

IL DIGIUNO CHE PIACE AL SIGNORE

Digiuna dal giudicare gli altri:
scopri che vive in loro

Digiuna dal dire parole che feriscono:
riempiti di frasi che risanano

Digiuna dalle arrabbiate:
riempiti di pazienza

Digiuna dal pessimismo:
riempiti di speranza cristiana

Digiuna dalle preoccupazioni inutili:
Riempiti di fiducia in Dio

Digiuna dall'essere scontento:
riempiti di gratitudine

Digiuna dal lamentarti:
riempiti di stima per quella meraviglia che è la vita

Digiuna dalle pressioni e insistenze:
riempiti di una preghiera incessante

Digiuna dall'amarezza:
riempiti di perdono

Digiuna dal dare importanza a te stesso:
riempiti di compassione per gli altri

Digiuna dallo scoraggiamento:
riempiti di entusiasmo nella fede

Digiuna dagli amori disordinati:
riempiti di amore che si fa dono

Digiuna dalla televisione, cellulare e computer:
riempiti di tempo per ascoltare e parlare

Digiuna da tutto ciò che separa da Gesù:
riempiti di tutto ciò che a Lui ti avvicina

Spirito santo, che hai condotto Gesù nel deserto,
dove Egli ha digiunato 40 giorni e 40 notti,
per l'intercessione di Maria SS., tua mistica Sposa,
Madre di Gesù e Madre nostra,
aiutaci a digiunare così come vuoi tu
“E non ci indurre in tentazione ma liberaci dal male”