

Preghiere di guarigione interiore personale

"Padre di bontà, Padre di amore, ti benedico ti lodo e ti ringrazio perché per amore ci hai dato Gesù. Grazie Padre, perché alla luce del tuo Spirito comprendiamo che Lui è la luce, la verità, il Buon Pastore, che è venuto perché noi abbiamo la vita e l'abbiamo in abbondanza.

Oggi, Padre, mi voglio presentare davanti a te come tuo figlio. Tu mi conosci per nome. Volgi i tuoi occhi di Padre amoroso sulla mia vita. Tu conosci il mio cuore e le ferite della mia vita. Tu conosci tutto quello che avrei voluto fare e che non ho fatto; quello che ho compiuto io e il male che mi hanno fatto gli altri. Tu conosci i miei limiti, i miei errori e il mio peccato. Conosci i traumi e i complessi della mia vita.

Oggi, Padre, ti chiedo, per l'amore verso il tuo figlio Gesù Cristo, di effondere sopra di me il tuo Santo Spirito, perché il calore del tuo amore salvifico penetri nel più intimo del mio cuore. Tu che sani i cuori affranti e fasci le ferite, guarisci qui ed ora la mia anima, la mia mente, la mia memoria e tutto il mio spirito.

Entra in me, Signore Gesù, come entrasti in quella casa, dove stavano i tuoi discepoli pieni di paura. Tu apparisti in mezzo a loro e dicesti: "Pace a voi". Entra nel mio cuore e donami la pace; riempimi d'amore. Noi sappiamo che l'amore scaccia il timore. Passa nella mia vita e guarisci il mio cuore. Sappiamo, Signore Gesù, che tu lo fai sempre, quando te lo chiediamo; ed io lo sto chiedendo con Maria, nostra Madre, che era alle nozze di Cana quando non c'era più vino e tu rispondesti al suo desiderio cambiando l'acqua in vino. Cambia il mio cuore e dammi un cuore generoso un cuore affabile, pieno di bontà, un cuore nuovo. Fa spuntare in me i frutti della tua presenza. Donami i frutti del tuo Spirito che sono amore, pace e gioia.

Che scenda su di me lo spirito delle beatitudini, perché possa gustare e cercare Dio ogni giorno, vivendo senza complessi e senza traumi insieme agli altri, alla mia famiglia, ai miei fratelli. Ti rendo grazie, o Padre, per quello che oggi stai compiendo nella mia vita. Ti ringrazio con tutto il cuore, perché mi guarisci, perché mi liberi, perché spezzi le mie catene e mi doni la libertà. Grazie, Signore Gesù, perché sono tempio del tuo Spirito e questo tempio non si può distruggere, perché è la casa di Dio. Ti ringrazio, Spirito Santo, per la fede, per l'amore che hai messo nel mio cuore. Come sei grande, Signore, Dio Trino ed Uno! Che Tu sia benedetto e lodato, o Signore! Amen."

(autore: Padre Emiliano Tardif)

"Gesù, ti presento tutte le mie paure: la paura di essere rifiutato da Dio, la paura nei confronti degli altri, la paura di certi luoghi e animali, la paura dinanzi al futuro e a situazioni difficili, la paura di dare una brutta impressione di me stesso.

Ti presento tutte le mie insicurezze, i miei dubbi, le mie incertezze, il disprezzo che a volte sento di me stesso e della mia vita.

Per queste paure e insicurezze mi sento come in mezzo a una tempesta.

Tu hai detto agli apostoli sul lago di Galilea in tempesta: "Coraggio, sono io, non temete!".

Dillo anche a me e nel mio cuore si placheranno le onde furiose dell'insicurezza e della paura.

Liberami da ogni dubbio e incertezza irragionevole, da ogni disprezzo di me stesso e

della vita.

Sii Tu il mio coraggio, la mia sicurezza, il mio punto d'appoggio, la mia forza di vivere e di agire.

Infondi in me il tuo Spirito Santo che è Spirito di potenza e di libertà.

Cuore di Gesù, confido e spero in te.

Gesù, ti presento tutte le tristezze, le angosce, gli affanni, il senso di solitudine, di isolamento, di fallimento; tutti gli stati di depressione, disperazione, sfiducia, abbattimento e avvilitamento in cui tanto spesso mi trovo.

Con le mie forze non riesco a uscire da questi stati d'animo di tristezza e di depressione.

Intervieni tu. Come sei apparso a due ai discepoli di Emmaus lungo la strada e hai rimesso speranza nei loro cuori e sorriso sui loro volti, così vieni accanto a me.

Liberami da questi stati d'animo. Riempi il vuoto del mio cuore e della mia vita, fammi emergere da ogni tristezza e abbattimento.

Infondi in me lo Spirito Santo, Spirito di conforto e di gioia, di speranza e di forza.

Cuore di Gesù, confido e spero in te.

Gesù, ti presento tanti penosi stati d'animo, in cui spesso mi trovo: mancanze di pace e di serenità, emotività e ipersensibilità, senso di vergogna o di colpevolezza, rimorsi e scrupoli, insoddisfazione e tedio della vita, pensieri di suicidio e di ribellione, forti inclinazioni al peccato, sentimenti di odio e di vendetta.

Sono conflitti e complessi interni che spesso mi fanno soffrire e rendono il mio cuore sconvolto e agitato, ferito e malato.

Vie umane che ho percorso non mi hanno guarito. Anzi alcuni ricorsi a persone sbagliate hanno peggiorato la situazione.

Con le mie forze non riesco a uscirne fuori.

Intervieni Tu, che hai detto agli apostoli nel cenacolo: "Non sia turbato il vostro cuore.

Abbiate fede in me e nel Padre mio".

All'inizio di tanti conflitti interiori c'è stato una mancanza d'amore e solo l'amore può guarirli. Io confido nel tuo amore. Tu mi ami. Hai dato te stesso per mio amore. Che io senta il tuo amore e in questo amore io ritrovi la quiete, il controllo di me stesso, la pace e una vita nuova.

Liberami da questi miei penosi stati d'animo.

Infondi in me il tuo Spirito Santo, i cui frutti sono amore, pace, gioia.

Cuore di Gesù, confido e spero in te.

Gesù, ti presento tutti i problemi che rendono difficile il mio rapporto con gli altri: fanno sorgere in me sentimenti di aggressività, ira, odio, rancore e creano divisione, chiusura, sfiducia reciproca, gelosia, invidia.

Tutto questo è fonte di grande disagio interiore e amareggia le relazioni con gli altri, anche con persone a me care. Con le mie forze non riesco a superare questa triste situazione.

Intervieni Tu, che hai detto: "Pace a voi. Amatevi come io vi ho amato".

Mi hai dato l'esempio della più grande carità verso tutti e sempre.

Guarisci i miei rapporti con gli altri. Cambia il mio cuore. Rendilo misericordioso e generoso come il Tuo.

Dammi la grazia di perdonare e amare tutti e sempre; di vivere in armonia e solidarietà; di essere operatore di pace e di bontà, di amore e di unità in ogni mio ambiente.

Infondi in me il tuo Spirito Santo che è Spirito di amore e di riconciliazione, di servizio e di donazione.

Cuore di Gesù, confido e spero in te.

Grazie, Gesù, per quello che stai facendo per la mia guarigione interiore.

Grazie per il ristoro, il sollievo, la serenità, la forza, la pace, la gioia che stai dando al

mio cuore."

Pregiera di guarigione interiore (del grembo materno)

"Padre celeste, ti chiedo di effondere su di me il tuo Santo Spirito e di illuminare il grembo di mia madre. Purificala da ogni negatività o macchia e inondala della tua luce, del tuo potere, della tua maestà.

Mentre vedo me stesso durante il mio concepimento, riempi questo momento della tua maestà e splendore. Formami a tua immagine e somiglianza e riempiami della tua luce e del tuo amore.

Carissima Madre Maria, ti chiedo di essere con me dal momento del mio concepimento, proteggendomi ed intercedendo per me con tutti i tuoi Angeli e Santi davanti alla Santissima Trinità. Provedimi, dolce Madre, di tutto l'amore materno di cui avevo bisogno e non ho ricevuto.

Signore Gesù Cristo, ti chiedo di venire a stare con me dal momento del mio concepimento. Accendi in me, con il tuo infinito amore e la tua misericordia, il fuoco del tuo divino amore. Effondi su di me, dolce Gesù, ogni dono e grazia e guariscimi da tutte le ferite. Purificami da ogni negatività che fu trasmessa, consciamente o inconsciamente, mentre ero nel grembo di mia madre. Provedimi dell' amore paterno di cui avevo bisogno e non ho ricevuto.

Man mano che procediamo per ogni mese di gravidanza, Signore Gesù, purificami, guariscimi, rinnovami, ristorami, illuminami e trasformami. Rimuovi da me ogni oscurità e immergimi nel tuo Sangue Prezioso.

Mentre trascorre il primo mese, Signore Gesù, rimuovi qualsiasi rabbia, ansietà, amarezza, confusione, timore, colpa, insicurezza, rifiuto, risentimento o vergogna che possano essere stati trasmessi a me da mia madre quando apprese che dovevo nascere e comincio ad informare la sua famiglia e gli amici che era incinta di me.

Mentre procediamo nel terzo mese, Signore Gesù, rimuovi ogni rabbia, amarezza, confusione e timore che mia madre possa avermi trasmesso inconsciamente. Rimuovi ogni sensazione di colpa che io possa aver avuto perché mia madre si sentiva male o per avere percepito di averle causato degli sforzi finanziari quando era incinta di me. Fa' che io non senta più, Signore Gesù, di essere un fardello e di sentirmi invece completamente circondato/a dall'amore di mio padre e di mia madre. Fa' che io senta il loro amore per me e la loro gioia perché sto per nascere.

Mentre procediamo nel quarto mese, Signore Gesù, riempiami della tua luce e del tuo amore e rimuovi qualsiasi negatività che mi fu trasmessa da mia madre.

Mentre procediamo nel quinto mese, Signore Gesù, ti chiedo di guarirmi da qualsiasi mancanza di ossigeno a causa della posizione del cordone ombelicale o da qualsiasi malattia.

Riempimi semplicemente della tua pace e della tua tranquillità. Rimuovi ogni timore che possa essermi stato trasmesso da mia madre e infondimi completa fiducia in te, Signore Gesù.

Mentre procediamo nel sesto mese, Signore Gesù, avvolgimi della tua luce e del tuo amore. Ti prego di rimuovere qualsiasi negatività trasmessami da mia madre, consciamente o inconsciamente.

Mentre procediamo nel settimo mese, Signore Gesù, risanami da ogni rabbia, amarezza, paura o risentimento che possa aver ricevuto da mia madre. Riempimi della tua gioia e della tua speranza.

Mentre procediamo nell'ottavo mese, Signore Gesù, risanami da ogni ansietà e timore trasmessimi da mia madre. Riempimi di serenità e fiducia in te, dolce Gesù.

Mentre procediamo nel nono mese, Signore Gesù, riempiami della tua pace e del tuo

amore. Ti prego di rimuovere qualsiasi ansietà, timore o colpa che possano essermi stati trasmessi da mia madre perché il tempo della mia nascita si avvicinava.

Riempimi, Signore Gesù, della Tua luce e del tuo amore. Grazie, Signore Gesù, per il cammino che hai percorso con me durante il nono mese nel grembo di mia madre, purificandomi e risanandomi.

Signore Gesù, io ora mi vedo mentre mi accingo ad essere generato. Man mano che procedono le ore del travaglio rimuovi qualsiasi rabbia, amarezza, confusione, timore, colpa o risentimento che, sia io, sia mia madre, possiamo aver provato.

Riempi la mia nascita della tua luce e del tuo amore.

Ora mi vedo ormai venuto alla luce nelle tue mani amorevoli e sante, Signore Gesù.

Mentre mi sostieni, mi sorridi, e con gioia mi presenti a nostro Padre. Egli mi prende fra le sue braccia delicatamente e mi dice: "Tu sei prezioso ai miei occhi perché sei degno di stima e io ti amo" (Isaia 43,4). Mi riempie della pienezza dell'amore di un Padre che solo Lui può dare. Mi riempie di traboccante amore incondizionato e accogliente.

Delicatamente Egli mi porge a Maria, mia Madre. Mentre Lei mi tiene teneramente fra le braccia e mi sorride; i suoi occhi sono pieni di amore e mi bacia sulle guance e sulle dita con le sue bellissime labbra. Acquieta i miei piagnucolii con le sue tenere parole di amore: "Bambino mio, come sei bello. Come sei prezioso agli occhi di Dio. Ti amo, tesoro mio. Non piangere, ti terrò sempre vicino così al mio Cuore Immacolato ed il suo battito ti calmerà. Oh, bambino mio bello, come ti amo". Poi terge le mie lacrime con le sue dita piene di grazia e mi porge a mia madre che mi abbraccia con amore piangendo lacrime di gioia. Mia madre mi stringe a Lei e dice: "Ti amo, piccolo mio, ti amo". Amen. Alleluia. Amen."

(autore: Padre Robert De Grandis)

Preghiera di guarigione interiore (del corso della vita)

"Padre Celeste, vengo umilmente davanti a te in preghiera, lode, adorazione e venerazione. Ti chiedo di effondere su di me il tuo Santo Spirito e di ricolmarmi di luce e di amore. Ti chiedo, carissimo Padre, di rimuovere qualsiasi negatività che possa essermi stata trasmessa consciamente o inconsciamente mentre ero nel grembo di mia madre. Carissima Madre Maria, Ti chiedo di venire e rimanere con me dal momento del mio concepimento al momento attuale, proteggendomi ed intercedendo per me, con gli Angeli ed i Santi, davanti alla Santissima Trinità. Prendimi per la mano destra e cammina con me ora, cara dolce Madre, attraverso tutti gli anni della mia vita fino al momento presente. Provvedimi di tutto quell'amore materno che mi necessitava e che non ho ottenuto. Perdono la mia mamma terrena per non avermi sempre amato/a come ne avevo bisogno e come avrei voluto essere amato/a, e chiedo su di lei oggi una speciale benedizione.

Signore Gesù Cristo, ti prego di venire e rimanere con me dal momento del mio concepimento fino al momento presente, riempiendomi del tuo amore infinito e della tua misericordia. Concedimi ogni dono e grazia e risanami da ogni ferita e pena.

Prendimi per la mano sinistra e cammina con me ora, mio prezioso Salvatore, lungo tutti gli anni della mia vita fino al momento presente. Provvedimi di tutto l'amore paterno di cui avevo bisogno e che non ricevetti. Perdono il mio padre terreno per non avermi sempre amato/a e chiedo oggi, su di lui una speciale benedizione.

Mentre procedo attraverso ogni anno della mia vita, Signore Gesù, purificami, risanami, rinnovami, ristorami, illuminami e trasformami in una più perfetta immagine di te.

Rimuovi qualsiasi ombra da me e immergimi nel tuo Preziosissimo Sangue.

Padre Celeste, ora mi vedo appena nato nelle tue mani delicate e amorevoli, proprio le mani che mi formarono nel grembo di mia madre. Mentre mi stringi a te, sento che mi

dici: "tu sei prezioso ai miei occhi, perché sei degno di stima e io ti amo" (Isaia 43,4). E sento il tuo sconfinato amore incondizionato cingermi e avvolgermi. Sento il tuo completo amore per me e la tua amorevole accoglienza. Grazie Padre, per aver collocato la mia mano destra in quella di Maria e la mia mano sinistra in quella di Gesù. Grazie per aver concesso loro di camminare con me attraverso gli anni della mia vita. Circondami, Padre, di Angeli per sorvegliarmi e proteggermi, per preservarmi dal male: concedi ai Santi d'intercedere per me.

Signore Gesù, mentre camminiamo attraverso il primo anno della mia vita, rimuovi ogni timore di abbandono, confusione o rifiuto che io possa aver recepito, specialmente da parte dei miei genitori biologici, fratelli e sorelle.

Signore Gesù, rimuovi tutte le rabbie e le frustrazioni per non essere stato capace di poppare o di essere svezzato, o per qualsiasi colpa io possa avere per essermi sentito un fardello per la mia famiglia.

Mentre camminiamo attraverso il secondo anno della mia vita, Signore Gesù, risanami da ogni frustrazione, confusione, specialmente in merito al mio apprendere a parlare, camminare e comportarmi.

Signore Gesù, mentre camminiamo attraverso il terzo anno della mia vita stò scoprendo il mio corpo e mi viene insegnato a non fare più i miei bisogni nel pannolone. Ti chiedo di rimuovere qualsiasi colpa o vergogna che ho sentito per il mio corpo e per la mia incapacità di controllarlo come desideravano gli adulti che mi circondavano. Rimuovi qualsiasi ansietà o risentimento che io possa aver avuto nel diventare più grande di età. Mentre procediamo lungo il quarto anno della mia vita, Signore Gesù, toglì qualsiasi rabbia, risentimento, amarezza, frustrazione che io possa aver avuto verso i miei genitori per i loro rimproveri, correzioni, punizioni e insegnamenti. Rimuovi qualsiasi ribellione che possa essere entrata in me in quel periodo della mia vita e riempiami del desiderio di essere completamente ubbidiente a te ed ai miei genitori.

Signore Gesù, mentre procediamo attraverso il quinto anno della mia vita, elimina qualsiasi insicurezza che possa aver sentito nell'andare all'asilo. Rimuovi qualsiasi rabbia o frustrazione che ho provato nell' apprendere come avere relazioni con altri bambini e qualsiasi negatività che io possa aver contratto a causa della mia curiosità e timidezza naturale.

Mentre procediamo lungo il mio sesto anno di vita, dolce Gesù, risanami da ogni rabbia, amarezza, confusione, timore, colpa e risentimento che possa aver sentito per il dover andare alla scuola. Risanami da qualsiasi ansietà di separazione che possa aver provato per essere stato allontanato da mia madre, messo sotto la cura di un insegnante, in un ambiente estraneo, circondato da ragazzi che non conoscevo.

Signore Gesù, mentre procediamo lungo il mio settimo anno di vita, ti chiedo di guarirmi da qualsiasi turbamento che possa aver provato per essere più piccolo o più grande degli altri bambini e perché essi mi tormentavano. Rimuovi qualsiasi ansietà o colpa, amarezza o risentimento che io possa aver provato verso gli altri bambini a scuola o nel vicinato, perché non mi sentivo gradito ed ero l'ultimo ad essere scelto per stare in una squadra.

Mentre procediamo lungo il mio ottavo anno di vita, Gesù caro, ti chiedo di sanarmi da ogni ansietà che possa aver avuto per la mia prima Confessione e la prima Comunione. Signore Gesù, ti prego di rimuovere qualsiasi rabbia, amarezza e risentimento che possa aver avuto verso la mia insegnante per avermi detto che la mia scrittura era orrenda o per non avermi dato valido aiuto nella lettura, o nell' aritmetica.

Asporta qualsiasi odio che ho nutrito verso i miei compagni e riempiami di un atteggiamento amorevole verso gli altri.

Signore Gesù, mentre procediamo lungo il mio nono anno di vita, rimuovi qualsiasi

rabbia, ansietà, timore o colpa che io possa aver sentito a causa di un trasloco, di un divorzio, dei miei voti a scuola e per il modo in cui gli altri bambini mi trattavano. Mentre procediamo lungo il mio decimo anno di vita, Signore Gesù, toglimi qualsiasi autocritica. Riempimi di un atteggiamento salutare ed amorevole verso me stesso. Aiutami a vedere la tua presenza dentro di me, man mano che cresco e sviluppo la mia mente, il mio corpo e le mie emozioni.

Dolce Gesù, mentre procediamo lungo il mio undicesimo anno di vita ed il mio corpo inizia a trasformarsi e a svilupparsi e sono diventato impacciato, Ti chiedo di togliermi qualsiasi odio verso di me, colpa o confusione che possa aver provato. Donami un atteggiamento amoroso verso me stesso e verso gli altri.

Mentre procediamo lungo il dodicesimo anno della mia vita, Signore Gesù, e sono pieno di rabbia, ansietà, amarezza, confusione, paura e insicurezza perché stò cercando di amare e di sentirmi amato, aiutami a trovare te nel mio cuore e nella mia anima.

Riempimi dell'amore che solo tu puoi donare e di una profonda pace interiore nel farmi sentire che sono amato e che sono interessante. Ti chiedo di rimuovere qualsiasi colpa o vergogna che possa aver provato per essere stato sessualmente usato o molestato.

Signore Gesù, mentre ci incamminiamo lungo il mio tredicesimo anno di vita e mi sento impacciato e timoroso perché nessuno mi ama e vuole stare con me, aiutami ad accettarmi così, esattamente come sono, toglimi le preoccupazioni per ciò che sono o temo di essere: se non sono di bell'aspetto, intelligente, pieno di successo come un'altra persona.

Mentre procediamo lungo il mio quattordicesimo anno di vita, dolce Gesù, rimuovi qualsiasi rabbia, arroganza, ribellione o risentimento che possa aver avuto mentre diventavo più indipendente ed incominciavo ad affermarmi come adolescente.

Signore Gesù, mentre procediamo lungo il quindicesimo anno della mia vita e sono pieno di ansietà e timore di essere rifiutato, ti chiedo di toccarmi e rimuovere ognuna di queste sensazioni. Riempimi del tuo amore e della tua amorevole accettazione di me.

Mentre procediamo lungo il sedicesimo anno della mia vita, Signore Gesù, rimuovi qualsiasi rabbia, ansietà, amarezza, confusione, colpa o rifiuto che possa aver sentito mentre mi inserivo con amici nella vita sociale ed incominciavo ad andare agli appuntamenti. Rimuovi qualsiasi ribellione che possa aver avuto in questo periodo, specialmente verso i miei genitori e insegnanti.

Signore Gesù, mentre procediamo lungo il mio diciassettesimo anno di vita, ti chiedo di togliere tutta la rabbia, l'ansietà, l'arroganza, l'amarezza, la confusione, l'invidia, il timore, l'insicurezza, la gelosia e il risentimento che posso aver sentito verso me stesso e gli altri perché stavo iniziando ad andare agli appuntamenti, a subire le mie prime fratture, a prepararmi ad andare al mio primo ballo, a iniziare a guidare l'automobile ed essere Cresimato. Signore, Ti prego di rimuovere qualsiasi confusione, paura, colpa o vergogna che possa aver provato per essermi sentito sessualmente eccitato, curioso o attivo.

Mentre procediamo lungo il mio diciottesimo anno di vita, dolce Gesù, rimuovi ansietà e timori che possano avermi turbato mentre mi disponevo ad affrontare gli esami di maturità e incominciavo a cercare una università da frequentare. Signore, ti prego di rimuovere qualsiasi timore sessuale o insicurezza che possa aver avuto mentre incominciavo a frequentare ragazzi/e seriamente e incominciavo a cercarmi un/a compagno/a.

Dolce Gesù, mentre procediamo lungo il mio diciannovesimo anno di vita, elimina tutta la rabbia, la confusione, la sfiducia, l'invidia, il timore, la ribellione o il risentimento che possa aver avvertito in me. Signore Gesù, liberami da ogni timore di rifiuto che possa aver avuto mentre mi disponevo ad entrare all'università, mentre incominciavo

seriamente a frequentare qualcuno e lavorare a tempo pieno.

Mentre procediamo lungo il mio ventesimo anno di vita, Signore Gesù, liberami da qualsiasi rabbia, amarezza, confusione, invidia, paura, insicurezza, gelosia o risentimento che possa aver provato. Riempimi della tua totale accettazione e amore per me.

Ti ringrazio, Signore Gesù, di voler camminare lungo ciascuno dei miei primi vent'anni di vita, risanandomi, rinvigorendomi e trasformandomi. Mentre continuiamo a procedere per il sentiero della mia vita, risanami e liberami da qualsiasi negatività.

Signore Gesù, mentre procediamo lungo il ventunesimo anno della mia vita, Ti chiedo di toccarmi e curarmi da tutta la rabbia, l'ansietà, l'arroganza, l'amarezza, la confusione, il timore, l'insicurezza, la gelosia e il risentimento che possa aver provato per essermi laureato/a o no; perché mi sono sposato/a e dovetti avere rapporti con i parenti acquisiti; perché, rimasta incinta, aborti e non accettai di avere bambini e/o perché stavo iniziando una carriera.

Mentre procediamo lungo il mio ventiseiesimo, ventisettesimo, ventottesimo, vantinovesimo, trentesimo anno di vita, Signore Gesù, ti chiedo di eliminare tutta la rabbia, l'ansietà, l'arroganza, l'amarezza, la confusione, la paura che possano avermi ferito perché i miei ideali venivano frantumati, mentre incominciavo a constatare come veramente è la gente e come realmente è il mondo; perché vedevo amici e membri della famiglia morire di malattia; perché amici e parenti divorziavano e perché mi rendevo conto che l'unico mezzo per raggiungere il successo era mediante l'acquisizione del denaro e del potere.

Signore Gesù, mentre ci incamminiamo lungo il mio trentunesimo, trentaduesimo, trentatreesimo, trentaquattresimo, trentacinquesimo anno di vita ti chiedo di annullare tutta la rabbia, l'amarezza, la confusione, l'invidia, la paura, l'odio, l'insicurezza, la gelosia che io possa aver provato verso me stesso/a o verso gli altri perché ero deciso/a ad ottenere il successo e ad allevare i miei bambini assicurando loro una buona educazione e ogni cosa materiale; per qualsiasi peccato sessuale commesso durante questo periodo; per abuso di alcool o droga e perché approfittai di me e degli altri.

Mentre c'incamminiamo lungo il trentaseiesimo, il trentasettesimo, il trentottesimo, il trentanovesimo, il quarantesimo anno della mia vita, Signore Gesù, Ti chiedo di eliminare qualsiasi rabbia, ansietà, amarezza, confusione, paura, gelosia o insicurezza che possa aver provato per aver cominciato a chiedermi perché fossi vivo/a, che cosa facessi della mia vita, dove stessi andando, se avessi avuto successo o no, se fossi stato/a amato/a; per essermi chiesto/a perché i miei bambini ora erano adolescenti; perché fui forse coinvolto/a in relazioni adultere, perché mi ero divorziato/a, o risposato/a; perché avevo iniziato ad usare alcool e ad abusare di me stesso/a e di altri.

Signore Gesù, mentre c'incamminiamo lungo i miei quarant'anni, ti chiedo di liberarmi da qualsiasi abbandono, rabbia, ansietà, amarezza, confusione, invidia, pena, paura, risentimento che possa avere provato perché i miei genitori si ammalarono e morirono; perché i miei amici cominciavano a morire d'innumerabili malattie; perché altri in ufficio ricevevano promozioni e io no; o perché ero stata messo a riposo o licenziato e dovevo incominciare una nuova carriera; perché i miei figli terminata l'università forse vivevano con un' altra persona senza essere sposati, oppure si erano sposati con persone che non praticavano la stessa fede e cominciavano ad avere i loro primi bambini.

Mentre procediamo lungo i miei cinquant'anni, Signore Gesù, ti chiedo di portar via qualsiasi abbandono, rabbia, ansietà, amarezza, confusione, odio, insicurezza, risentimento che possa avere provato perché mia moglie/mio marito si ammalò e morì, o divorziò e fui lasciato/a solo/a ad aver cura di me stesso/a; perché mia moglie/mio marito si ritirò dal lavoro ed era sempre a casa e dovemmo cominciare a re-imparare ad

avere rapporti vicendevoli o/e perché mi resi conto che stavo per morire.

Signore Gesù, mentre c'incamminiamo lungo i miei sessant'anni di vita, ti chiedo di toccarmi e guarirmi da tutta la rabbia, l'ansietà, l'amarrezza, il risentimento, che possa avere provato verso me stesso/a o altri per discussioni, malattie e sforzi finanziari.

Mentre procediamo lungo i miei settant'anni di vita, Signore Gesù, ti chiedo di sradicare qualsiasi rabbia, amarrezza o odio che io possa avere verso me stesso/a o altri. Riempimi della tua luce e del tuo amore.

Signore Gesù, mentre percorriamo i miei ottant'anni di vita, ti chiedo di rimuovere tutta l'oscurità che c'è in me e di riempirmi soltanto della tua verità e della tua sapienza.

Mentre percorriamo i miei novant'anni di vita, Signore ti chiedo d'illuminare il mio cuore, la mia mente, il mio corpo e la mia anima e rimuovere da me qualsiasi cosa che non sia tua. Riempimi, dolce Gesù, della pienezza del tuo amore. Riempimi della tua gioia e della tua pace.

Padre Celeste, ti ringrazio per aver concesso a Gesù e a Maria, agli Angeli e ai Santi di camminare per ogni anno della mia vita per la scala che conduce verso di te. Ti ringrazio, Padre, per tutte le guarigioni che ho ricevute attraverso il potere del tuo Santo Spirito. Ti chiedo di continuare a guarirmi, rinnovarmi ed illuminarmi nel proseguire della mia vita. Donami la grazia di camminare in unione con te ora, affinché possa camminare in unione eterna con te in cielo.

Amen. Alleluia. Amen."

(autore: Padre Robert De Grandis)

Pregiere di guarigione fisica personale

"Signore Gesù, credo che sei vivo e risorto. Credo che sei presente realmente nel Santissimo Sacramento dell'altare e in ciascuno di noi che crediamo in te. Ti lodo e ti adoro. Ti rendo grazie, Signore, per essere venuto da me, come Pane vivo disceso dal cielo.

Tu sei la pienezza della vita, tu sei la risurrezione e la vita, tu Signore, sei la salute dei malati.

Oggi ti voglio presentare tutti i miei mali, perché tu sei uguale ieri, oggi e sempre e tu stesso mi raggiungi dove mi trovo. Tu sei l'eterno presente e mi conosci. Ora, Signore, ti chiedo d'aver compassione di me. Visitami per il tuo vangelo, affinché tutti riconoscano che tu sei vivo, nella tua Chiesa, oggi; e che si rinnovi la mia fede e la mia anima. Abbi compassione delle sofferenze del mio corpo, del mio cuore e della mia anima. Abbi compassione di me, Signore, benedicimi e fa che possa riacquistare la salute. Che cresca la mia fede e che mi apra alle meraviglie del tuo amore, perché sia anche testimone della tua potenza e della tua compassione.

Te lo chiedo, Gesù, per il potere delle tue sante piaghe per la tua santa Croce e per il tuo Preziosissimo Sangue. Guariscimi, Signore! Guariscimi nel corpo, guariscimi nel cuore, guariscimi nell'anima. Dammi la vita, la vita in abbondanza. Te lo chiedo per l'intercessione di Maria Santissima, tua Madre, la vergine dei dolori, che era presente, in piedi, presso la tua croce; che fu la prima a contemplare le tue sante piaghe, e che ci hai dato per Madre.

Tu ci hai rivelato d'aver preso su di te i nostri dolori e per le tue sante piaghe siamo stati guariti. Oggi, Signore, ti presento con fede tutti i miei mali e ti chiedo di guarirmi completamente. Ti chiedo, per la gloria del Padre del cielo, di guarire anche i mali della mia famiglia e i miei amici. Fa che crescano nella fede, nella speranza e che riacquistino la salute per la gloria del tuo nome. Perché il tuo regno continui ad estendersi sempre più nei cuori attraverso i segni e i prodigi del tuo amore. Tutto questo, Gesù, te lo chiedo perché sei Gesù. Tu sei il Buon Pastore e noi siamo le pecorelle del tuo gregge.

Sono così sicuro del tuo amore, che prima ancora di conoscere il risultato della mia preghiera, ti dico con fede: grazie, Gesù, per tutto quello che farai per me e per ciascuno di loro. Grazie per i malati che stai guarendo ora, grazie per quelli che stai visitando con la tua Misericordia. Gloria a te Gesù."

(autore: Padre Emiliano Tardif)

Preghiere di guarigione

"Signore Gesù, tu che sanavi gli infermi e aprivi gli occhi ai ciechi, ascolta la supplica dei nostri fratelli e sorelle e concedi a tutti la guarigione del corpo e dello spirito, perché tutti possano cantare le tue misericordie.

Da ogni tumore alla testa da ogni amnesia nociva, noi ti preghiamo; guariscici o Signore. Da ogni alterazione del cervello da ogni schizofrenia, noi ti preghiamo; guariscici o Signore.

Da ogni dolore di testa e da ogni tipo di trombosi, noi ti preghiamo; guariscici o Signore. Da ogni atrofisia alla spina dorsale, dalla cervicale e da ogni reumatismo, noi ti preghiamo; guariscici o Signore.

Da ogni tumore alla gola e da ogni deformazione alle corde vocali, noi ti preghiamo; guariscici o Signore.

Da ogni infarto e da ogni palpitazione di cuore, noi ti preghiamo; guariscici o Signore.

Da ogni tumore e male al seno, allo stomaco e ai polmoni, noi ti preghiamo; guariscici o Signore.

Da ogni tumore alla pancia, ai reni, al fegato, noi ti preghiamo; guariscici o Signore.

Da ogni tumore alle parti delicate del corpo, noi ti preghiamo; guariscici o Signore.

Da ogni atrofisia alle braccia, alle mani, alle gambe, e ai piedi, noi ti preghiamo; guariscici o Signore.

Dal male degli occhi, dell'udito e dell'odorato, noi ti preghiamo; guariscici o Signore.

Da ogni forma di aids e di lebbra, noi ti preghiamo; guariscici o Signore."

"Padre celeste, ti prego in modo particolare perché sono creato dalla tua potenza. In ogni mio respiro, mio risveglio, ogni momento e ogni ora, io vivo sotto il tuo sguardo.

Padre, ti chiedo ora di toccarmi con la tua mano potente, perché se tu mi hai creato dal nulla, tu puoi certamente farmi rinascere.

Riempimi del tuo Spirito Santo perché io guarisca.

Estirpa ogni male fisico o psicologico che non dovrebbe essere in me. Guariscimi da tutto ciò che mi fa soffrire, in particolare per (specificare il male).

Fa' che il calore del tuo amore attraversi il mio corpo per risanare ogni organo malato, così che il mio corpo funzioni nella maniera per la quale tu lo hai creato.

O Padre, restituisci la piena salute alla mia mente, al mio corpo, al mio cuore, così che io possa servirti con gratitudine per il resto della mia vita. Te lo chiedo nel me di Gesù Cristo nostro Signore. Amen."

"Gesù, per amor nostro, hai preso su di te i nostri peccati e le nostre infermità e sei morto in croce per salvarci e guarirci, per darci la vita.

Gesù, crocifisso, sei sorgente di ogni grazia e benedizione. Ora alziamo a te il nostro sguardo e la nostra preghiera per la guarigione nostra e di tutti i nostri infermi.

Gesù, abbi pietà di noi.

Gesù, hai sofferto sul capo per la corona di spine e sulla faccia per gli schiaffi e gli sputi. Per questi tuoi dolori guariscici dal mal di capo, emicranie, artrosi cervicale, ulcere e da ogni malattia della pelle.

Gesù, abbi pietà di noi.

Gesù, hai sofferto agli occhi bagnati di sangue e li hai chiusi morendo per noi.

Per questi tuoi dolori guariscici dalle malattie agli occhi. Dà la vista ai ciechi.
Gesù, abbi pietà di noi.
Gesù, con la voce morente hai pregato il Padre di perdonare i tuoi uccisori e con l'udito quasi spento hai accolto la preghiera del buon ladrone. Per questo tuo amore tra sofferenze, guariscici dalle malattie alle orecchie, al naso, alla gola. Dà la parola ai muti e l'udito ai sordi.
Gesù, abbi pietà di noi.
Gesù, ti hanno inchiodato mani e piedi alla Croce.
Per questo crudele dolore guariscici da paralisi, artrosi, reumatismi, dalle malattie alle articolazioni e alle ossa. Fa' camminare gli zoppi. Risana gli handicappati.
Gesù, abbi pietà di noi.
Gesù, nelle tre ore di agonia hai sofferto la sete, il soffocamento e poi sei spirato emettendo un alto grido, come pazzo d'amore per noi.
Per questi tuoi estremi dolori guariscici dalle malattie ai bronchi, ai polmoni, ai reni, alla mente e da ogni tumore e malattia strana. Solleva gli agonizzanti.
Gesù, abbi pietà di noi.
Gesù, ti hanno perforato con una lancia il costato, mentre il tuo corpo già morto era coperto di piaghe e di sangue.
Per il tuo Cuore trafitto e per il tuo Sangue versato fino all'ultima goccia, guariscici dalle malattie al cuore, al seno, allo stomaco, all'intestino, alla circolazione del sangue e da emorragie. Chiudi ogni nostra ferita.
Gesù, abbi pietà di noi.
Gesù, ti preghiamo per i malati qui presenti o nelle nostre intenzioni: familiari, parenti, amici, conoscenti.
Chiediamo la guarigione per il loro bene e per le necessità della loro famiglia.
In questo momento ti raccomandiamo in particolare (nome).
Te li raccomandiamo per l'intercessione della Vergine Maria che era accanto a te sotto la Croce.
Desideriamo la guarigione perché cresca la nostra fede, si estenda sempre più il tuo Regno attraverso segni e prodigi. Gesù, se è volontà del Padre che le malattie rimangano, in questo momento le accettiamo. Sul tuo esempio vogliamo accettare la nostra croce con amore.
Ma ti chiediamo la forza di sopportare ogni dolore e di unirlo al tuo grande dolore per il bene nostro, delle nostre famiglie, della Chiesa, del mondo.
Grazie, Gesù, per quello che farai per noi e per i nostri infermi, perché siamo convinti che qualsiasi cosa farai sarà sempre una grande benedizione per tutti noi."

Preghiera per l'ammalato

"O mio Dio, questo ammalato qui davanti a te, è venuto a chiederti ciò che lui desidera, e che ritiene essere la cosa più importante per lui. Tu, Dio, fai entrare nel suo cuore queste parole: "È importante essere sani nell'anima!".
Signore, sia fatta su di lui la tua santa volontà in tutto! Se tu vuoi che guarisca, che gli sia donata la salute. Ma se la tua volontà è diversa, che continui a portare la sua croce. Ti prego anche per noi che intercediamo per lui; purifica i nostri cuori per renderci degni di donare, attraverso noi, la tua santa misericordia.
Proteggilo e allevia le sue pene, sia fatta in lui la tua santa volontà. Attraverso lui venga rivelato il tuo Santo Nome, aiutalo a portare con coraggio la sua croce. Tre Gloria al Padre."