

PREGHIERA QUOTIDIANA

Le 5 abitudini di preghiera di Gesù

Una preghiera breve da leggere ogni giorno — al mattino, quando ti svegli, o alla sera, prima di andare a dormire — finché queste abitudini non diventeranno parte di ciò che sei.

1 · SOLITUDINE — IL MOMENTO SEGRETO

Padre, oggi chiudo la porta del mondo e apro la porta del mio cuore solo a te. Spengo il rumore, la fretta e gli schermi e resto qui, in segreto, perché è nel silenzio che si sente la tua voce. Che questo momento da solo con te sia il respiro della mia anima.

2 · ADORAZIONE E GRATITUDINE PRIMA DELLE RICHIESTE

Sia santificato il tuo nome. Prima di chiedere qualsiasi cosa, ti ringrazio: per l'aria che respiro, per il cibo sulla tavola, per la mia salute e per la tua fedeltà. Tu sei buono, fedele, giusto e potente — e ti lodo ancora prima di vedere il miracolo.

3 · COSTANZA E PERSEVERANZA

Padre, non mi fermerò al primo tentativo. Come la vedova che bussava ogni giorno alla porta del giudice, continuerò a bussare, cercare e chiedere. Forma il mio carattere mentre aspetto il tuo tempo, perché la costanza crea intimità — e l'intimità crea vittoria.

4 · FEDE PRATICA NELLA CERTEZZA DELL'INVISIBILE

Signore, anche senza vedere alcun cambiamento intorno a me, credo che tu ti stia già prendendo cura di tutto. Scambio le parole di paura con dichiarazioni di fiducia: il tuo Regno sta già lavorando a mio favore, anche se i miei occhi non possono vederlo. La mia fede è piccola come un granello di senape — ma è riposta in te.

5 · ALLINEAMENTO CON LA TUA VOLONTÀ

Padre, non come voglio io, bensì come vuoi tu. Lascio andare il controllo, abbasso il mio orgoglio e confido nei tuoi piani, anche quando sono diversi dai miei. Che la tua pace inspiegabile invada la mia mente e che il tuo proposito si compia nella mia storia.

AMEN.

Così sia, oggi e ogni giorno.

LA SFIDA DEI 3 GIORNI

Prega questa preghiera per 3 giorni consecutivi, alla stessa ora, in un luogo silenzioso, con il cellulare spento.

Scrivi in un quaderno ciò che Dio ti mostra ogni giorno.

GIORNO 1 — SOLITUDINE + GRATITUDINE

Prega la preghiera completa in segreto. Dedica i primi minuti solo a ringraziare.

Scrivi 3 cose per cui oggi sei grato.

GIORNO 2 — COSTANZA + FEDE

Prega di nuovo, alla stessa ora. Presenta a Dio quella causa a cui non rinuncerai.

Proclama ad alta voce: "Io credo che il Signore se ne stia già prendendo cura."

GIORNO 3 — ALLINEAMENTO

Prega una terza volta e concludi con le parole di Gesù nel Getsemani: "Padre, non come voglio io, bensì come vuoi tu." Lascia andare il controllo e riposa.

*"Dio non cerca preghiere perfette né un bel vocabolario;
egli non respinge mai un cuore sincero, umile e spezzato."*

Leggi l'articolo completo con le 5 abitudini spiegate:
rawlight.top — Le 5 abitudini di preghiera di Gesù
(che quasi nessuno pratica)