

### **Invoca lo Spirito**

*Vieni, Spirito Consolatore,  
colma la nostra solitudine,  
riempi di Amore vero il nostro cuore.*

*Tu, inviato da Cristo accanto a noi,  
fai sentire forte la Tua presenza nei momenti di abbandono:  
sii Tu l'imprevisto che scioglie i nostri nodi  
quando tutto sembra perduto,  
e riapre l'orizzonte della vita alla gioia e alla speranza.  
Amen.*

### **Ascolta la Parola**

(Gv 14, 15-21)

*"Se mi amate, osserverete i miei comandamenti; e io pregherò il Padre ed egli vi darà un altro Paràclito perché rimanga con voi per sempre [...]. Non vi lascerò orfani: verrò da voi [...]. Chi accoglie i miei comandamenti e li osserva, questi è colui che mi ama".*

### **Medita e apri lo sguardo**

*Ammettiamolo: la nostra preghiera è spesso rivolta a Dio Padre, a Gesù il Figlio, a Maria, Madre di Dio.*

*Oggi il vangelo ci spinge a rivolgere la nostra attenzione allo Spirito Santo, a riscoprirne la forza e il valore nella nostra vita, Lui, che dal Battesimo già dimora in noi.*

*Lo Spirito è dono prezioso, che viene dal Padre e dal Figlio, capace, se a Lui ci apriamo, di cambiare il nostro cuore. Non per magia, ma per Grazia.*

*Chiediamoci: quale spazio do allo Spirito nella mia preghiera?*

*Quanto lo invoco prima di compiere una scelta importante?*

*Mi riservo momenti di silenzio nella mia giornata perché lo Spirito, che abita in me, abbia la possibilità di ispirare la mia azione?*

---

## **Prega con il cuore**

*Sia gloria a Te, o Dio Padre,*

*l'amante, che ha a cuore tutto ciò che esiste;*

*sia gloria a Te, o Cristo,*

*il Figlio amato, nostro fratello e salvatore;*

*sia gloria a Te, o Spirito Santo,*

*l'amore del Padre e del Figlio, nostro consolatore.*

*O Dio, Mistero di amore infinito, fa' che ti sentiamo concretamente presente nella nostra vita, che sappiamo individuare la tua impronta d'amore impressa nel nostro vissuto.*

---

## **Vivi nella gioia**

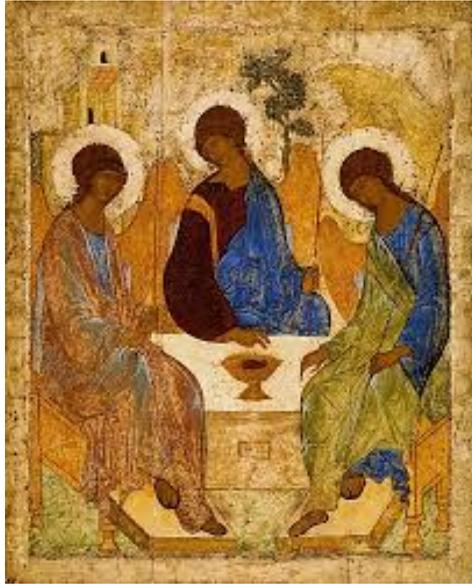
*“Dio ti ama. Non dubitarne mai, qualunque cosa ti accada nella vita.*

*In qualunque circostanza, sei infinitamente amato...*

*Per Lui tu sei realmente prezioso, non sei insignificante,  
sei importante per Lui, perché sei opera delle sue mani”*

*(papa Francesco, Christus vivit, 112-115)*

*Sforziamoci di essere presenza gioiosa tra tutti quelli che incontreremo, proviamo ad evitare la sterile lamentela, cerchiamo di essere capaci di costruire e non di demolire, sicuri della presenza amorevole dello Spirito in noi in ogni circostanza della vita.*



Andrej Rublëv, **Trinità**, intorno al 1422, icona, Galleria statale di Tret'jakov, Mosca.

Nel Padre (Angelo di sinistra) il color azzurro è nascosto: Dio Padre nessuno l'ha mai visto, se non tramite la bellezza e la sapienza della sua creazione (manto rosa). È il punto di partenza dell'immagine. Il mantello ha i colori regali: oro e rosa con riflessi verdi, simbolo della vita. Al centro della mensa luminosa sta un calice-coppa con dentro l'agnello. Se si osserva attentamente l'immagine, l'angelo centrale (Figlio) è contenuto nella coppa formata dai contorni interni degli altri due angeli (Padre e Spirito).

Il Figlio (Angelo di centro) è uomo (tunica rosso sangue, colore dell'amore che si dona sino al sacrificio). Ha ricevuto ogni potere dal Padre (stola gialla) e si è manifestato come Dio nelle sue opere. Tutti abbiamo visto la sua Divinità: "chi vede me, vede il Padre!". Ha il mantello azzurro che lascia scoperta una spalla: è il Figlio, figura centrale della Redenzione, è raffigurato nel momento in cui ritorna all'interno della Trinità. Le due dita della mano destra appoggiata alla mensa rivelano la duplice natura: umana e divina.

Lo Spirito Santo (Angelo di destra) è Dio e dà la vita (verde, colore delle cose vive e della speranza). La vita di amicizia con Dio ci viene da Lui! Sembra sul punto di mettersi in cammino: è lo Spirito Santo che sta per iniziare la Sua missione. Ha un atteggiamento di assoluta disponibilità e di consenso alle altre due figure. Figlio e Spirito hanno il viso rivolto verso il Padre, che li *ha mandati*.