

# Matthew Kelly

## “I quattro segni di un cattolico attivo”

### Il metodo di preghiera

1. **Gratitudine:** Comincia ringraziando Dio per la cosa di cui siamo più grati durante la giornata con un dialogo personale.
2. **Consapevolezza:** Ripercorri i momenti delle ultime ventiquattro ore quando sei e non sei stato nella tua versione migliore. Parla con Dio di queste situazioni e di quello che ti hanno insegnato.
3. **Momenti significativi:** Identifica qualcosa che hai vissuto oggi ed esplora quello che Dio sta provando a dirti attraverso quell'evento (o persona).
4. **Pace:** Chiedi a Dio di perdonarti per ogni sbaglio che hai commesso (contro te stesso, un'altra persona o contro di Lui) e di riempirti di una pace profonda e duratura.
5. **Libertà:** Parla con Dio e di come sta cercando di cambiare la tua vita, cosicché potrai sperimentare la libertà per essere nella migliore versione di te stesso.
6. **Altri:** Metti nelle mani di Dio qualsiasi persona che ha bisogno delle tue preghiere, chiedendo a Dio di benedirla e di guidarla.
7. Concludere pregando il nostro Signore.

- Queste informazioni sono state ristampate con l'autorizzazione di Matthew Kelly.
- Per ulteriori informazioni su Matthew Kelly, visitare il sito web [www.matthewkelly.com](http://www.matthewkelly.com)