

PREGHIERA IN FAMIGLIA  
PER IL TEMPO DI QUARESIMA

SETTIMANA AUTENTICA  
e OTTAVA DI PASQUA

# LIBERA! IL BENE!



**INIZIATE**

**LA PREGHIERA:**

*Mamma o papà:*  
Nel nome del Padre,  
del Figlio  
e dello Spirito santo.

*Tutti.: Amen*

*Mamma o papà:*  
Gesù, donaci  
la tua Parola vera,  
che rende bella  
la nostra vita.

*Tutti:*

**Che bello ascoltare  
e fare la tua volontà!**

**La tua misericordia  
ci accompagni.**

**Amen**

**CONCLUDETE**

**LA PREGHIERA:**

*Tutti.: Padre nostro...*

*Mamma o papà:*  
Il Signore ci benedica e ci  
custodisca.

*Tutti.: Amen*

# Domenica delle Palme - 9 aprile 2017

## IL VANGELO

Letture del vangelo secondo Giovanni (Gv 12,12-15)

La grande folla che era venuta per la festa, udito che Gesù veniva a Gerusalemme, prese dei rami di palme e uscì incontro a lui gridando: «Osanna! Benedetto colui che viene nel nome del Signore, il re d'Israele!». Gesù, trovato un asinello, vi montò sopra, come sta scritto: «*Non temere, figlia di Sion! Ecco, il tuo re viene, seduto su un puledro d'asina*». avvolto da un sudario. Gesù disse loro: «Liberatelo e lasciatelo andare».

## Per riflettere: Asinello o statua del museo?

Sicuramente Gesù sapeva bene che quella Pasqua per lui non sarebbe stata come le altre volte. Aveva compreso che l'ostilità intorno a sé cresceva e che molti erano i nemici che volevano la sua vita. Ma ciononostante **ha scelto liberamente di entrare in città**, consegnandosi di fatto nelle mani dei suoi avversari. E lo ha fatto in un modo sorprendente: non di nascosto, ma pubblicamente, facendo sì che tutti lo riconoscessero e lo acclamassero. Ma non ha scelto un nobile cavallo, bensì un asinello, umile.

Chi desidera donare la vita per gli altri non lo fa in modo appariscente ma discreto, così che emerga il dono e non colui che dona. Mentre si consegna agli uomini, Gesù rimane interiormente libero, non ha fretta che tutti lo accolgano o lo comprendano. Dà a ciascuno il tempo di maturare.

## Per ricordare

La famiglia è il primo contesto in cui si dona la vita: è qui che i figli vengono accolti e coccolati, che gli anziani e i malati vengono curati, che ciascuno riceve quanto ha bisogno. Scegliamo in questa settimana un momento dove prendersi cura gli uni degli altri.

## La Porta Aperta

A partire dalla processione con le Palme, passando per la Lavanda dei piedi, l'Adorazione della Croce e la messa di Pasqua, sono tantissime le occasioni per pregare insieme alle altre persone della comunità in questa Settimana santa: decidiamo per tempo a quale appuntamento parteciparle, così da imparare da Gesù a donare la vita!

## Per pregare

Grazie, Signore Gesù,  
che anche quest'anno  
doni la tua vita per noi  
nella tua Pasqua.  
Grazie perché non ti stanchi  
di volerci bene,  
di entrare nelle nostre città  
e nelle nostre case,  
di camminare  
nei luoghi della nostra vita  
di tutti i giorni.  
Insegna anche a noi  
a donarci giorno per giorno,  
senza l'ansia  
di dover fare tutto,  
senza l'angoscia  
del perdere qualcosa.  
La nostra gioia  
sia nel donarci,  
proprio come hai fatto tu.  
Amen



# Martedì santo -11 aprile 2017

## GUARDA

Marta e Antonio sono due persone, spesso tanto impegnate, ma che hanno fatto una scelta coraggiosa: quella di essere genitori. Chi più dei nostri genitori può essere la personificazione dell'asinello che il Papa ha consegnato all'Azione Cattolica qualche tempo fa? I nostri genitori, nonostante tutte le loro preoccupazioni e i loro impegni, per noi ci sono sempre e hanno una parola di conforto, un consiglio. Si caricano di tutto ciò che riguarda i propri figli e non lo fanno per ricevere qualcosa in cambio, ma con assoluta umiltà.

Oggi prova a essere un po' più "genitore" tu nei confronti di coloro che si prendono cura di te (nonni, mamma, papà, maestre...) e chiedi loro come stanno, se puoi essere loro di aiuto in qualche modo, te ne saranno sicuramente grati!

*Unisci*

*i puntini*

*da 1 a 38*

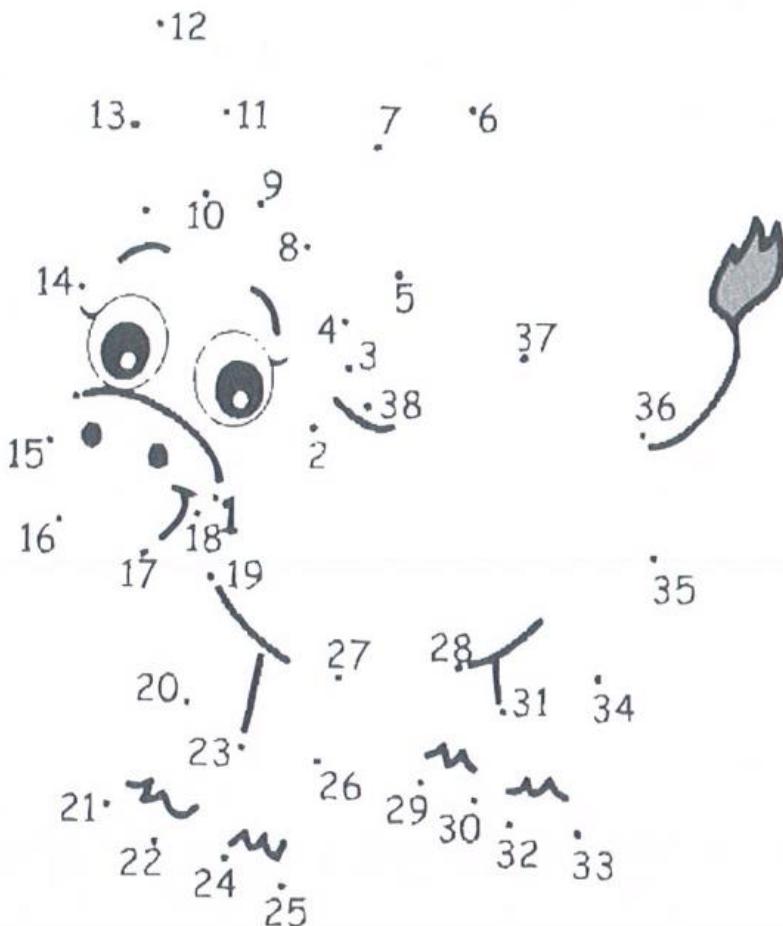
*qui a fianco*

*e scopri*

*che*

*immagine*

*viene fuori!*



# **Mercoledì santo -12 aprile 2017**

## **FIUTA... qui c'è puzza di bruciato**

Il rischio più grande che corriamo quando non abbiamo coraggio di seguire Gesù è quello di diventare delle "statuine da museo" che, per quanto belle, sono immobili! Se pensiamo sempre all'esteriorità o alle cose superflue il gioco è fatto! Essere asinelli umili che "trasportano" gli altri, che stanno loro accanto senza pretese non è facile, richiede un gran coraggio!

OGGI, FORSE, È GIUNTO IL MOMENTO DI RISCHIARE ED ESSERE CORAGGIOSI: COMPIO UN GESTO D'AMORE VERSO QUALCUNO SENZA PRETENDERE NULLA IN CAMBIO, È CIÒ CHE HA FATTO L'ASINO PORTANDO GESÙ DENTRO LA CITTÀ!

ANNOTO QUI LE MIE SCELTE CORAGGIOSE!

---

---

---

---

---

## **TRIDUO PASQUALE**

Il cammino di Quaresima ci ha portati qui, alle porte della Pasqua, del passaggio di Gesù che libera e che fa passare dalla morte alla vita. In questi giorni, i giorni del Triduo pasquale, vogliamo fissare lo sguardo proprio su di lui e non lasciarci distrarre da altro. È Gesù che offrendo la sua vita fino all'ultimo respiro vince il maligno: il suo corpo e il suo sangue sono versati per la nostra salvezza, per liberarci dal male, per dirci con tutto se stesso che ci ama e che vale la pena vivere amando. Per correggere l'uomo che cerca di diventare Dio, Gesù si fa uomo in tutto eccetto il peccato e arriva così a morire sulla croce: così vince l'orgoglio, così rende l'uomo libero!

Allora in questi giorni tira fuori il meglio di te per partecipare e dare il tuo contributo nelle celebrazioni che ci saranno nella tua comunità: Gesù ti aspetta e seguendolo dall'ultima cena alla risurrezione potrai scoprire ciò che gli sta a cuore veramente e che ha il potere di farci vivere con lui, da figli di Dio. Sotto la croce anche noi, come il centurione, potremo dire: «Veramente questo era il Figlio di Dio!».

**Giovedì 13 non dimenticare di partecipare alla celebrazione delle ore 17.00 in chiesa a Pero (anche per chi è a Cerchiate). È importantissimo!**

# **Giovedì santo -13 aprile 2017**

## **IL VANGELO**

Letture del vangelo secondo Marco (Mc 14,32-36)

Giunsero a un podere chiamato Getsèmani ed egli disse ai suoi discepoli: «Sedete qui, mentre io prego». Prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni e cominciò a sentire paura e angoscia. Disse loro: «La mia anima è triste fino alla morte. Restate qui e vegliate». Poi, andato un po' innanzi, cadde a terra e pregava che, se fosse possibile, passasse via da lui quell'ora. E diceva: «Abbà! Padre! Tutto è possibile a te: allontana da me questo calice! Però non ciò che voglio io, ma ciò che vuoi tu».

Gesù si trova nella tentazione, come capita anche a noi. Capisce che sta per essere arrestato e probabilmente persino ucciso: non vorrebbe morire, vorrebbe continuare a vivere, vorrebbe che tutti credessero che lui è il Messia e che non vuole altro che portare a termine la missione del Padre: amare tutti e raccontare quanto Dio ci ama. Eppure molti non lo accettano. Ma Gesù trova la forza di fidarsi del Padre: anche se non capisce perché debba finire così, continua a essere fedele a ciò che Dio Padre gli ha chiesto. Così anche tu puoi trovare il coraggio di seguire i consigli di Dio, anche quando ti sembra difficile!

### **Per pregare davanti al tabernacolo**

*Signore Gesù,  
tu che ti sei fidato del Padre,  
aiuta anche me a fidarmi di lui,  
e a fare la sua volontà,  
soprattutto quando sarei tentato di fare di testa mia.  
Perché lui sa cosa è meglio per me.  
Amen*

*Oggi affido a te, Signore, la mia vocazione...  
Fa' che non abbia paura a regalarti tutta la vita  
per consacrarmi a te!*

**Venerdì 14 non dimenticare di partecipare alla celebrazione delle ore 15.00 in chiesa sia a Pero che a Cerchiate. Se sei in un altro posto partecipa lì dove ti trovi È importantissimo!**

# Venerdì santo -14 aprile 2017

## IL VANGELO

Letture del vangelo secondo Marco (Mc 15,29-32)

Quelli che passavano di là lo insultavano, scuotendo il capo e dicendo: «Ehi, tu che distruggi il tempio e lo ricostruisci in tre giorni, salva te stesso scendendo dalla croce!». Così anche i capi dei sacerdoti, con gli scribi, fra loro si facevano beffe di lui e dicevano: «Ha salvato altri e non può salvare se stesso! Il Cristo, il re d'Israele, scenda ora dalla croce, perché vediamo e crediamo!». E anche quelli che erano stati crocifissi con lui lo insultavano.

Davanti a Gesù crocifisso ci sono davvero tante reazioni diverse, anche tra i nostri amici oggi. C'è chi è indifferente, non è interessato a Dio e alla fede. C'è chi disprezza un Dio così "debole", che rispetta la libertà degli uomini anziché punire i cattivi e togliere il male dal mondo. C'è chi è proprio contrario agli insegnamenti di Dio, all'impegno per essere amorevoli con tutti. C'è invece chi cerca di seguirlo. E tu quale sei di questi? In occasione di questa Pasqua, prendi posizione per Gesù: fidati di lui e della sua proposta di vita, il Vangelo.

### Per pregare davanti al Crocifisso

Signore Gesù,

oggi tu muori in croce perché ci ami da morire... (continua tu)

---

---

Oggi, ai piedi della croce, porto quei cristiani che vengono uccisi per la loro fede. Resto stupito di quanto amino Gesù! Prego anche per i loro uccisori.

**Domani alle ore 22.00 in chiesa a Pero partecipa con i tuoi genitori alla Veglia di risurrezione. È la Celebrazione più importante di tutte!**

### Ringraziare

Signore Gesù, grazie perché non smetti di amarmi e dare la tua vita per me anche quando io sono un po' indifferente nei tuoi confronti.

### Chiedere perdono

Scusa, Signore, se a volte vivo come se tu non esistessi e per le volte in cui mi vergogno di essere cristiano davanti ad amici che non lo sono. Kyrie Eleison

### Rilanciare

Qui davanti a te chiedo di aiutarmi a essere un cristiano coraggioso e coerente fino in fondo, e a gustare la bellezza di essere cristiano!

# Sabato santo - 15 aprile 2017

## IL VANGELO

Letture del vangelo secondo Marco (Mc 15,43-46a)

Giuseppe d'Arimatea, membro autorevole del sinedrio, che aspettava anch'egli il regno di Dio, con coraggio andò da Pilato e chiese il corpo di Gesù. Pilato si meravigliò che fosse già morto e, chiamato il centurione, gli domandò se era morto da tempo. Informato dal centurione, concesse la salma a Giuseppe. Egli allora, comprato un lenzuolo, lo depose dalla croce, lo avvolse con il lenzuolo e lo mise in un sepolcro scavato nella roccia.

Qualcuno non si è rassegnato alla fine di Gesù. Qualcuno ha continuato a servirlo, prendendosi cura del suo corpo, anche quando era morto. Così anche noi, quando ci sembra che Dio sia sconfitto, continuiamo a stargli vicino, e scopriremo che non ci siamo sbagliati, che Dio è più forte del male e della morte!

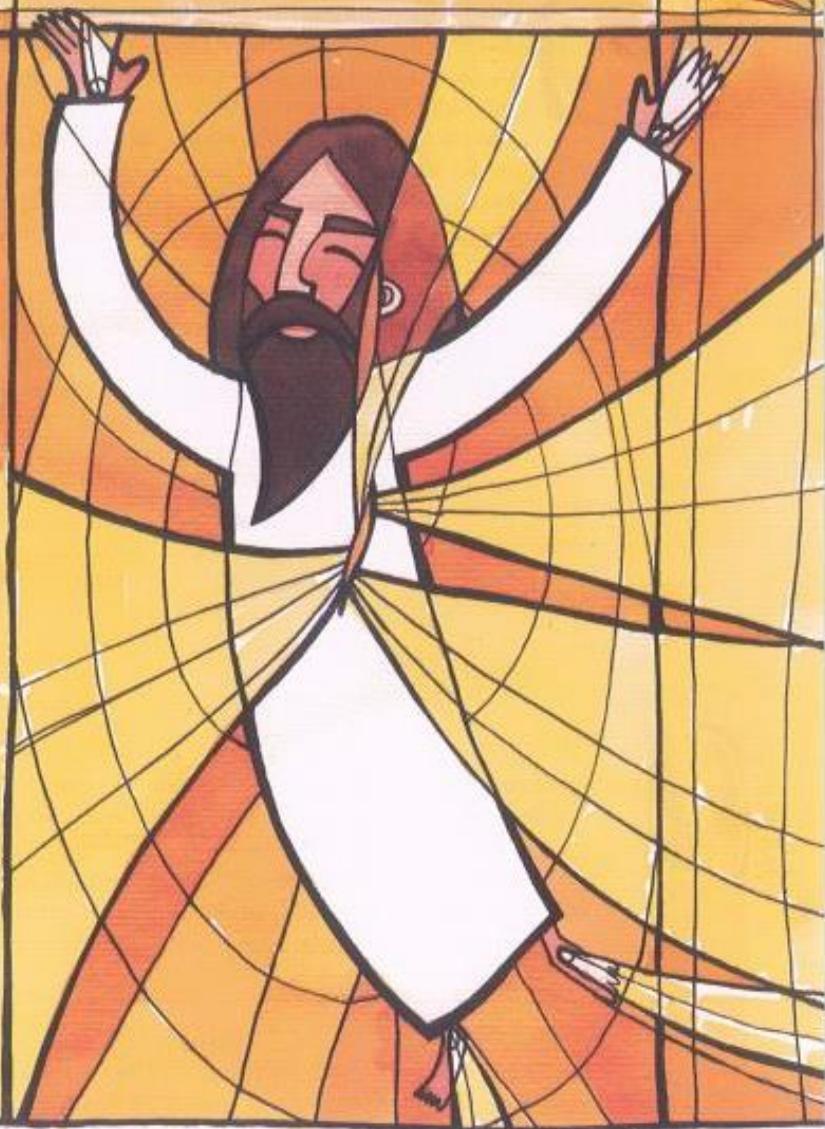
### **Per pregare davanti al "sepolcro"**

Padre, tu che non smetti mai di amarci teneramente,  
sta' vicino soprattutto a chi non crede in te  
e a chi non sente il tuo amore.

Quando una persona cara se ne va da questa vita,  
aiutaci a credere che tu non ci lascerai finire con la morte,  
ma che dopo di essa riservi per noi l'eternità.

Oggi prego in particolare  
per coloro che non credono o non conoscono Gesù...  
forse c'è tra di essi  
anche qualche mio compagno di classe!

Ho visto il Signore!



DOMENICA di PASQUA

# Domenica di Pasqua - 16 aprile 2017

## IL VANGELO

Letture del vangelo secondo Marco (Mc 16,1-7)

Passato il sabato, Maria di Màgdala, Maria madre di Giacomo e Salome comprarono oli aromatici per andare a ungerlo. Di buon mattino, il primo giorno della settimana, vennero al sepolcro al levare del sole. Dicevano tra loro: «Chi ci farà rotolare via la pietra dall'ingresso del sepolcro?». Alzando lo sguardo, osservarono che la pietra era già stata fatta rotolare, benché fosse molto grande. Entrate nel sepolcro, videro un giovane, seduto sulla destra, vestito d'una veste bianca, ed ebbero paura. Ma egli disse loro: «Non abbiate paura! Voi cercate Gesù Nazareno, il crocifisso. E risorto, non è qui. Ecco il luogo dove l'avevano posto. Ma andate, dite ai suoi discepoli e a Pietro: "Egli vi precede in Galilea. Là lo vedrete, come vi ha detto"».

## Per riflettere: Risorti... ogni giorno!

Davanti a Gesù crocifisso ci sono davvero tante reazioni diverse, anche tra i nostri amici oggi. C'è chi è indifferente, non è interessato a Dio e alla fede. C'è chi disprezza un Dio così "debole", che rispetta la libertà degli uomini anziché punire i cattivi e togliere il male dal mondo. C'è chi è proprio contrario agli insegnamenti di Dio, all'impegno per essere amorevoli con tutti. C'è invece chi cerca di seguirlo. E tu quale sei di questi? In occasione di questa Pasqua, prendi posizione per Gesù: fidati di lui e della sua proposta di vita, il Vangelo.

BUONA PASQUA!!!

### Per pregare

Signore Gesù,  
tu risorgi da morte  
e ci dici che siamo fatti per la vita eterna.  
Ma se tu sei risorto,  
noi non possiamo più vivere da lamentosi,  
da egoisti, da indifferenti!  
La tua Pasqua, il tuo passaggio,  
trasforma oggi e ogni giorno  
il nostro lamento in danza,  
il nostro egoismo in dono,  
la nostra indifferenza in fraternità.  
Amen

# Lunedì “dell’angelo”

17 aprile 2017

## IL VANGELO

Letture del vangelo secondo Giovanni (Gv 21,1-3)

Dopo questi ratti, Gesù manifestò di nuovo ai discepoli sul mare di Tiberiade. E si manifestò così: si trovavano insieme Simon Pietro, Tommaso detto Didimo, Natanaele di Conchi di Galilea, i figli di Zebedeo e altri due discepoli. Disse loro Simon Pietro: «Io vado a pescare». Gli dissero: «Veniamo anche noi con te». Allora uscirono e salirono sulla barca; ma quella notte non presero nulla.

**Marco:** Pietro, il Vangelo di Giovanni ci ha raccontato che tu sei corso al sepolcro e l'hai trovato vuoto. Poi che Gesù era apparso a te e agli altri discepoli... Perché siete tornati a Tiberiade?

**Pietro:** Be', anzitutto perché venivamo da giorni terribili: il nostro Maestro era morto e con la sua morte sembrava essere finito tutto. Noi eravamo chiusi nel Cenacolo dalla paura che quelli là, i Giudei, prendessero anche noi... Poi però la scoperta del sepolcro vuoto e la sua apparizione hanno cambiato nuovamente tutto, ci hanno ridato ancora speranza, ma dentro di me qualcosa ancora non funzionava.

**Marco:** In che senso?

**Pietro:** Voglio dire che, nonostante tutti gli eventi straordinari che erano accaduti, io sentivo ancora dentro di me un forte senso di colpa: nel momento del bisogno, quando stavano processando Gesù, io l'avevo rinnegato ed ero scappato. Mi sentivo un fallito come discepolo.

**E io che cosa chiederei a Pietro?**

---

---

---

---

Per pregare usa ancora il testo del giorno di Pasqua.

# Martedì 18 aprile 2017

## IL VANGELO

**Letture del vangelo secondo Giovanni (Gv 21,4-6)**

Quando già era l'alba, Gesù stette sulla riva, ma i discepoli non si erano accorti che era Gesù. Gesù disse loro: «Figlioli, non avete nulla da mangiare?». Gli risposero: «No». Allora egli disse loro: «Gettate la rete dalla parte destra della barca e troverete». La gettarono e non riuscivano più a tirarla su per la grande quantità di pesci.

**Marco:** Pietro, quanto siete rimasti fuori a pescare?

**Pietro:** Tutta la notte. Stava ormai albeggiando e io stavo ormai ritirando le reti insieme a Giacomo e Natanaele, quand'ecco che una voce ha trafitto il silenzio che ci circondava. Il lago era abbastanza calmo, le onde si infrangevano leggere a riva e quel grido così intenso ci sorprese.

**Marco:** Che cosa ti ha spinto allora ad ascoltare quell'uomo?

**Pietro:** Forse la forza della disperazione... avevamo gettato parecchie volte le reti nel lago e mi sono detto: "Tanto, per una volta in più, cosa mi costa?" E poi quelle parole mi ricordavano Gesù e la sua chiamata. Così con uno slancio di affetto e di memoria ho lanciato le reti e lo stesso miracolo di quel giorno si è ripetuto. Incredibile ma vero.

**Che cosa mi colpisce di ciò che dice e fa Pietro?**

---

---

---

---

---

---

---

Per pregare usa ancora il testo del giorno di Pasqua.

# Mercoledì 19 aprile 2017

## IL VANGELO

**Letture del vangelo secondo Giovanni (Gv 21,7-8)**

Allora quel discepolo che Gesù amava disse a Pietro: «È il Signore!». Simon Pietro, appena udì che era il Signore, si strinse la veste attorno ai fianchi, perché era svestito, e si gettò in mare. Gli altri discepoli invece vennero con la barca, trascinando la rete piena di pesci: non erano infatti lontani da terra se non un centinaio di metri.

**Marco:** Pietro, eravamo alla pesca miracolosa: come avete reagito?

**Pietro:** Eravamo tutti stupefatti, sconvolti. Molti però si sono dati da fare subito per caricare le reti piene sulla barca, che pian piano si stava inclinando sul fianco da quanto pesavano le reti. Accadde tutto così velocemente, ogni istante capitava qualcosa di nuovo che ci costringeva a reagire. Era come se qualcosa o qualcuno ci volesse risvegliare dal torpore in cui eravamo finiti.

**Marco:** Il discepolo amato ha riconosciuto Gesù: è per questo motivo che ti sei buttato in acqua?

**Pietro:** Direi che in quell'occasione l'entusiasmo di correre incontro al Maestro, unito al mio solito carattere impulsivo, è stato più forte della distanza che ci separava e della mia età. Diversamente da come era andata al sepolcro, quella volta ero arrivato per primo io, nonostante gli altri fossero in barca. È come se a ogni bracciata volessi percorrere più velocemente quei cento metri che mi dividevano dal Signore.

**Mi è mai capitato di avere la stessa forza di Pietro, quella che lo fa andare con slancio verso Gesù e lo fa essere trascinato anche dagli altri? Racconta!**

---

---

---

---

---

---

---

Per pregare usa ancora il testo del giorno di Pasqua.

# Giovedì 20 aprile 2017

## IL VANGELO

Letture del vangelo secondo Giovanni (Gv 21,9-10)

Appena scesi a terra, videro un fuoco di brace con del pesce sopra, e del pane. Disse loro Gesù: «Portate un po' del pesce che avete preso ora».

**Marco:** Arrivato a terra cosa hai fatto?

**Pietro:** Avevo bisogno di recuperare dallo sforzo fatto e perciò non mi ero subito accorto del fatto che Gesù ci stava preparando da mangiare. Non era mai capitato nei tre anni che eravamo stati con lui, spesso eravamo ospiti a casa di qualche amico o di qualche persona importante che voleva ascoltare la sua Parola. Con quel pasto invece ci aveva sorpreso ancora una volta: era un uomo straordinario, capace di tutto, anche di farci da servo come ci aveva già dimostrato la sera prima di morire, quando si era messo a lavarci i piedi.

**Marco:** Ma cosa ti colpiva maggiormente di Gesù?

**Pietro:** La sua straordinaria capacità di creare legami di amicizia. Voi tutti conoscete Gesù perché sapeva parlare in modo convincente alle folle, o perché compiva segni e miracoli straordinari. Per me la cosa più stupefacente era vederlo quando stava in mezzo a noi: sapeva dire la parola giusta per ciascuno, aveva delicatezza e cura nel gestire i momenti di tensione che nascevano talvolta nel nostro gruppo, era un fantastico amico prima che uno straordinario maestro.

**Pietro è sorpreso da Gesù, resta a bocca aperta: cosa mi lascia a bocca aperta pensando a Gesù?**

---

---

---

---

---

---

Per pregare usa ancora il testo del giorno di Pasqua.

# Venerdì 21 aprile 2017

## IL VANGELO

**Lettura del vangelo secondo Giovanni (Gv 21,11-12)**

Allora Simon Pietro salì nella barca e trasse a terra la rete piena di centocinquatratte grossi pesci. E benché fossero tanti, la rete non si squarciò. Gesù 'disse loro: «Venite a mangiare». E nessuno dei discepoli osava domandargli: «Chi sei?», perché sapevano bene che era il Signore.

**Marco:** Come hai fatto a trasportare una rete così pesante?

**Pietro:** Giovanni ha usato un numero preciso, io vi posso solo dire che era una rete pesantissima, ma quel giorno avevo riscoperto l'entusiasmo degli inizi, per cui sentivo le forze come moltiplicate. Mi sentivo rigenerato dalle parole di Gesù.

**Marco:** Che emozioni hai provato in quei momenti?

**Pietro:** Penso che fossero le stesse dei miei amici discepoli. Ci sentivamo in un mix di imbarazzo ed entusiasmo: ma come, noi eravamo quelli che erano scappati al momento della sua morte, io lo avevo pure rinnegato... La consapevolezza che non ci avrebbe mai abbandonato è stata la vera molla che ci ha spinto ad annunciare il suo Mistero dappertutto, senza più provare quella paura che ci teneva come legati nel Cenacolo dopo la sua morte in croce.

**Se fossi stato io al posto di Pietro, cosa avrei detto e fatto?**

---

---

---

---

---

---

---

*Per pregare usa ancora il testo del giorno di Pasqua.*

# Venerdì 21 aprile 2017

## IL VANGELO

**Lettura del vangelo secondo Giovanni (Gv 21,11-12)**

Gesù si avvicinò, prese il pane e lo diede loro, e così pure il pesce. Era la terza volta che Gesù si manifestava ai discepoli, dopo essere risorto dai morti.

**Marco:** Delle tre volte in cui Gesù risorto ti è apparso, quale ti ha colpito di più?

**Pietro:** Be', direi decisamente la terza. La terza apparizione mi ha colpito di più perché è stata quella in cui Gesù si è fermato più a lungo in mezzo a noi, è stata l'ultima volta in cui abbiamo condiviso insieme il pasto, ma soprattutto con il suo sguardo ci ha fatto capire che lui ci considerava ancora suoi amici nonostante tutto: quando hai un amico così, cosa chiedi di più dalla vita? Non è un caso, secondo me, che solo dopo questa volta è iniziata la nostra avventura missionaria: non potevamo più trattenere la nostra gioia e desideravamo che tutti potessero dividerla con noi.

**Marco:** Grazie di tutto quello che ci hai detto Pietro. Vuoi lasciare un ai ragazzi?

**Pietro:** Volentieri! Cari ragazzi, vi auguro di essere sempre discepoli gioiosi ed entusiasti del Signore Gesù: suscitare negli altri, in particolare nei vostri compagni di scuola, la curiosità di quanto sia bello conoscere e diventare amici di Gesù. Non siate ragazzi tristi e lamentosi, ma sappiate profumare della gioia del Vangelo perché tutti diventino circondati di gioia.

**Ora provo ad andare avanti io! Cosa di straordinario succede a Pietro? C'è in gioco l'ingrediente necessario per diventare Papa! Quale penso che possa essere? Provo a pensarci e poi vado a leggere i versetti seguenti nel Vangelo secondo Giovanni!**

---

---

---

---

Siamo arrivati al termine di questa avventura. È il momento in cui mettere nero su bianco una riflessione su ciò che hai scoperto, meditato, pregato. E al termine scrivi una preghiera che custodirai per tutto il tempo di Pasqua fino al giorno di Pentecoste.