

*Comunità Shekinah*  
*della Divina Misericordia - Ravenna*

Scuola di preghiera

**Scuola di preghiera**

**Corso Horeb/1: "L' IMPORTANZA DELLA PREGHIERA"**

**VENERDI'** sera: Processo alla Preghiera

E' proprio necessario pregare?

**VENERDI'** sera: Che cos'è la Preghiera? Pregare è... amare.

Sto alla porta e busso.

**SABATO** mattino: La Montagna: le tappe del cammino di Preghiera

pomeriggio: Preghiera ed Attività - Pregare per vivere.

**DOMENICA** mattino: Il tempo per la Preghiera - La Preghiera quotidiana

pomeriggio: Le difficoltà della Preghiera.

**Corso Horeb/2: "LA PREGHIERA VOCALE/a"**

**VENERDI'** sera: Partire bene: i 3 chiodi - Le distrazioni

Un consiglio per i principianti.

**VENERDI'** sera: Il contesto della Preghiera - Creare il rapporto

*Comunità Shekinah*  
*della Divina Misericordia - Ravenna*

**SABATO** mattino: Pregare con i Salmi

pomeriggio: La Preghiera di Ringraziamento

**DOMENICA** mattino: La Preghiera di Lode

pomeriggio: La Liturgia fonte e culmine della vita cristiana

**Corso Horeb/3: "LA PREGHIERA VOCALE/b"**

**VENERDI'** sera: La Preghiera di Pentimento

**VENERDI'** sera: La Preghiera di Intercessione e Richiesta/1

**SABATO** mattino: La Preghiera di Intercessione e Richiesta/2

pomeriggio: La Preghiera di Intercessione e Richiesta/3

**DOMENICA** mattino: La Preghiera di Maria

pomeriggio: Pregare con Maria: il Santo Rosario

*Comunità Shekinah*  
*della Divina Misericordia - Ravenna*

**Corso Horeb/4: "LA PREGHIERA DI ASCOLTO"**

**VENERDI'** sera: Ascoltare è amare! - Un richiamo di Cristo

**VENERDI'** sera: I 5 canali per l'ascolto - Date a Dio la gioia di ascoltarlo

**SABATO** mattino: Ascoltare con la Parola

meriggio: Per pregare con la Parola: la Lectio Divina

La Lectio Divina in chiave mariana

**DOMENICA** mattino: Conosci i tuoi doni

pomeriggio: La Liturgia: scuola di ascolto

**Corso Horeb/5: "LA PREGHIERA: SANTIFICAZIONE DEL TEMPO"**

**SABATO** pomeriggio: La Preghiera del Mattino.

La Preghiera della Sera.

**VENERDI'** sera: La Preghiera Notturna, tempo di salvezza

*Comunità Shekinah*  
*della Divina Misericordia - Ravenna*

**SABATO** pomeriggio: Pregare con gioia

10 Regole per pregare con semplicità

**VENERDI'** sera: L'Adorazione Eucaristica

**DOMENICA** giornata: Preghiera - Eucaristia - Evangelizzazione

Piccoli segreti di una Preghiera che sta maturando

**Corso Horeb/6: "LA PREGHIERA DI ADORAZIONE"**

**VENERDI'** sera: Cos'è la Preghiera di Adorazione

**SABATO** pomeriggio: Aprire gli occhi: gli elementi-base

Della Preghiera di Adorazione

**VENERDI'** pomeriggio: Venite adoriamo il Signore/1

**DOMENICA** giornata: Venite adoriamo il Signore/2

L'Adorazione Eucaristica

**SABATO** pomeriggio: Adorazione Eucaristica: la preghiera

*Comunità Shekinah*  
*della Divina Misericordia - Ravenna*

che diventa carità

**Corso Horeb/7: "LA PREGHIERA DEL CUORE"**

**VENERDI'** sera: Introduzione alla Preghiera del cuore

**VENERDI'** sera: Fondamenti Biblici

**SABATO** mattino: Mi ami?

pomeriggio: Amare e lasciarsi amare

**DOMENICA** mattino: Comunicare amore

pomeriggio: I "Maestri" della Preghiera del cuore

L'Eucaristia: scuola dell'amore

**CORSO PROPEDEUTICO SULLA PREGHIERA**

**1. AVVIAMENTO ALLA PREGHIERA**

1. Il problema massimo
2. Si prega tanto poco, si prega tanto male
3. Perché è pesante pregare
4. Una piccola farmacia casalinga
5. Che cosa ha detto Gesù
6. Il ruolo della riflessione
7. Alcuni consigli pratici

**2. LA PREGHIERA E' CONTESTAZIONE?**

1. Si è sempre contestato
2. Educare alla contestazione
3. Idee puerili sulla contestazione
4. Che cos'è pregare?
5. Dieci regole concrete

**3. LA VIA DELLA PREGHIERA**

1. Approdare all'isola della preghiera
2. I primi passi nella preghiera
3. Possono tutti arrivare alla preghiera vera?
4. La casa della preghiera: riflettere - decidere - implorare

**4. LA LECTIO DIVINA:**

1. pregare con la Parola di Dio:
2. La Lectio
3. La Meditatio
4. L'Oratio
5. La Contemplatio
6. L'Actio

**SCUOLA DELLA PAROLA**

**SCHEMA**

**1^ Parte ( 30 minuti):**

*Lode iniziale*  
*Salmi*  
*Invocazione allo Spirito*

**2^ Parte (40 minuti):**

*Lettura del Vangelo della Domenica*  
*Lectio*  
*Meditatio*  
*Silenzio personale (10 minuti )*

*Comunità Shekinah*  
*della Divina Misericordia - Ravenna*

**3^ Parte (30 minuti):**

*Condivisione in piccoli gruppi*

**4^ Parte (30 minuti):**

*Condivisione comune*  
*Canto del Magnificat*  
*Benedizione*  
*Canto*

**SCHEMA di SCUOLA DI PREGHIERA**

Canto d'Inizio (Esposizione SS. Sacramento)

Silenzio

Recita di un Salmo (preceduto da Commento)

Parola di Dio

Meditazione personale

Silenzio

Pregiera dei Fedeli spontanea

Padre nostro

Benedizione Eucaristica

Canto finale

**VEGLIA NOTTURNA DI ADORAZIONE EUCARISTICA**

**ALLO SPIRITO SANTO ed al SIGNORE GESU' (20 minuti )**

*Comunità Shekinah*  
*della Divina Misericordia - Ravenna*

*(in piedi)*

Canto di Lode ed Adorazione

Invocazioni allo Spirito Santo

Canto alla Spirito Santo

Proclamazione del Santo Vangelo della Domenica

Canto dell'Alleluja

*(seduti)*

Pregare con Maria il Vangelo (lettura versetto - pausa 3 secondi - recita Ave Maria)

Silenzio per la Risonanza personale sul Vangelo

*(in piedi)*

Pregghiera Comunitaria con il Salmo Responsoriale

**AL PADRE MISERICORDIOSO (20 minuti )**

*(in piedi)*

Canto di Adorazione ( di Taizè, del RCC, ect...)

*(seduti)*

SILENZIO - con sottofondo musicale -

(accogliere lo sguardo di benevolenza del Padre e dimorare nel Suo Amore.

*Amare = Cambiare: riprendere in mano il Mini-Obiettivo mensile e chiedere al Padre il dono della Sua Grazia per concretizzarlo nel vissuto della nuova settimana).*

**MOMENTO D'INTERCESSIONE (20 minuti )**

*(in piedi)*



*Comunità Shekinah*  
*della Divina Misericordia - Ravenna*

Pregghiera della Corona alla Divina Misericordia come Intercessione per l'Evangelizzazione di Ravenna.

Canto di lode

**SCHEMA DI PREGHIERA PER LA LECTIO DIVINA**

1. Canto di Lode
2. Salmo
3. Preghiera di pace
4. "Venite a Me, voi tutti che siete affaticati ed oppressi ed Io vi darò riposo"
1. Confessa i tuoi peccati al Signore
2. Perdona gli altri
3. Dai a Lui i tuoi pesi
5. Canto di Invocazione allo Spirito Santo

Proclamazione del Vangelo della Domenica

1. LECTIO DIVINA
2. Scambio delle Pace del Signore
3. Preghiera di Intercessione e d'Invocazione allo Spirito Santo per l'Evangelizzazione di Ravenna

**1 Preghiera di Consacrazione:**

Signore Padre Santo, mi offro a Te,  
così come sono, con tutto ciò che possiedo  
e con tutto ciò che faccio.

Padre, opera con la potenza del Tuo Santo Spirito  
affinché Gesù viva in me in ogni istante della mia giornata,  
così che io possa piacerTi in ogni cosa  
e giungere al glorioso compimento  
dei Tuoi piani per me.

Per Cristo nostro Signore. AMEN!

Benedizione

Canto Finale a Maria.

**LETTURA SPIRITUALE DELLA PAROLA DI DIO**

Quando leggiamo la Bibbia: **DIO CI PARLA**

**1. OSSERVA**

1.1 quali sono i personaggi presenti: che cosa fanno - che cosa dicono;

1.2 dove ci troviamo;

1.3 il discorso o il fatto più importante.

**2. CONSIDERA**

2.1 la frase di maggior valore (o versetto chiave);

2.2 prega per alcuni minuti, in atteggiamento di semplice accoglienza, questa Parola in comunione con la Vergine

Maria;

2.3 ogni parola di questa frase e vedi se ti è chiaro il significato;

2.4 il messaggio del brano.

**3. APPLICA**

3.1 quale è la tua situazione circa il messaggio;

3.2 che cosa ti impedisce di realizzarlo pienamente;

3.3 c'è qualcosa nella tua vita da cambiare, da iniziare, da sviluppare meglio;

3.4 che cosa ti sta dicendo oggi il Signore nella situazione in cui ti trovi.

**4. PREGA**

4.1 come pensi di rivolgerti a DIO PADRE in questo momento: (adorazione, lode, confessione, ringraziamento,

supplica...);

*Comunità Shekinah*  
*della Divina Misericordia - Ravenna*

4.2 per una potente effusione dello Spirito Santo perché il mondo accolga il "Vangelo" di Gesù Cristo Salvatore e

Signore.

**2 Preghiera di consacrazione:**

Signore Padre Santo, mi offro a Te,  
così come sono, con tutto ciò che possiedo  
e con tutto ciò che faccio.

Padre, opera con la potenza del Tuo Santo Spirito  
affinché Gesù viva in me in ogni istante della mia giornata,  
così che io possa piacerTi in ogni cosa  
e giungere al glorioso compimento  
dei Tuoi piani per me.

Per Cristo nostro Signore. AMEN!

**PREGARE CON LA PAROLA ( di don Nico De Martini)**

1. Leggere un passo breve della S. Scrittura
2. Invocazione allo Spirito Santo
3. Rileggere il brano adagio, più volte, in modo da saperlo quasi a memoria
4. Cogliere il messaggio centrale
5. Puntare l'attenzione sulla parola o sulla frase più significativa
6. Scriverla su un quaderno apposito
7. Ripeterla più volte in modo da interiorizzarla
8. Confrontare la propria vita con questa Parola
9. Chiedere a Dio l'aiuto di poterla vivere
10. Ricordarla e cercare di viverla durante il giorno.

*Comunità Shekinah*  
*della Divina Misericordia - Ravenna*

**LECTIO DIVINA SETTIMANALE**

**sulla LITURGIA DELLA PAROLA della DOMENICA**

Scrivere 2 o 3 versetti che maggiormente ti colpiscono.  
Scrivere dove ti trova questa Parola di Dio nella tua vita.  
Scrivere la Preghiera e l'Impegno di vita che ne emerge.

Lunedì = Vangelo

Martedì= 1^ Lettura

Mercoledì= Vangelo

Giovedì= 2^ Lettura

Venerdì= Vangelo

Sabato= Sintesi Cammino Settimanale:

scrivere 1 / 2 versetti che maggiormente ti hanno colpito tra quelli scritti precedentemente.

Al termine del Mese fare la Sintesi finale dei 4 sabati e farne elemento di verifica nel Colloquio con la Guida Spirituale .