

PER APPROFONDIRE

La **preghiera di ringraziamento** e quella di lode non sono due tipi di preghiera a sé stanti: l'una rimanda all'altra e si alimentano a vicenda.

Come poterle fare più nostre e renderle uno "stile" per la nostra vita di cristiani?

Il ringraziamento è il modo peculiare con cui ogni cristiano si rapporta con il mondo, le cose e gli altri. È un modo più profondo per guardare ciò che ti circonda e che ti porta a considerare e riconoscere tutto quanto non come "qualcosa di dovuto" ma come un "dono" da parte di Dio.

Puoi partire guardando con gratitudine a quanto ti è dato: il mondo che ti circonda, la vita, la famiglia, gli amici, il/la tuo/a ragazzo/a, l'opportunità di avere un lavoro o di poter studiare, il benessere in cui vivi, un gesto ricevuto...

Alla *gratuità* di Dio verso l'uomo corrisponde la *gratitudine* dell'uomo verso Dio, dal *riconoscimento* di questi doni nasce la *riconoscenza* del ringraziamento.

All'amore di Dio riconosciuto nelle cose, negli eventi, nelle persone... puoi rispondere con la tua **lode**. Una preghiera, quella di lode, che ora ti rende capace di andare oltre il particolare, l'evento specifico o la determinata persona a cui sei legato. La lode riesce a mettere insieme tutto questo come buono e ti fa aprire il cuore e l'animo per rivolgerti direttamente a Dio. Al suo amore che ti dona tutto, puoi ora rispondere con l'amore di cui sei capace... e poterlo ridonare.

La lode vuole cioè diventare stile e vita stessa del credente. La preghiera di ringraziamento considera il *passato*, ciò che Dio ha fatto per te, essa ti consente di guardare al *futuro* con serenità e fiducia in Dio, e ti mostra che il *presente* può essere alimentato dalla preghiera di lode perché aperto al continuo donarsi di Dio a te e del tuo riconoscere il bene che ti dona, anche oltre al singolo fatto.

Alcuni passi biblici:

Ti rendo lode, Padre, Signore del cielo e della terra, perché hai nascosto queste cose ai sapienti e ai dotti e le hai rivelate ai piccoli. (Mt 11,25-26)
L'anima mia magnifica il Signore e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore. (Lc 1,46-47)

Alleluia. Lodate il Signore nel suo santuario, lodatelo nel firmamento della sua potenza.

Lodatelo per i suoi prodigi, lodatelo per la sua immensa grandezza.

Lodatelo con squilli di tromba, lodatelo con arpa e cetra;

lodatelo con timpani e danze, lodatelo sulle corde e sui flauti.

Lodatelo con cembali sonori, lodatelo con cembali squillanti;

ogni vivente dia lode al Signore. Alleluia. (Sal 150)

Laboratorio di preghiera guidata

PREGHIERA DI RINGRAZIAMENTO E DI LODE

Per essere guidati:

Stando di fronte al Signore, prova a far memoria di tutte le cose più grandi che ci sono nella tua esistenza: il dono della vita, il dono di una casa, dei vestiti, del cibo... di poter studiare, di poter lavorare, di averti dato una famiglia, degli amici, di averti fatto innamorare...

Tutto è dono del tuo amore per me, o Signore. Grazie Signore, grazie... grazie ...

(pausa di silenzio)

Ringrazio il Signore per il dono della fede, per avermi dato la possibilità di conoscerlo, di ascoltare la sua Parola, di sentirlo vivo in me nel dono dell'Eucaristia. Grazie Signore, grazie... grazie...

(pausa di silenzio)

Nel mio dire grazie, il mio sguardo si fa fisso in quello del Signore e lascio che le parole divengano LODE nell'accogliere la gioia di poter essere al cospetto di Dio.

Come gli angeli, che per l'eternità cantano e gioiscono nell'accogliere la luce eterna che viene dall'amore del Padre, così anch'io lascio che in me nasca la gioia di poter dire il mio SÌ al Padre. "Ti lodo o Padre perché ti mostri ai piccoli e ai semplici, perché ti riveli, ora, al mio sguardo..."

(pausa di silenzio)

Come Gesù, il Figlio, anch'io ribadisco il mio SÌ a Dio, il mio AMEN, il mio: "SIA FATTA LA TUA VOLONTÀ", sì perché mi fido e mi abbandono al Padre.

Quanto più entro in questa lode, tanto più il mio cuore arde e desidera ancor più entrare in questo mistero grande.

Mi sento assetato della sua bontà, della sua verità, della sua felicità.

(pausa di silenzio)

Mi accorgo che l'infinito ha messo casa in me e come Maria esulto nel custodire in me Gesù e canto: "L'anima mia magnifica il Signore, il mio spirito esulta in Dio, mio Salvatore".

Anch'io voglio cantare la mia lode al Signore della vita.

(pausa di silenzio)

PER APPROFONDIRE

La **preghiera di ringraziamento** e quella di lode non sono due tipi di preghiera a sé stanti: l'una rimanda all'altra e si alimentano a vicenda.

Come poterle fare più nostre e renderle uno "stile" per la nostra vita di cristiani?

Il ringraziamento è il modo peculiare con cui ogni cristiano si rapporta con il mondo, le cose e gli altri. È un modo più profondo per guardare ciò che ti circonda e che ti porta a considerare e riconoscere tutto quanto non come "qualcosa di dovuto" ma come un "dono" da parte di Dio.

Puoi partire guardando con gratitudine a quanto ti è dato: il mondo che ti circonda, la vita, la famiglia, gli amici, il/la tuo/a ragazzo/a, l'opportunità di avere un lavoro o di poter studiare, il benessere in cui vivi, un gesto ricevuto...

Alla *gratuità* di Dio verso l'uomo corrisponde la *gratitudine* dell'uomo verso Dio, dal *riconoscimento* di questi doni nasce la *riconoscenza* del ringraziamento.

All'amore di Dio riconosciuto nelle cose, negli eventi, nelle persone... puoi rispondere con la tua **lode**. Una preghiera, quella di lode, che ora ti rende capace di andare oltre il particolare, l'evento specifico o la determinata persona a cui sei legato. La lode riesce a mettere insieme tutto questo come buono e ti fa aprire il cuore e l'animo per rivolgerti direttamente a Dio. Al suo amore che ti dona tutto, puoi ora rispondere con l'amore di cui sei capace... e poterlo ridonare.

La lode vuole cioè diventare stile e vita stessa del credente. La preghiera di ringraziamento considera il *passato*, ciò che Dio ha fatto per te, essa ti consente di guardare al *futuro* con serenità e fiducia in Dio, e ti mostra che il *presente* può essere alimentato dalla preghiera di lode perché aperto al continuo donarsi di Dio a te e del tuo riconoscere il bene che ti dona, anche oltre al singolo fatto.

Alcuni passi biblici:

Ti rendo lode, Padre, Signore del cielo e della terra, perché hai nascosto queste cose ai sapienti e ai dotti e le hai rivelate ai piccoli. (Mt 11,25-26)
L'anima mia magnifica il Signore e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore. (Lc 1,46-47)

Alleluia. Lodate il Signore nel suo santuario, lodatelo nel firmamento della sua potenza.

Lodatelo per i suoi prodigi, lodatelo per la sua immensa grandezza.

Lodatelo con squilli di tromba, lodatelo con arpa e cetra;

lodatelo con timpani e danze, lodatelo sulle corde e sui flauti.

Lodatelo con cembali sonori, lodatelo con cembali squillanti;

ogni vivente dia lode al Signore. Alleluia. (Sal 150)

Laboratorio di preghiera guidata

PREGHIERA DI RINGRAZIAMENTO E DI LODE

Per essere guidati:

Stando di fronte al Signore, prova a far memoria di tutte le cose più grandi che ci sono nella tua esistenza: il dono della vita, il dono di una casa, dei vestiti, del cibo... di poter studiare, di poter lavorare, di averti dato una famiglia, degli amici, di averti fatto innamorare...

Tutto è dono del tuo amore per me, o Signore. Grazie Signore, grazie... grazie ...

(pausa di silenzio)

Ringrazio il Signore per il dono della fede, per avermi dato la possibilità di conoscerlo, di ascoltare la sua Parola, di sentirlo vivo in me nel dono dell'Eucaristia. Grazie Signore, grazie... grazie...

(pausa di silenzio)

Nel mio dire grazie, il mio sguardo si fa fisso in quello del Signore e lascio che le parole divengano LODE nell'accogliere la gioia di poter essere al cospetto di Dio.

Come gli angeli, che per l'eternità cantano e gioiscono nell'accogliere la luce eterna che viene dall'amore del Padre, così anch'io lascio che in me nasca la gioia di poter dire il mio SÌ al Padre. "Ti lodo o Padre perché ti mostri ai piccoli e ai semplici, perché ti riveli, ora, al mio sguardo..."

(pausa di silenzio)

Come Gesù, il Figlio, anch'io ribadisco il mio SÌ a Dio, il mio AMEN, il mio: "SIA FATTA LA TUA VOLONTÀ", sì perché mi fido e mi abbandono al Padre.

Quanto più entro in questa lode, tanto più il mio cuore arde e desidera ancor più entrare in questo mistero grande.

Mi sento assetato della sua bontà, della sua verità, della sua felicità.

(pausa di silenzio)

Mi accorgo che l'infinito ha messo casa in me e come Maria esulto nel custodire in me Gesù e canto: "L'anima mia magnifica il Signore, il mio spirito esulta in Dio, mio Salvatore".

Anch'io voglio cantare la mia lode al Signore della vita.

(pausa di silenzio)