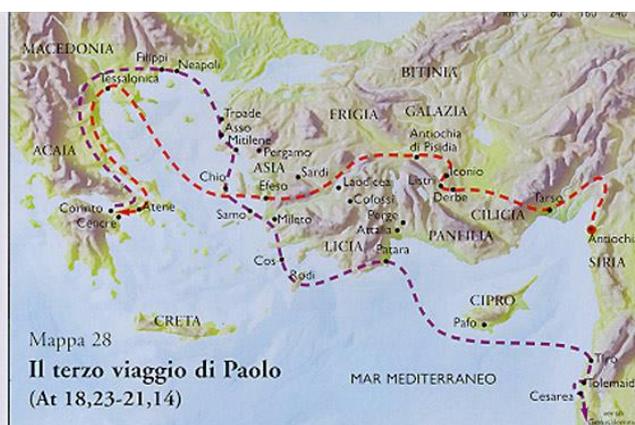


Dal Vangelo secondo Giovanni

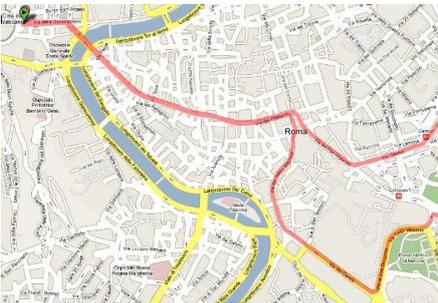
Ricorreva una festa dei Giudei e Gesù salì a Gerusalemme. A Gerusalemme, presso la porta delle Pecore, vi è una piscina, chiamata in ebraico Betzetà, con cinque portici, sotto i quali giaceva un grande numero di infermi, ciechi, zoppi e paralitici.

Si trovava lì un uomo che da trentotto anni era malato. Gesù, vedendolo giacere e sapendo che da molto tempo era così, gli disse: «Vuoi guarire?». Gli rispose il malato: «Signore, non ho nessuno che mi immerga nella piscina quando l'acqua si agita. Mentre infatti sto per andarvi, un altro scende prima di me». Gesù gli disse: «Àlzati, prendi la tua barella e cammina». E all'istante quell'uomo guarì: prese la sua barella e cominciò a camminare.



“Quanto a me, il mio sangue sta per essere sparso in libagione ed è giunto il momento di sciogliere le vele. Ho combattuto la buona battaglia, ho terminato la mia corsa, ho conservato la fede” (san Paolo)

La nostra corsa

La partenza 	I compagni 	Le difficoltà 
Le tappe 	La mappa 	Il traguardo 

Preghiera di chi corre o cammina

Ti ringrazio o Signore
perché mi fai camminare,
ti ringrazio perché mi fai correre,

Ti ringrazio anche per le difficoltà,
le sofferenze della mia giornata
che pian piano si allontanano
grazie alla gioia del muoversi
tra i boschi o lungo il fiume,
da solo o con compagni,
su strade soleggiate o divorate
dalla pioggia o dal vento.

Io ti sento Signore
mentre i miei passi
irrompono nel mattino
o la corsa si distende
serena nei silenzi

e i pensieri si purificano
e arrivano a Te.

Ti sento o Signore
anche nei momenti
di stanchezza o di sofferenza,
quando il sudore annebbia
lo sguardo, la fatica
mi fa piegare le gambe
e mi vorrei fermare.

Questo mio camminare
fatto con umiltà e lode
è come una preghiera.

**E' questo andare che
si fa preghiera**

per lodarTi e
ringraziarTi.

