosa poter ringraziare. Scorrendo lo sguardo sulla giornata vedi cosa emerge, cosa noti. Lascia che un senso di gratitudine ti prenda ed esprimilo a Dio, che ora ti sta sostenendo con amore.

3. **Dove Dio si è fatto presente oggi nella tua vita?**

   - **Individua** due o tre situazioni che ti hanno particolarmente colpito.
   - **Chiediti: cosa hai sentito?**
     - *Consolazione*: speranza, fiducia, "amore, pace, gioia, pazienza, benevolenza, bontà, fedeltà, mitezza, dominio di sé …" oppure *desolazione*: oscurità, turbamento, inquietudine, tentazione, agitazione, sfiducia, mancanza di speranza e amore, tristezza e lontananza da Dio …
   - **Quale "chiamata"** vi hai percepito da parte di Dio? C'è qualche punto particolare di te o della realtà su cui hai sentito l'invito a mettere più attenzione o chiedere perdono? Oppure qualcosa su cui senti di dover ringraziare o pregare con più impegno, o, magari, prendere qualche decisione particolare?

4. **Rispondi al dialogo con Dio**, esprimendo al Signore ciò che senti il bisogno di esprimere: lode, gratitudine, dispiacere, richiesta di perdono, fiducia, desiderio di cambiare, intercessione ….

5. **Concludi con un Padre Nostro**, affidando al Signore il cammino del giorno nuovo che verrà. Affida al Signore gli impegni che ti attendono, le persone che incontrerai, gli avvenimenti che dovrai vivere.